



Outubro é amplamente conhecido mundialmente por suas ações voltadas à prevenção e ao diagnóstico precoce do câncer de mama, uma iniciativa que teve início no começo da década de 1990 com a Fundação Susan G. Komen for the Cure. O movimento é conhecido como Outubro Rosa. É o mês de conscientização para o controle câncer de mama.

CÂNCER DE MAMA

O câncer de mama é o tipo que mais acomete mulheres em todo o mundo, tanto em países em desenvolvimento quanto em países desenvolvidos. Segundo Instituto Nacional do Câncer (INCA), o câncer de mama é o tipo de câncer mais frequente em mulheres, após o câncer de pele. Para o Brasil, foram estimados 73,6 mil novos casos em 2024, com um risco de 66,54 casos a cada 100 mil mulheres. É relativamente raro antes dos 35 anos, mas acima desta idade a incidência cresce progressivamente, especialmente após os 50 anos. O Ministério da Saúde afirma que cerca de 17% dos casos podem ser evitados por meio de hábitos de vida saudáveis.

Cerca de 2,3 milhões de casos novos foram estimados para o ano de 2025 em todo o mundo, o que representa cerca de 24,5% de todos os tipos de neoplasias diagnosticadas nas mulheres. As taxas de incidência variam entre as diferentes regiões do planeta, com as maiores taxas nos países desenvolvidos.

O câncer de mama também ocupa a primeira posição em mortalidade por câncer entre as mulheres no Brasil, com taxa de mortalidade ajustada por idade, pela população mundial. As maiores taxas de incidência e de mortalidade estão nas regiões Sul e Sudeste do Brasil.

Diante dessa realidade, e ciente da importância da disseminação de informações sobre a prevenção e o tratamento do câncer de mama, a Fundação REFER compartilha relevante conteúdo tendo como fonte o Instituto Nacional de Câncer - INCA:

Os principais sinais e sintomas suspeitos de câncer de mama são: caroço (nódulo), geralmente endurecido, fixo e indolor; pele da mama avermelhada ou parecida com casca de laranja, alterações no bico do peito (mamilo) e saída espontânea de líquido de um dos mamilos. Também podem aparecer pequenos nódulos no pescoço ou na região embaixo dos braços (axilas).

FATORES DE RISCO

Não há uma causa única para o câncer de mama. Diversos fatores estão relacionados ao desenvolvimento da doença entre as mulheres, como: envelhecimento, determinantes relacionados à vida reprodutiva da mulher, histórico familiar de câncer de mama, consumo de álcool, excesso de peso, atividade física insuficiente e exposição à radiação ionizante.

Os principais fatores são:

Comportamentais/Ambientais

- Obesidade e sobrepeso, após a menopausa
- Atividade física insuficiente (menos de 150 minutos de atividade física moderada por semana)
- Consumo de bebida alcoólica
- Exposição frequente a radiações ionizantes (Raios-X, tomografia computadorizada, mamografia etc.)

- História de tratamento prévio com radioterapia no tórax

Aspectos da vida reprodutiva/hormonais

- Primeira menstruação (menarca) antes de 12 anos
- Não ter filhos
- Primeira gravidez após os 30 anos
- Parar de menstruar (menopausa) após os 55 anos
- Uso de contraceptivos hormonais (estrogênio-progesterona)
- Ter feito terapia de reposição hormonal (estrogênio-progesterona), principalmente por mais de cinco anos

Hereditários/Genéticos

- Histórico familiar de câncer de ovário; de câncer de mama em mulheres, principalmente antes dos 50 anos; e caso de câncer de mama em homem
- Alteração genética, especialmente nos genes BRCA1 e BRCA2.

A mulher que possui esses fatores genéticos tem risco elevado para câncer de mama.

Por fim, a Fundação convida a todos para assistirem o Episódio 11 do Momento Compliance, cujo conteúdo é a entrevista conduzida pela área de Risco e Compliance com a Dra. Ana Carolina Carrasquel Porto, que é médica especialista em ginecologista e obstetrícia (TEGO), pós-graduada em Ultrassonografia Geral e Ginecologia Obstétrica, pela FATESA, a qual abordou o tema Câncer de Mama - Conhecimento e Prevenção.

Fonte: [Refer](#), em 02.10.2024.