

**CENTRAL DE
RELACIONAMENTO:
11 2189-5000**

Agendamento de consultas, exames
e informações.

**Segunda a sexta-feira, das 7h às 19h.
Sábado, das 8h às 14h.**

**OUVIDORIA:
11 2189-5170**

Reclamações, elogios ou sugestões de pacientes
e acompanhantes referentes ao atendimento
oferecido e serviços prestados.

**Segunda a quinta-feira, das 8h às 18h.
Sexta-feira, das 8h às 17h.**

ouvidoria.clientes@accamargo.org.br

MAMA

O diagnóstico precoce aumenta
a chance de sucesso no tratamento

www.accamargo.org.br

Dra. Raquel M. Bussolotti
Responsável Técnica
CRM - SP 77005

código: 27595

Mama

O câncer de mama é resultado da multiplicação desordenada de células anormais, que formam o tumor. As chances de sucesso no tratamento superam 90% quando diagnosticado precocemente.

Principais sintomas

Nas fases iniciais, não há sintomas, por isso é importante consultar anualmente um especialista. Mas quando há sintomas eles podem ser:

- Aparecimento de nódulo no seio, acompanhado ou não de dor.
- Inchaço em parte do seio.
- Irritação da pele ou aparecimento de irregularidades, como covinhas, franzidos ou aspecto de casca de laranja.
- Dor, inversão, vermelhidão ou descamação do mamilo.
- Saída de secreção (não leite) pelo mamilo.
- Nódulos nas axilas.

Fatores de risco

Alguns fatores podem estar relacionados ao desenvolvimento do câncer de mama, que, nas mulheres, a incidência é 100 vezes maior do que em homens. A exposição a um ou mais fatores de risco não significa que você vá desenvolver a doença.

- Fatores genéticos: históricos de câncer em membros da família. Em alguns casos, pode ser necessário acompanhamento médico mais frequente.
- Idade: o risco de câncer de mama aumenta de acordo com a idade. Os exames de rastreamento devem começar a partir dos 40 anos.

- Início da menstruação antes dos 12 anos de idade e da menopausa acima dos 55 anos.
- Não ter tido filhos ou não ter amamentado.
- Estar acima do peso.
- Utilizar reposição hormonal durante a menopausa por período superior a 5 anos.

Diagnóstico precoce

A principal forma de diagnóstico precoce é a mamografia. Deve ser realizada anualmente a partir dos 40 anos de idade e, dependendo do histórico familiar e da avaliação do especialista, pode ser iniciada em uma idade mais precoce.

Outras medidas importantes relacionadas à saúde que podem diminuir o risco do desenvolvimento do câncer de mama:

- Mantenha o peso adequado.
- Pratique atividade física regularmente.
- Evite a ingestão de bebidas alcoólicas.
- Se tiver filhos, amamente-os.
- Adote alimentação saudável, rica em frutas, legumes e verduras.
- É importante a mulher familiarizar-se com sua mama no autoexame, porém, quando falamos de diagnóstico precoce, a mamografia é o principal exame para detectar tumores ainda muito pequenos.
- Antes de iniciar uma reposição hormonal, avalie com o seu médico os riscos e benefícios.