



OUTUBRO ROSA

Mês de Conscientização das Doenças da Mulher

Prevenção do Câncer de Mama e do Útero

Câncer de Mama

O câncer de mama é o tipo de câncer que mais acomete as mulheres no Brasil (excluídos os tumores de pele não melanoma). Para 2019, foram estimados 59.700 casos novos

Câncer do colo e corpo do útero

No Brasil, estimam-se 16.370 casos novos de câncer do colo do útero para cada ano do biênio 2018-2019.

Para o câncer do corpo do útero, estimam-se 6.600 casos novos para cada biênio 2018-2019.

Fonte: Instituto Nacional do Câncer (INCA/MS)



Sinais de Alerta do Câncer de Mama

Os sinais e sintomas podem variar, muitas mulheres podem não apresentar nenhum deles, mas é importante atenção para a **presença de caroço no seio ou na axila, alteração na pele da mama, vermelhidão ou descamação do mamilo, secreção ou dor ou inversão no mamilo**. À menor suspeita, procure seu médico. A mamografia de rastreamento deve ser feita a cada dois anos para mulheres na faixa etária de 50 a 69 anos ou a qualquer momento, a critério médico.



Como prevenir?

Praticar atividade física, alimentar-se de forma saudável, manter o peso corporal adequado, evitar o abuso de bebidas alcoólicas, amamentar e evitar o uso por longo prazo de hormônios sintéticos, como anticoncepcionais e terapias de reposição hormonal são algumas formas de prevenir-se.



Sinais de Alerta do Câncer de Útero

Muitas vezes não há sintomas em estágio inicial, mas é preciso atenção para sangramento vaginal entre períodos menstruais regulares, sangramento mais longo que o habitual, sangramento após a relação sexual, dor durante a relação sexual, dor pélvica e sangramento após a menopausa.



Como prevenir?

Vacinar meninas de 9 a 13 anos contra o papilomavírus humano (HPV).

Realizar consulta ginecológica e exame de Papanicolau anualmente e, quando detectado, tratamento de lesões pré-cancerosas.