

CÂNCER DE MAMA

VERDADE OU MENTIRA

Coisas que você precisa
saber para se prevenir.



Mulher que menstrua cedo está mais propensa a ter câncer de mama.

VERDADE 

A menstruação precoce indica que o corpo já está produzindo bastante estrogênio e progesterona (hormônios femininos) desde cedo. O risco de ter câncer de mama é maior devido à **exposição por um tempo mais prolongado aos hormônios femininos.**



Dor nas mamas é um sintoma do câncer de mama.

MENTIRA 

Os sintomas mais comuns do câncer de mama, além de surgimento de nódulos ou cistos, são **irritações na pele, coceira, vermelhidão, retração dos mamilos e secreção**. Dor nas mamas pode indicar outro tipo de problema, como a mastalgia, por exemplo.



A terapia de reposição hormonal pode ser um fator de risco.

VERDADE

A terapia costuma ser usada em mulheres na pós-menopausa para melhorar os sintomas do climatério e reduzir a osteoporose. Porém, o uso de estrogênio e progesterona compromete as alterações que as glândulas mamárias sofrem com o avançar da idade. Isso aumenta o risco de câncer de mama **quando o uso é por tempo prolongado.**



Todo nódulo que aparece nas mamas é câncer.

MENTIRA

Pelo contrário, a maioria dos nódulos ou cistos que surge nas mamas não é maligna.

Um tipo comum de tumor que aparece é o fibroadenoma, que é uma condição benigna. De **qualquer maneira, qualquer alteração nas mamas requer exames para avaliar.** Por isso, procure um mastologista.



Praticar uma atividade física ajuda na prevenção.

VERDADE

**Cerca de 30 minutos
diários de caminhada
por dia são suficientes.**
E a atividade traz benefícios
extras: mantém os ossos
fortes e a cabeça tranquila.



O autoexame pode substituir a mamografia.

MENTIRA 

Palpar os próprios seios em busca de nódulos é **uma medida importante e deve ser realizada uma vez por mês.** Porém, o autoexame detecta massas já palpáveis, geralmente associadas a um câncer de mama mais avançado. **Só a mamografia pode diagnosticar nódulos bem pequenos, algo que é impossível sentir apalpando as mamas.** Identificar a doença no estágio inicial é extremamente importante para o sucesso do tratamento.



CEARÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA SAÚDE

Beber, fumar, ter filhos tardiamente (depois dos 30 anos) e estar acima do peso são fatores de risco para desenvolver um câncer de mama.

VERDADE 

Vários estudos já comprovaram que o cigarro e o álcool **aumentam o risco de ter câncer de mama de forma considerável**. O excesso de peso, principalmente na menopausa, também está ligado a uma chance maior de desenvolver um tumor nas mamas, assim como ter filhos depois dos 30 anos.



Prótese de silicone impede a realização de mamografia.

MENTIRA 

Mesmo com implantes, **é possível fazer o exame e diagnosticar a doença.** Em alguns casos, o médico pode mesmo solicitar exames complementares, como ultrassonografia ou ressonância.
