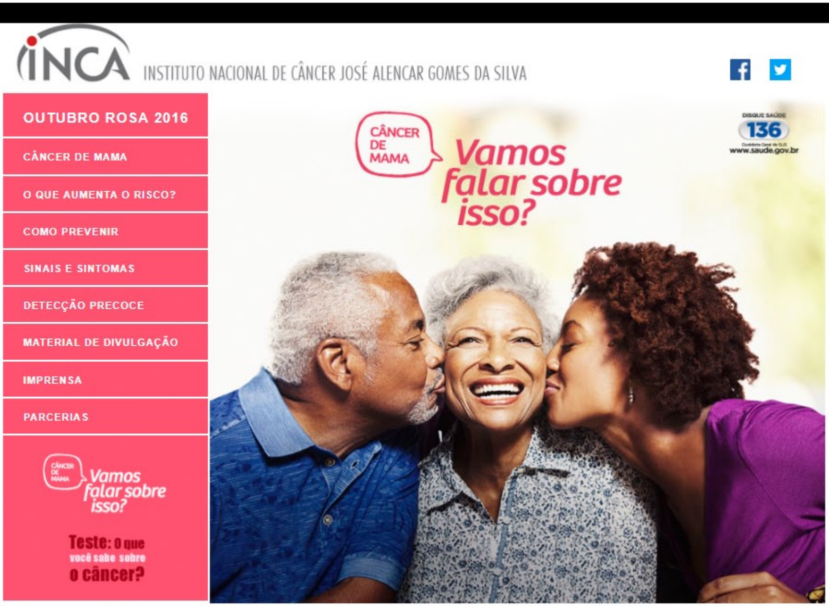
Outubro Rosa
2016


INCA
INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA
OUTUBRO ROSA 2016
CÂNCER DE MAMA
O QUE AUMENTA O RISCO?
COMO PREVENIR
SINAIS E SINTOMAS
DETECÇÃO PRECOCE
MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
IMPRENSA
PARCERIAS
CÂNCER DE MAMA
Vamos falar sobre isso?
Teste: O que você sabe sobre o câncer?
CÂNCER DE MAMA
Vamos falar sobre isso?
DISQUE SAÚDE
136
www.saude.gov.br

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA

OUTUBRO ROSA 2016
CÂNCER DE MAMA
O QUE AUMENTA O RISCO?
COMO PREVENIR
SINAIS E SINTOMAS
DETECÇÃO PRECOCE
MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
IMPRENSA
PARCERIAS

CÂNCER DE MAMA Vamos falar sobre isso?

Teste: O que você sabe sobre o câncer?

OUTUBRO ROSA 2016

Na década de 1990, nasce o movimento conhecido como Outubro Rosa, para estimular a participação da população no controle do câncer de mama. A data é celebrada anualmente, com o objetivo de compartilhar informações sobre o câncer de mama, promover a conscientização sobre a doença, proporcionar maior acesso aos serviços de diagnóstico e de tratamento e contribuir para a redução da mortalidade.

O INCA participa do movimento desde 2010, promove eventos técnicos, debates e apresentações sobre o tema, assim como produz materiais e outros recursos educativos para disseminar informações sobre prevenção e detecção precoce da doença.

Campanha Outubro Rosa 2016

Em 2016, a campanha do INCA no Outubro Rosa tem como tema *"Câncer de mama: vamos falar sobre isso?"*. O objetivo é fortalecer as recomendações do Ministério da Saúde para o rastreamento e o diagnóstico precoce do câncer de mama e desmistificar conceitos em relação à doença. A campanha:

- enfatiza a importância de a mulher conhecer suas mamas e ficar atenta às alterações suspeitas;
- informa que para mulheres de 50 a 69 anos é recomendada a realização de uma mamografia de rastreamento a cada dois anos;
- mostra a diferença entre mamografia de rastreamento e diagnóstica;
- esclarece os benefícios e malefícios da mamografia de rastreamento;
- informa que o Sistema Único de Saúde (SUS) garante a oferta gratuita de exame de mamografia para as mulheres brasileiras em todas as faixas etárias.

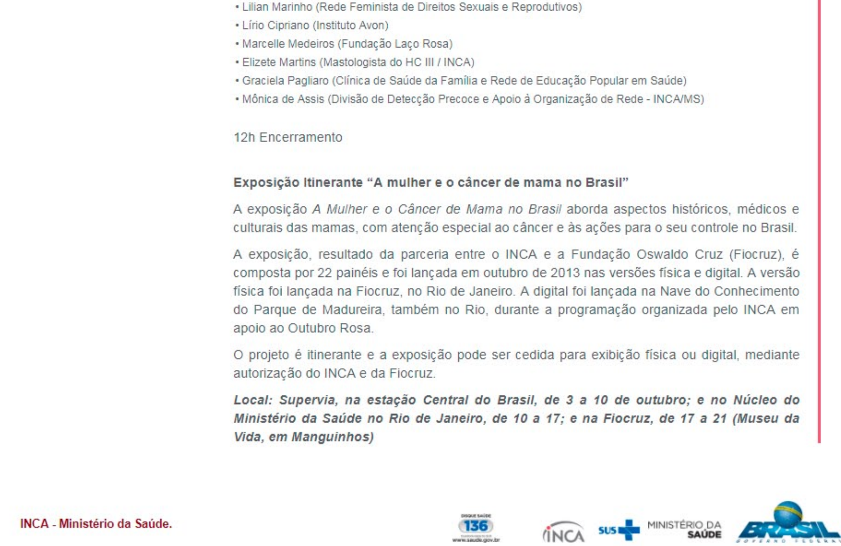
Programação

6 de Outubro - Câncer de mama: O que a mulher precisa saber?
9h30 Abertura solene:
• Ana Cristina Pinho Mendes Pereira (Diretora-Geral do INCA)

9h50 Palestra: **"Recomendações para a detecção precoce do câncer de mama no Brasil".**
• Mônica de Assis

10h10 Apresentação: **"Mulher, fique atenta: chegou mensagem do seu corpo para você!"**
• Liz Almeida

10h30 Debate: **"Câncer de mama: o que a mulher precisa saber".**
• Flávia Junqueira (Mediadora - Jornalista)



- Lilian Marinho (Rede Feminista de Direitos Sexuais e Reprodutivos)
- Lírio Cipriano (Instituto Avon)
- Marcelle Medeiros (Fundação Laço Rosa)
- Elizete Martins (Mastologista do HC III / INCA)
- Graciela Pagliaro (Clínica de Saúde da Família e Rede de Educação Popular em Saúde)
- Mônica de Assis (Divisão de Detecção Precoce e Apoio à Organização de Rede - INCA/MS)

12h Encerramento

Exposição Itinerante "A mulher e o câncer de mama no Brasil"

A exposição *A Mulher e o Câncer de Mama no Brasil* aborda aspectos históricos, médicos e culturais das mamas, com atenção especial ao câncer e às ações para o seu controle no Brasil.

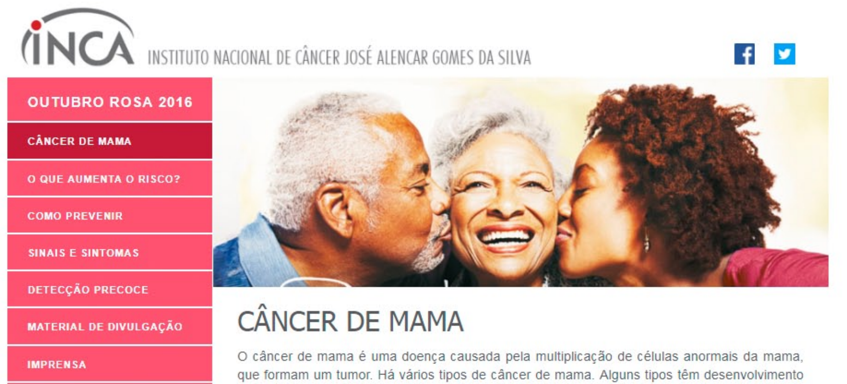
A exposição, resultado da parceria entre o INCA e a Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), é composta por 22 painéis e foi lançada em outubro de 2013 nas versões física e digital. A versão física foi lançada na Fiocruz, no Rio de Janeiro. A digital foi lançada na Nave do Conhecimento do Parque de Madureira, também no Rio, durante a programação organizada pelo INCA em apoio ao Outubro Rosa.

O projeto é itinerante e a exposição pode ser cedida para exibição física ou digital, mediante autorização do INCA e da Fiocruz.

Local: Supervia, na estação Central do Brasil, de 3 a 10 de outubro; e no Núcleo do Ministério da Saúde no Rio de Janeiro, de 10 a 17; e na Fiocruz, de 17 a 21 (Museu da Vida, em Manguinhos)

INCA - Ministério da Saúde.

136
www.saude.gov.br
INCA
SUS
MINISTÉRIO DA SAÚDE
BRASIL



INCA

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA

CÂNCER DE MAMA

O câncer de mama é uma doença causada pela multiplicação de células anormais da mama, que formam um tumor. Há vários tipos de câncer de mama. Alguns tipos têm desenvolvimento

PARCERIAS

rápido enquanto outros são mais lentos.

Para o Brasil, em 2016, são esperados 57.960 casos novos de câncer de mama. Tipo de câncer mais comum entre as mulheres no mundo e no Brasil, depois do câncer de pele não melanoma, o câncer de mama responde por cerca de 25% dos casos novos a cada ano. Especificamente no Brasil, esse percentual é um pouco mais elevado e chega a 28,1%. Sem considerar os tumores de pele não melanoma, esse tipo de câncer é o mais frequente nas mulheres das Regiões Sul, Sudeste, Centro-Oeste e Nordeste.

Existe tratamento para câncer de mama, e o Ministério da Saúde oferece atendimento por meio do Sistema Único de Saúde, o SUS.

Câncer de mama Vamos falar sobre isso?

Teste: o que você sabe sobre o câncer?

OUTUBRO ROSA 2016

CÂNCER DE MAMA

O QUE AUMENTA O RISCO?

COMO PREVENIR

SINAIS E SINTOMAS

DETECÇÃO PRECOCE

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO

IMPRENSA

PARCERIAS

O QUE AUMENTA O RISCO?

O câncer de mama não tem somente uma causa. A idade é um dos mais importantes fatores de risco para a doença (cerca de quatro em cada cinco casos ocorrem após os 50 anos). Outros fatores que aumentam o risco da doença são:

Fatores ambientais e comportamentais:

- Obesidade e sobrepeso após a menopausa;
- Sedentarismo (não fazer exercícios);
- Consumo de bebida alcoólica;
- Exposição frequente a radiações ionizantes (Raios-X).

Fatores da história reprodutiva e hormonal

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

Fatores genéticos e hereditários*

- História familiar de câncer de ovário;
- Casos de câncer de mama na família, principalmente antes dos 50 anos;
- História familiar de câncer de mama em homens;
- Alteração genética, especialmente nos genes BRCA1 e BRCA2.

*A mulher que possui um ou mais desses fatores genéticos/ hereditários é considerada com risco elevado para desenvolver câncer de mama.

Câncer de mama Vamos falar sobre isso?

Teste: o que você sabe sobre o câncer?

Já o câncer de mama de caráter genético/hereditário corresponde a apenas 5% a 10% do total de casos da doença. Homens também podem ter câncer de mama, mas somente 1% do total de casos é diagnosticado em homens.

Atenção: a presença de um ou mais desses fatores de risco não significa que a mulher necessariamente terá a doença.

OUTUBRO ROSA 2016
CÂNCER DE MAMA
O QUE AUMENTA O RISCO?
COMO PREVENIR
SINAIS E SINTOMAS
DETECÇÃO PRECOCE
MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
IMPRENSA
PARCERIAS

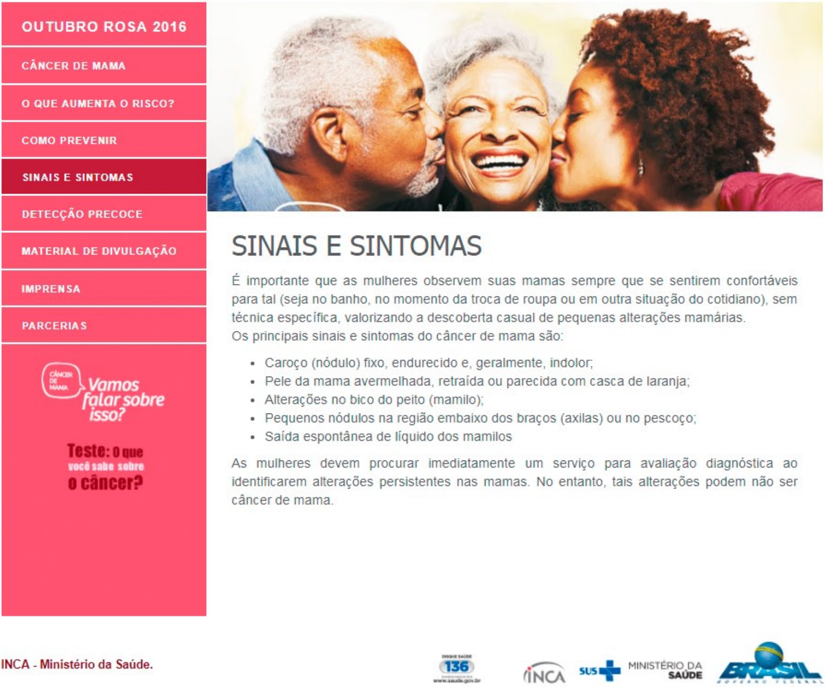
COMO PREVENIR

Cerca de 30% dos casos de câncer de mama podem ser evitados com a adoção de hábitos saudáveis como:

- Praticar atividade física regularmente;
- Alimentar-se de forma saudável;
- Manter o peso corporal adequado;
- Evitar o consumo de bebidas alcoólicas;
- Amamentar

CÂNCER DE MAMA Vamos falar sobre isso?

Teste: O que você sabe sobre o câncer?



SINAIS E SINTOMAS

É importante que as mulheres observem suas mamas sempre que se sentirem confortáveis para tal (seja no banho, no momento da troca de roupa ou em outra situação do cotidiano), sem técnica específica, valorizando a descoberta casual de pequenas alterações mamárias.
Os principais sinais e sintomas do câncer de mama são:

- Caroço (nódulo) fixo, endurecido e, geralmente, indolor;
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja;
- Alterações no bico do peito (mamilo);
- Pequenos nódulos na região embaixo dos braços (axilas) ou no pescoço;
- Saída espontânea de líquido dos mamilos

As mulheres devem procurar imediatamente um serviço para avaliação diagnóstica ao identificarem alterações persistentes nas mamas. No entanto, tais alterações podem não ser câncer de mama.

INCA - Ministério da Saúde.

INCA INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA
OUTUBRO ROSA 2016
CÂNCER DE MAMA
O QUE AUMENTA O RISCO?
COMO PREVENIR
SINAIS E SINTOMAS
DETECÇÃO PRECOCE
MATERIAL DE DIVULGAÇÃO

DETECÇÃO PRECOCE

IMPRENSA

PARCERIAS

CÂNCER DE MAMA Vamos falar sobre isso?

Teste: O que você sabe sobre o câncer?

O câncer de mama pode ser detectado em fases iniciais, em grande parte dos casos, aumentando assim as chances de tratamento e cura. Todas as mulheres, independentemente da idade, podem conhecer seu corpo para saber o que é e o que não é normal em suas mamas. A maior parte dos cânceres de mama é descoberta pelas próprias mulheres.

Além de estar atenta ao próprio corpo, também é recomendado que mulheres de 50 a 69 anos façam uma mamografia de rastreamento (quando não há sinais nem sintomas) a cada dois anos. Esse exame pode ajudar a identificar o câncer antes do surgimento dos sintomas.

Mamografia é uma radiografia das mamas feita por um equipamento de raios X chamado mamógrafo, capaz de identificar alterações suspeitas.

Mulheres com risco elevado para câncer de mama devem conversar com seu médico para avaliação do risco para decidir a conduta a ser adotada.

Mamografia de rastreamento e mamografia diagnóstica: qual a diferença?

No Brasil, a recomendação do Ministério da Saúde - assim como a da Organização Mundial da Saúde e a de outros países - é a realização da **mamografia de rastreamento** (quando não há sinais nem sintomas) **em mulheres de 50 a 69 anos, uma vez a cada dois anos**.

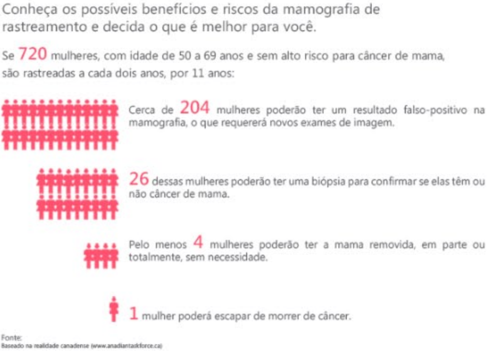
A mamografia de rastreamento pode ajudar a reduzir a mortalidade por câncer de mama, mas também expõe a mulher a alguns riscos. Conheça os principais benefícios e riscos desse exame:

Benefícios:

- Encontrar o câncer no início e permitir um tratamento menos agressivo.
- Menor chance de a paciente morrer por câncer de mama, em função do tratamento precoce.

Riscos:

- Suspeita de câncer de mama. Isso requer outros exames, sem que se confirme a doença. Esse alarme falso (resultado falso positivo) gera ansiedade e estresse.
- Câncer existente, mas resultado normal (resultado falso negativo). Esse erro gera falsa segurança à mulher.
- Ser diagnosticada e submetida a tratamento, com cirurgia (retirada parcial ou total da mama), quimioterapia e/ou radioterapia, de um câncer que não ameaçaria a vida. Isso ocorre em virtude do crescimento lento de certos tipos de câncer de mama
- Exposição aos Raios X. Raramente causa câncer, mas há um discreto aumento do risco quanto mais frequente é a exposição.



Conheça os possíveis benefícios e riscos da mamografia de rastreamento e decida o que é melhor para você.

Se 720 mulheres, com idade de 50 a 69 anos e sem alto risco para câncer de mama, são rastreadas a cada dois anos, por 11 anos:

Cerca de 204 mulheres poderão ter um resultado falso-positivo na mamografia, o que requererá novos exames de imagem.

26 dessas mulheres poderão ter uma biópsia para confirmar se elas têm ou não câncer de mama.

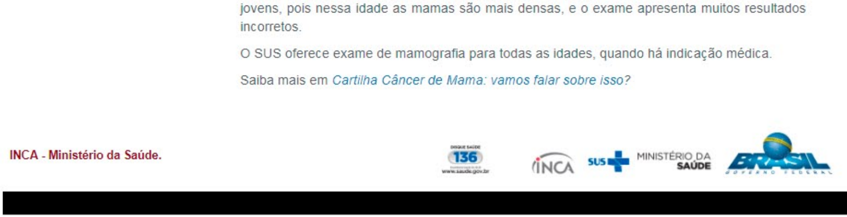
Pelo menos 4 mulheres poderão ter a mama removida, em parte ou totalmente, sem necessidade.

1 mulher poderá escapar de morrer de câncer.

Fonte:
Baseado na realidade canadense (www.anadiantaskforce.ca)

Mamografia diagnóstica

A mamografia diagnóstica, assim como outros exames complementares com finalidade de investigação de lesões suspeitas da mama, pode ser solicitada em qualquer idade, a critério médico. Ainda assim, a mamografia diagnóstica geralmente não é solicitada em mulheres



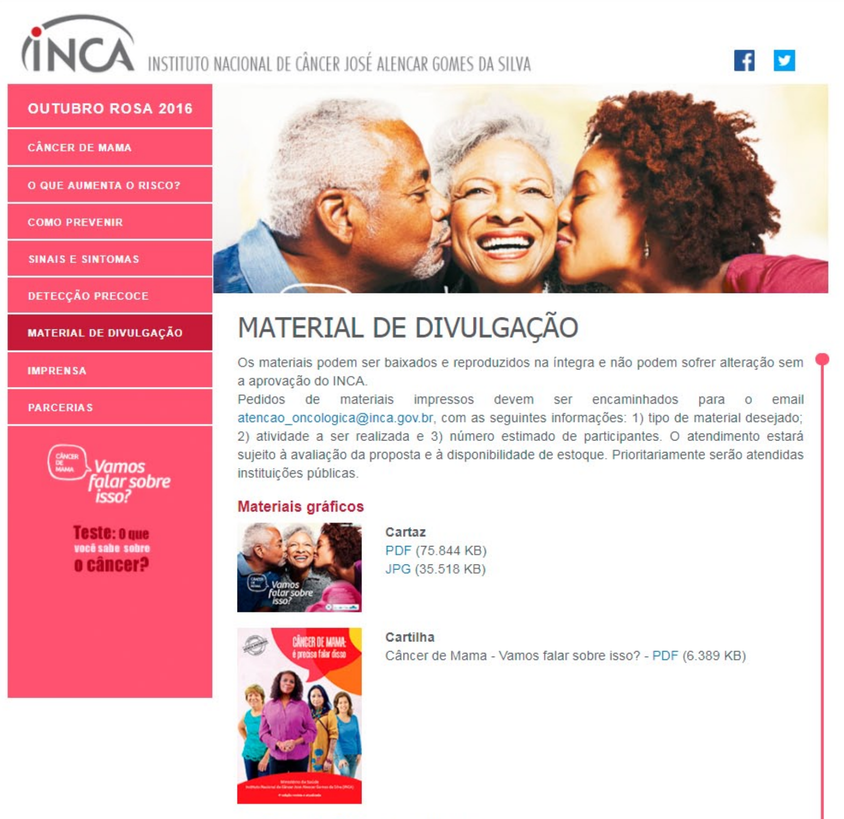
jovens, pois nessa idade as mamas são mais densas, e o exame apresenta muitos resultados incorretos.

O SUS oferece exame de mamografia para todas as idades, quando há indicação médica.

Saiba mais em *Cartilha Câncer de Mama: vamos falar sobre isso?*

INCA - Ministério da Saúde.

Disque Saúde 136
www.saude.gov.br
INCA
SUS
MINISTÉRIO DA SAÚDE
BRASIL
GOVERNO FEDERAL



INCA
INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA
OUTUBRO ROSA 2016
CÂNCER DE MAMA
O QUE AUMENTA O RISCO?
COMO PREVENIR
SINAIS E SINTOMAS
DETECÇÃO PRECOCE
MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
IMPRENSA
PARCERIAS
CÂNCER DE MAMA Vamos falar sobre isso?
Teste: O que você sabe sobre o câncer?

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO

Os materiais podem ser baixados e reproduzidos na íntegra e não podem sofrer alteração sem a aprovação do INCA.
Pedidos de materiais impressos devem ser encaminhados para o email atencao_oncologica@inca.gov.br, com as seguintes informações: 1) tipo de material desejado; 2) atividade a ser realizada e 3) número estimado de participantes. O atendimento estará sujeito à avaliação da proposta e à disponibilidade de estoque. Prioritariamente serão atendidas instituições públicas.

Materiais gráficos

Cartaz
PDF (75.844 KB)
JPG (35.518 KB)

Cartilha
Câncer de Mama - Vamos falar sobre isso? - PDF (6.389 KB)

Vamos falar sobre isso?
CÂNCER DE MAMA: é preciso falar disso

Vamos falar sobre isso?
CÂNCER DE MAMA:
VAMOS FALAR SOBRE ISSO!

Email Marketing
JPG (587 KB)

Filipeta
PDF (11.540 KB)

Folder
PDF (1.620 KB)

A mulher e o câncer de mama no Brasil

Exposição de Câncer de Mama

Mídias Sociais

Vamos falar sobre isso?
#câncerdemama

Facebook
Banner PNG (545 KB)
Avatar PNG (111 KB)

Twitter
Banner PNG (1.063 KB)
Avatar PNG (111 KB)

Youtube
Banner PNG (5.011 KB)
Avatar PNG (111 KB)

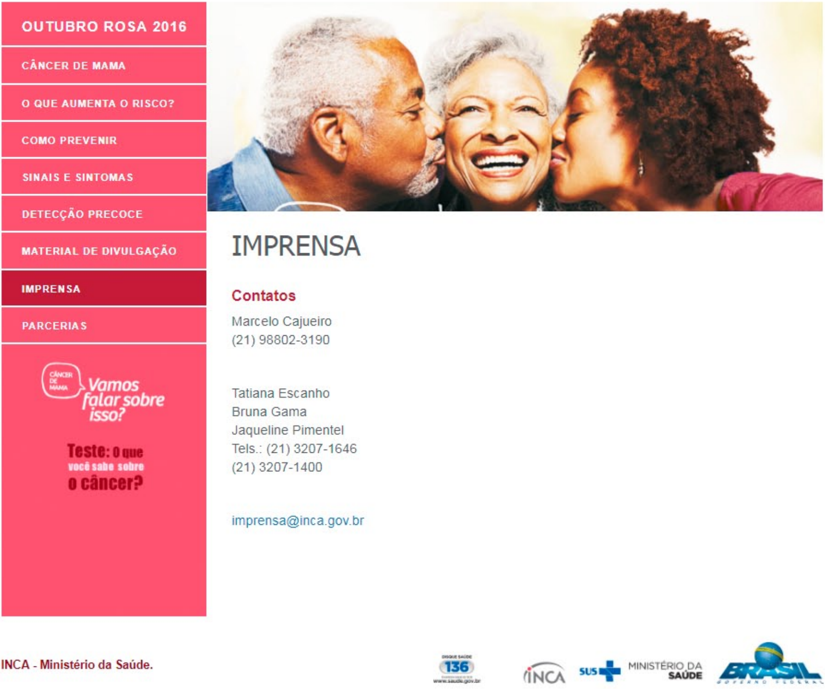
Banners
Blog JPG (236 KB)
Estático JPG (58 KB)

Câncer de mama - nódulos, reposição hormonal e próteses mamárias

REPOSIÇÃO
HORMONAL

Cuidados com a alimentação para se proteger do câncer de mama
CUIDADOS

Mamografia - rastreamento e diagnóstico



IMPRENSA

Contatos

Marcelo Cajueiro
(21) 98802-3190

Tatiana Escanho
Bruna Gama
Jaqueline Pimentel
Tels.: (21) 3207-1646
(21) 3207-1400

imprensa@inca.gov.br

INCA - Ministério da Saúde.

INCA
INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA
OUTUBRO ROSA 2016
CÂNCER DE MAMA
O QUE AUMENTA O RISCO?
COMO PREVENIR
SINAIS E SINTOMAS
DETECÇÃO PRECOCE

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO

IMPRENSA

PARCERIAS

CÂNCER DE MAMA

Vamos falar sobre isso?

Teste: O que você sabe sobre o câncer?

PARCERIAS

EXTRA

supervia
Trens Urbanos

Ministério da Saúde
FIOCRUZ
Fundação Oswaldo Cruz

JUSTIÇA
FEDERAL
TRF2