

outubro rosa
outubro rosa

Outubro Rosa

Mês de Prevenção
ao Câncer de Mama

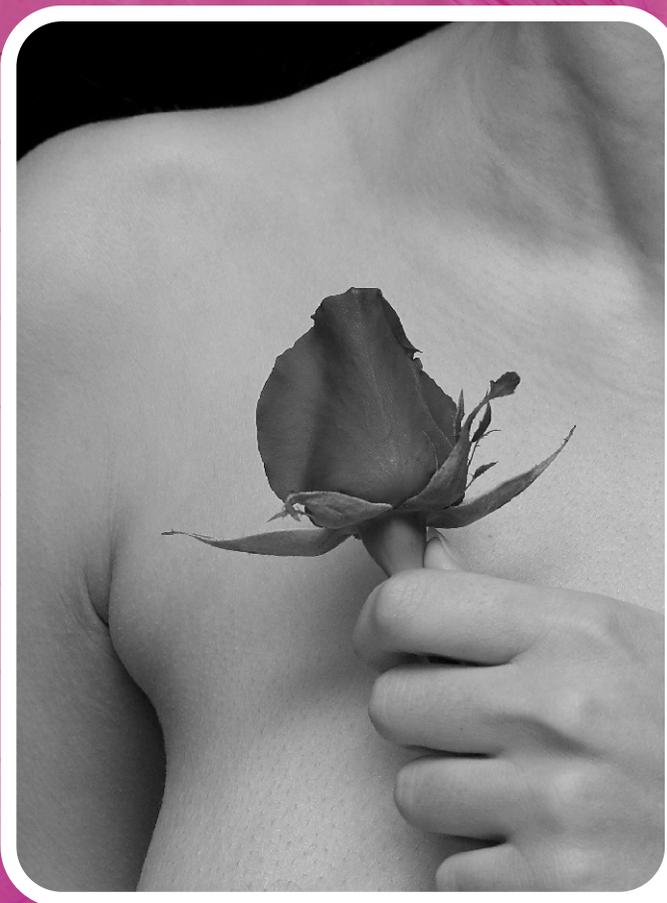
Outubro Rosa

Mês de Prevenção
ao Câncer de Mama

Outubro é o mês de combate ao câncer de mama e tem como objetivo conscientizar a população sobre a prevenção da doença por meio do diagnóstico precoce.



O que é o Câncer de mama?

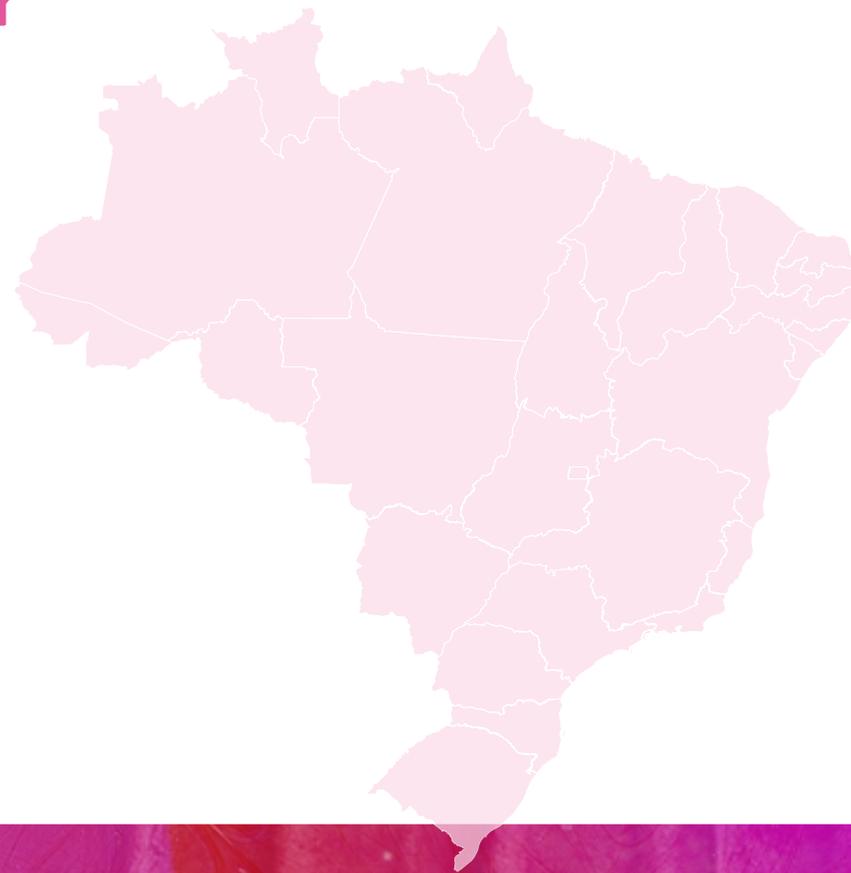


O Câncer de mama é uma doença causada pela multiplicação de células anormais da mama, que formam o tumor. Há vários tipos de câncer de mama, alguns tem desenvolvimento rápido, enquanto outros são mais lentos.

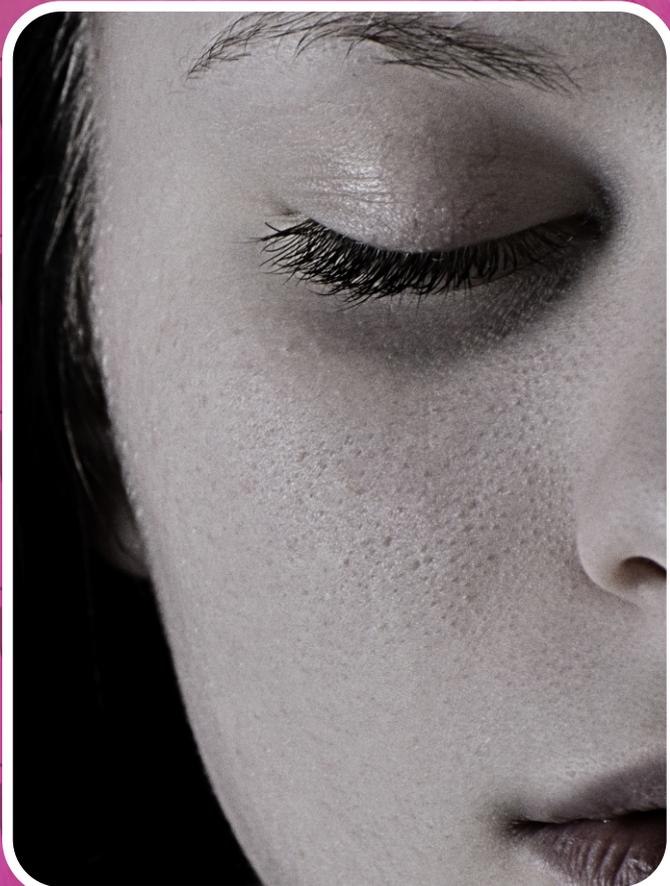
É o tipo de câncer mais comum entre o sexo feminino, sendo a **principal causa de morte por câncer em mulheres no Brasil e no mundo.**

2,3 milhões de novos casos de câncer de mama em 2020.

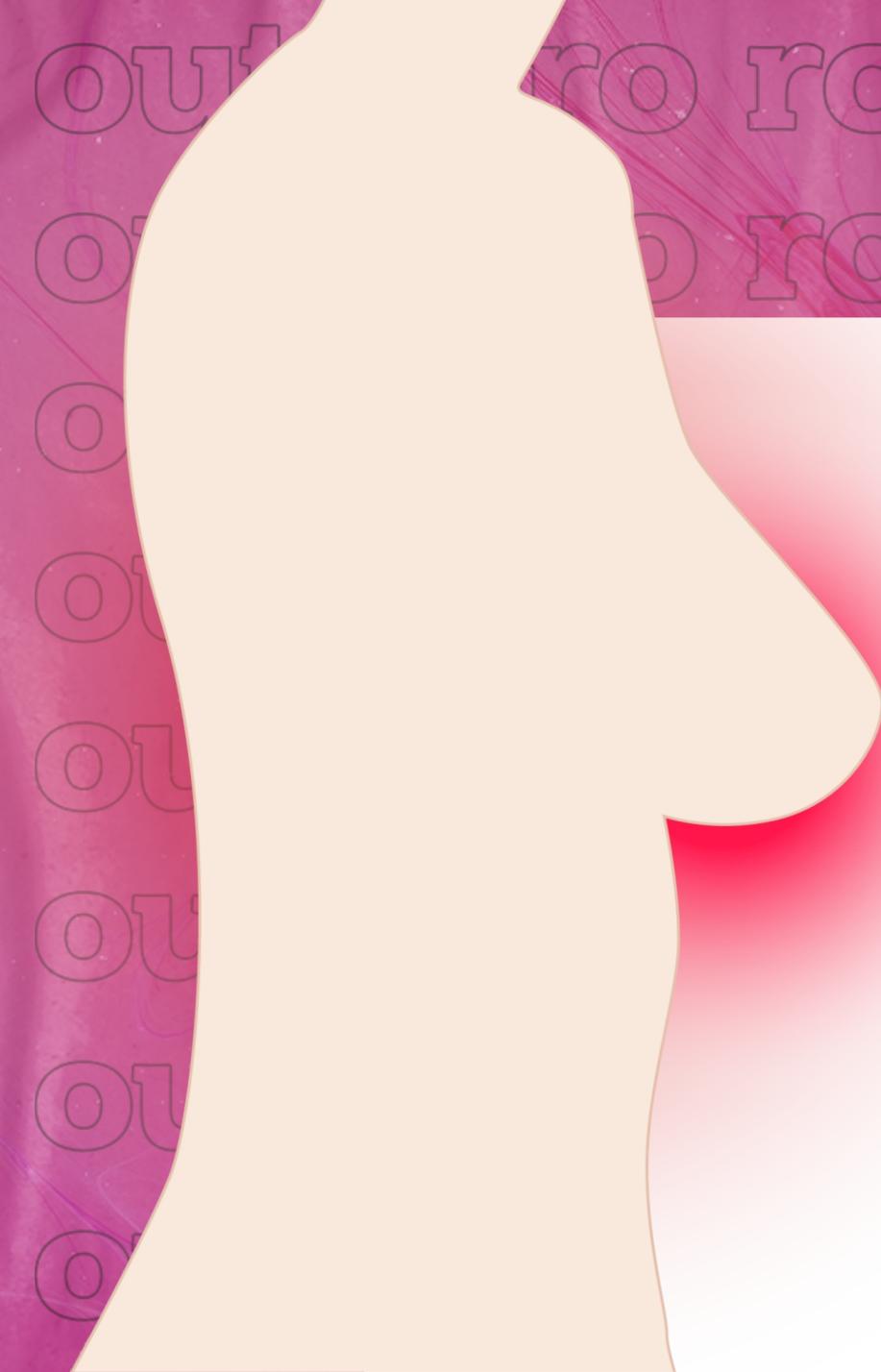
Fonte: inca.gov.br/outubro-rosa



Principais Causas



Não há uma causa única. Fatores hormonais, ambientais, genéticos e comportamentais aumentam a chance de desenvolver a doença. Outros fatores de risco importantes, como sobrepeso, cigarro, tabagismo e a ingestão de bebida alcoólica também precisam ser controlados.

A light beige silhouette of a woman's torso and breast is positioned on the left side of the slide. The background is a gradient of purple and pink, with faint, repeating text 'outubro rosa' visible in the upper left corner.

Sinais e sintomas

Os sintomas podem variar, porém uma das principais manifestações da doença é a presença de nódulos nos seios, que se apresentam palpáveis, endurecidos e indolores.

Outros sinais são: vermelhidão ou inchaço da pele, pele retraída e secreção mamilar serosa ou sanguinolenta, entre outros.

outubro rosa

A prevenção salva vidas!



Apesar de ser a primeira causa na taxa de mortalidade em mulheres no mundo, as chances de cura aumentam se o diagnóstico for precoce!

Confira o que pode ser feito para prevenção do Câncer de mama:

outubro rosa



Realize o auto-exame da mama mensalmente, ele pode ser decisivo para o diagnóstico precoce da doença!



Visite o ginecologista regularmente!



É possível realizar um diagnóstico precoce da doença por meio da mamografia. Converse com seu médico sobre a indicação do exame.



Outros cuidados importantes:

Adote hábitos de vida saudáveis;

Cuide da alimentação, mantendo uma dieta equilibrada

Pratique atividades físicas regularmente

Reduza a ingestão de bebidas alcoólicas.

Evite o tabagismo

Outubro Rosa

mês de prevenção ao câncer de mama

*Se observe,
se cuide,
se conheça!*

**Porque a sua vida importa
e uma simples atitude pode
fazer toda a diferença!**