

OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA
OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA

Mês de prevenção ao câncer de mama

Outubro rosa

Secretaria de
Assistência Social,
Trabalho, Emprego e Renda



OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA
OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA

Mês de prevenção ao câncer de mama

Outubro
rosa

COMO SURTIU OUTUBRO ROSA?

Outubro Rosa surgiu nos Estados Unidos em 1997. Na época, vários estados daquele país aproveitavam o mês de outubro para fazer ações isoladas em relação à prevenção e ao diagnóstico do câncer de mama.

Os primórdios desse movimento são do ano de 1990, quando aconteceu a primeira corrida pela cura. Na ocasião a Fundação Susan G. Komen for the Cure distribuiu aos participantes um laço cor de rosa. A partir de então o evento começou a acontecer anualmente.

Sete anos depois, organizações das cidades de Yuba e Lodi, decidiram batizar suas ações para a conscientização como “Outubro Rosa”. E assim o movimento expandiu por todo o mundo, incluindo o Brasil em 2002.

O objetivo principal do Outubro Rosa é chamar atenção para o câncer de mama, a importância do diagnóstico precoce e o tratamento adequado para essa doença.

OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA

OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA

O QUE É O CANCER DE MAMA?

Câncer de mama é o desenvolvimento anormal das células da glândula mamária, que se multiplicam repetidamente até formarem um tumor.

Este é o segundo tipo de tumor com maior incidência em todo o mundo, sendo o mais comum. Inicialmente, a doença não apresenta sinais claros. Por isso, você deve conhecer bem o seu corpo para poder identificar qualquer alteração e procurar um médico.

QUAIS SÃO OS SINAIS E SINTOMAS?

Em geral, o primeiro sintoma é um caroço no seio, que pode ser acompanhado por dor ou não. Também pode ocorrer inchaço local, irritação na pele, vermelhidão e saída de secreção. O diagnóstico precoce do câncer de mama aumenta a sobrevida das mulheres em comparação com o diagnóstico de tumores em fase avançada. A periodicidade do exame varia de acordo com a idade, quadro clínico e histórico familiar.



FATORES DE RISCO

COMPORTAMENTOS AMBIENTAIS: obesidade e sobrepeso, sedentarismo, consumo de bebida alcoólica, exposição frequente a radiação ionizante.

HISTÓRIA REPRODUTIVA/HORMONAL: Primeira menstruação antes dos 12 anos, não ter tido filhos, primeira gravidez após os 30 anos, não ter amamentado, menopausa após os 55 anos, uso de contraceptivos orais por tempo prolongado, reposição hormonal pós menopausa por mais de 05 anos.

HEREDITÁRIOS E GENÉTICOS: História familiar de câncer de ovário, câncer de mama em homens, câncer de mama em mulheres antes dos 50 anos. Os fatores de risco do câncer de mama em homens são menos conhecidos, por ser menos frequente. Sabe-se, no entanto que alterações hormonais nos homens elevam a chance de se ter a doença.



COMO DIAGNOSTICAR?

AUTOEXAME: O objetivo é conhecer as suas mamas e facilitar a percepção de quaisquer alterações.

MAMOGRAFIA: é o principal exame para detectar o tumor em fase inicial e é recomendada a cada dois anos em mulheres na faixa etária de 50 a 69 anos. O rastreamento em mulheres com história de câncer na família – o considerado grupo de risco – deve ser feito a partir dos 35 anos de idade. O exame clínico, baseado na palpação dos seios, deve ser realizado anualmente.



PREVENÇÃO

A prevenção visa eliminar ou diminuir a exposição a fatores de risco. Isso ocorre através da adoção de comportamentos saudáveis como:

- Praticar atividades físicas;
- Controlar o peso;
- Não fumar;
- Evitar consumir bebida alcoólica.

Essas atitudes **evitam** em até

28%

a ocorrência do **câncer de mama**

Mês de prevenção ao câncer de mama

Outubro rosa

**“A INFORMAÇÃO PODE AJUDAR
A SALVAR VIDAS.”**

Secretaria de
Assistência Social,
Trabalho, Emprego e Renda



OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA OUTUBRO ROSA