

# Como ser uma *amiga* do Peito

ce@nc  
hospital do câncer



# Olá, mulher!

O câncer de mama é um dos tipos mais presentes na vida das mulheres brasileiras. Mas saiba que com diagnósticos precoces, a chance de cura pode chegar a até 95%!

Por isso, esse material foi preparado especialmente para você. A ideia é que você possa estar inteirada de todos os aspectos do câncer de mama, aprendendo seus sintomas, os grupos de risco para essa doença e também como preveni-lo.

Fique à vontade para compartilhar esse conteúdo nas redes sociais e se torne também uma Amiga do Peito!

# Grupos de risco para o câncer de mama

Pessoas no grupo de risco são as que têm mais chances de desenvolver a doença. Para essas pessoas, a atenção deve ser redobrada.

## Os grupos de risco para o câncer de mama são:

Quem teve a primeira menstruação antes dos 12 anos;

Pessoas que apresentam sedentarismo e inatividade física;

Pessoas com obesidade e sobrepeso;

Pessoas com histórico de outros cânceres;

Pessoas com casos de câncer na família, principalmente antes dos 50 anos;

Hábitos de vida não saudáveis.

# Sinais e sintomas do câncer de mama

**Veja, abaixo, quais são os sinais de alerta para o câncer de mama. Na presença de um ou mais desses, procure um médico imediatamente!**

Pele dos seios semelhante a uma casca de laranja;

Retração da pele;

Dor nas mamas;

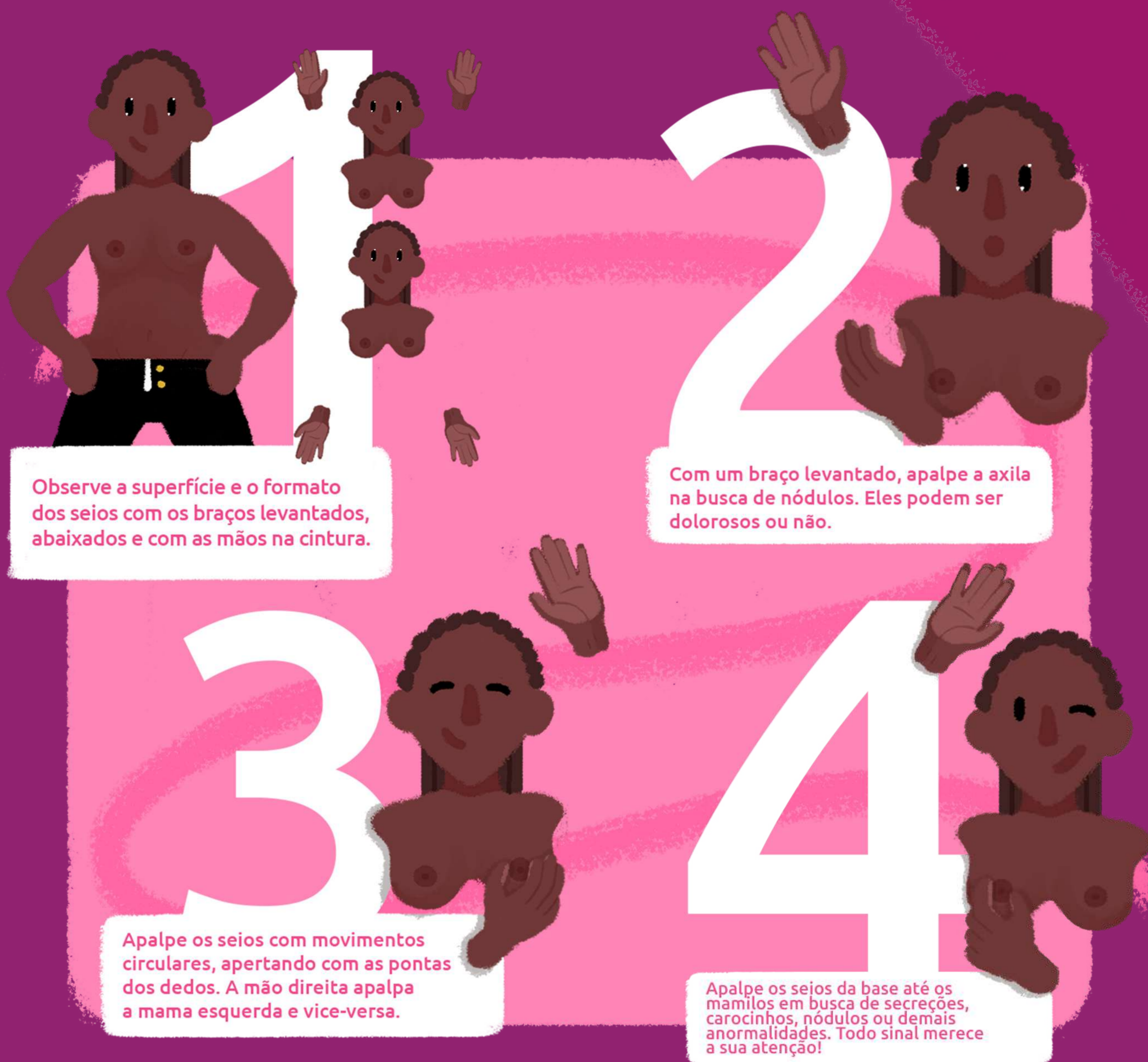
Inversão dos mamilos;

Descamação, secreção ou ulceração dos mamilos;

Caroços nas mamas ou região das axilas.

**Salve bem essas informações para sempre que precisar consultar!**

O autoexame é parte fundamental na prevenção do câncer de mama. Grande parte dos tumores nessa região pode ser detectado por meio da palpação. O hábito de realizar o autoexame também facilita a mulher a tomar conhecimento sobre seu corpo e, conseqüentemente, detectar a doença com maior facilidade. Veja abaixo um passo a passo para realização do exame.



**A mamografia é outra ferramenta que auxilia na detecção do câncer de mama antes que ele seja palpado.**

A mamografia é uma radiografia das mamas feita por um equipamento de raios X chamado mamógrafo. Ele é capaz de identificar alterações suspeitas de câncer antes do surgimento dos sintomas, ou seja, antes que seja palpada qualquer alteração nas mamas.

A mamografia é recomendada para mulheres a partir dos 40 anos. Nessa idade, sem presença de nenhum fator de risco, a recomendação é a realização do exame uma vez a cada dois anos.

Essa frequência pode diminuir caso a pessoa esteja presente em algum dos grupos de risco. Já a partir dos 50 anos, o ideal é a realização anual do exame.

A presença em grupos de risco pode diminuir a idade de referência e a frequência de execução do exame. Essas alterações no protocolo serão definidas pelo médico responsável pelo caso em conjunto com a paciente.

**Agende a sua mamografia gratuita!**

Você pode fazer isso pelo site:

[www.outubrorosa.ceonc.com.br](http://www.outubrorosa.ceonc.com.br)

Ou pelo telefone:  
(45) 3220-4100 em Cascavel  
e (46) 3055-6161 em Francisco Beltrão.



*Seja amiga da*  
**Peito**  
ceonc  
Hospital do Câncer

Essas informações são essenciais para que você seja uma verdadeira amiga do peito. Por isso, salve no computador ou no celular, mande para as amigas e sempre mantenha o material por perto.



 [www.ceonc.com.br](http://www.ceonc.com.br)  (45) 3220-4100

 @CEONCHospital