



**OUTUBRO
ROSA**

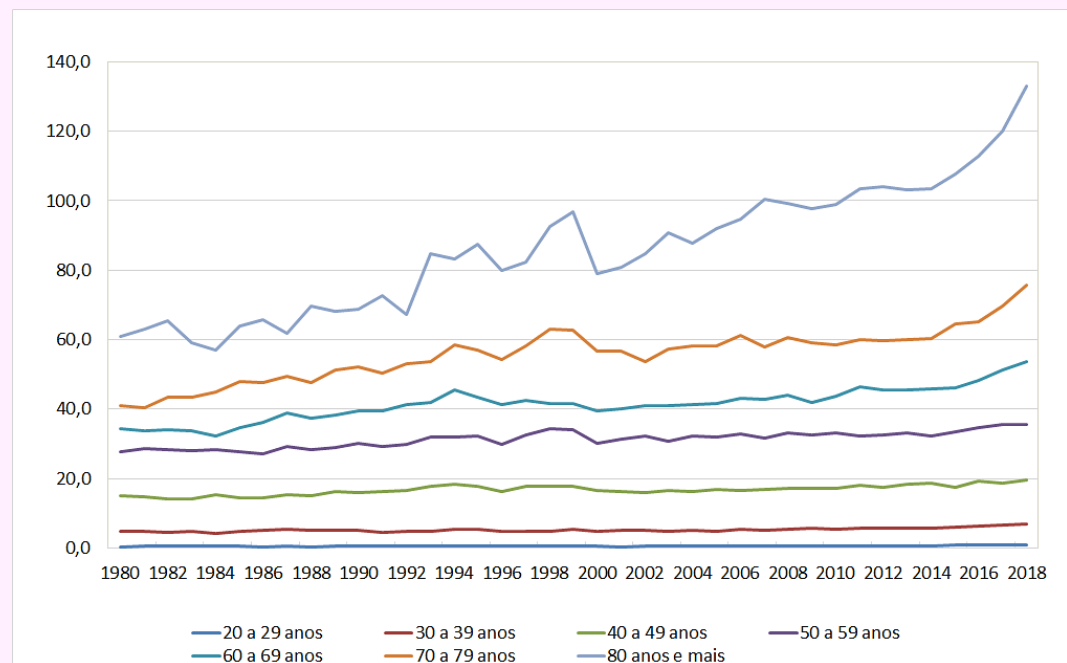


Mês de controle do câncer de mama
Eu apoio essa causa, e você?

Por que falar sobre o câncer de mama?

Talvez porque é a principal causa de morte por câncer entre as mulheres no Brasil e no mundo...

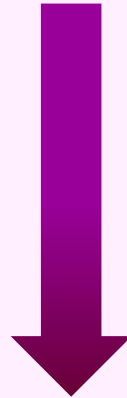
**Olhem como foi no
Brasil entre 1990 e
2018**



Taxas de mortalidade por câncer de mama feminina, específicas por faixas etárias, por 100.000 mulheres. Brasil, 1990 a 2018. Fonte: INCA, 2020.

Como reduzir a mortalidade por câncer de mama?

Reconhecendo os sinais
e sintomas do câncer de
mama



Tendo acesso rápido e
facilitado aos serviços de
saúde

**Detectar a doença em sua fase
inicial – diagnóstico precoce**

Vejam os principais sinais do câncer de mama



Retração da pele



Nódulo



Saída espontânea de líquido dos mamilos



Pele da mama avermelhada ou parecida com casca de laranja

Cuide de suas mamas!



Esteja consciente da saúde de suas mamas.

Olhe, apalpe suas mamas sempre que se sentir confortável!

Não há técnica, nem periodicidade para isso!!!



Vá ao médico para examinar suas mamas pelo menos uma vez ao ano.

Aproveite o momento da consulta ginecológica para isso!

Não fique esperando um sinal para cuidar de suas mamas!



Mesmo sem sinais, se você tem idade de 50 a 69 anos faça mamografia uma vez a cada dois anos.

Se sua irmã e/ou mãe já tiveram câncer de mama, você passa a ter maior risco de ter a doença. Então, não espere os 50 anos para consultar um especialista.

Vamos nessa?

Cuide de suas mamas!!!!

Ajude divulgar estas informações.

Organização:
Atenção em Oncologia do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde –
FAMED/UFU
Liga de Doenças Crônicas Não Transmissíveis – Enfermagem/UFU

Referências

- Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Estimativa 2020 : incidência de câncer no Brasil / Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. – Rio de Janeiro : INCA, 2019.
- Diretrizes para detecção precoce do câncer de mama no Brasil. II – Novas recomendações nacionais, principais evidências e controvérsias. Cad Saude Publica. 2018 Jun 21;34(6):e00074817.
- Diretrizes para detecção precoce do câncer de mama no Brasil. III – Desafios à implementação. Cad Saude Publica. 2018 Jun 25;34(6):e00046317.
<http://www.scielo.br/pdf/csp/v34n6/1678-4464-csp-34-06-e00046317.pdf>
- BRASIL. Ministério da Saúde. SIASUS: Sistema de informações ambulatoriais do SUS. Rio de Janeiro, 2019. 1 base de dados. Disponível em:
<http://sia.datasus.gov.br/principal/index.php>. Acesso em: 15 setembro 2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde. SISCAN: Sistema de informação do câncer: versão 1.7.1. [Brasília, DF: Ministério da Saúde], 2019. 1 base de dados. Disponível em: <http://siscan.saude.gov.br>. Acesso em: 20 setembro 2020.