



INCA INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA 30 anos

INFORMAÇÕES RÁPIDAS

Google Pesquisa personalizada Pesquisar

OUTUBRO ROSA

Curtir 3,6 mil Tweetar

Movimento Outubro Rosa

Câncer de mama

Fatores de risco

Fatores de proteção

Sinais e sintomas

Deteção precoce

Impressos e multimídia

Teste: o que você sabe sobre o câncer?

#cancerdemama #outubrorosa

Copyright © 1996-2017 INCA - Ministério da Saúde
Praça Cruz Vermelha, 23 - Centro - 20230-130 - Rio de Janeiro - RJ - Tel. (21) 3207-1000
A reprodução, total ou parcial, das informações contidas nessa página é permitida sempre e quando for citada a fonte.
Gerenciado pelas divisões de Comunicação Social e Tecnologia da Informação

INCA INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA 30 anos

INFORMAÇÕES RÁPIDAS

Google Pesquisa personalizada Pesquisar

OUTUBRO ROSA

Curtir 3,6 mil Tweetar

Movimento Outubro Rosa

Câncer de mama

Fatores de risco

Fatores de proteção

Sinais e sintomas

Deteção precoce

Impressos e multimídia

Teste: o que você sabe sobre o câncer?

#cancerdemama #outubrorosa

O movimento Outubro Rosa

O movimento concebido como Outubro Rosa nasceu nos Estados Unidos, na década de 1990, 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 e promover a conscientização sobre a importância da detecção precoce da doença.

Desde 2010, o INCA participa do movimento, promovendo espaços de discussão sobre câncer de mama, divulgando e disponibilizando seus materiais informativos, tanto para profissionais de saúde quanto para a sociedade.

Campanha Outubro Rosa 2015

Em 2015, a campanha do INCA no Outubro Rosa tem como objetivo fortalecer as recomendações para o diagnóstico precoce e rastreamento de câncer de mama indicadas pelo Ministério da Saúde, desmistificando crenças em relação à doença e às formas de redução de risco e de detecção precoce.

Espera-se ampliar a compreensão sobre os desafios no controle do câncer de mama. Esse controle não depende apenas da realização da mamografia, mas também do acesso ao diagnóstico e ao tratamento com qualidade e no tempo oportuno. Ressalta-se ainda a necessidade de se realizar ações ao longo de todo o ano e não apenas no mês de outubro.

Os eixos da campanha são:

- Divulgar informações gerais sobre câncer de mama.
- Promover o conhecimento e estimular a postura de atenção das mulheres em relação às suas mamas e à necessidade de investigação oportuna das alterações suspeitas (Estratégia de Conscientização).
- Informar sobre as recomendações nacionais para o rastreamento e os benefícios e os riscos da mamografia de rotina, possibilitando que a mulher tenha mais segurança para decidir sobre a realização do exame.

Copyright © 1996-2017 INCA - Ministério da Saúde
Praça Cruz Vermelha, 23 - Centro - 20230-130 - Rio de Janeiro - RJ - Tel. (21) 3207-1000
A reprodução, total ou parcial, das informações contidas nessa página é permitida sempre e quando for citada a fonte.
Gerenciado pelas divisões de Comunicação Social e Tecnologia da Informação

INCA INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA 30 anos

INFORMAÇÕES RÁPIDAS

Google Pesquisa personalizada Pesquisar

OUTUBRO ROSA

Curtir 3,6 mil Tweetar

Movimento Outubro Rosa

Câncer de mama

Fatores de risco

Fatores de proteção

Sinais e sintomas

Deteção precoce

Impressos e multimídia

Teste: o que você sabe sobre o câncer?

#cancerdemama #outubrorosa

O câncer de mama

O câncer de mama é uma doença resultante da multiplicação de células anormais da mama, que forma um tumor. Há vários tipos de câncer de mama. Alguns se desenvolvem rapidamente, outros não.

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. Em 2015, para o Brasil, são esperados 57.120 casos novos de **câncer de mama**. Sem considerar os tumores de pele não melanoma, esse tipo de câncer é o mais frequente nas mulheres das regiões Sudeste, Sul, Centro-Oeste e Nordeste. Na região Norte, é o segundo mais incidente.

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

Localização primária	casos novos	%	Localização primária	casos novos	%
Traquéia, Brônquio e Pulmão	16.400	22,8%	Mama Feminina	57.120	20,8%
Célon e Rato	15.070	5,4%	Célon e Rato	17.530	6,4%
Estômago	12.870	4,3%	Traquéia, Brônquio e Pulmão	10.930	4,0%
Cavidade Oral	11.280	3,7%	Glândula Tireoide	8.050	2,9%
Esôfago	8.010	2,6%	Estômago	7.320	2,7%
Laringe	6.870	2,3%	Corpo do Útero	5.900	2,1%
Bexiga	6.750	2,2%	Ovário	5.680	2,1%
Leucemias	5.050	1,7%	Linfoma não Hodgkin	4.850	1,8%
Sistema Nervoso Central	4.960	1,6%	Leucemias	4.320	1,6%

* Números arredondados para 10 ou múltiplos de 10
Estimativa 2014: Incidência de Câncer no Brasil / Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva

Copyright © 1996-2017 INCA - Ministério da Saúde
Praça Cruz Vermelha, 23 - Centro - 20230-130 - Rio de Janeiro - RJ - Tel. (21) 3207-1000
A reprodução, total ou parcial, das informações contidas nessa página é permitida sempre e quando for citada a fonte.
Gerenciado pelas divisões de Comunicação Social e Tecnologia da Informação

INCA INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA 30 anos

INFORMAÇÕES RÁPIDAS

Google Pesquisa personalizada Pesquisar

OUTUBRO ROSA

Curtir 3,6 mil Tweetar

Movimento Outubro Rosa

Câncer de mama

Fatores de risco

Fatores de proteção

Sinais e sintomas

Deteção precoce

Impressos e multimídia

Teste: o que você sabe sobre o câncer?

#cancerdemama #outubrorosa

Câncer de mama - Fatores de risco

Não existe uma causa única para o câncer de mama, que é mais comum em mulheres (apenas 1% dos casos são diagnosticados em homens) e tem na idade um dos mais importantes fatores de risco para a doença. Cerca de quatro em cada cinco casos ocorrem após os 50 anos. O câncer de mama de caráter genético/hereditário corresponde a apenas 5% a 10% do total de casos da doença.

Diversos fatores estão relacionados ao câncer de mama:

Fatores ambientais e comportamentais*	Fatores da história reprodutiva e hormonal	Fatores genéticos e hereditários*
<ul style="list-style-type: none"> Obesidade e sobrepeso após a menopausa; Sedentarismo (não fazer exercícios); Consumo de bebida alcoólica; Exposição frequente a radiações ionizantes (Raio-X). 	<ul style="list-style-type: none"> Primeira menstruação (menarca) 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-progestrona); Ter feito reposição hormonal pós-menopausa, principalmente por mais de cinco anos. 	<ul style="list-style-type: none"> História familiar de câncer de ovário; Vários 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. <p>*A mulher que possui um ou mais desses fatores genéticos/hereditários é considerada com risco elevado para desenvolver câncer de mama.</p>

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

Copyright © 1996-2017 INCA - Ministério da Saúde
Praça Cruz Vermelha, 23 - Centro - 20230-130 - Rio de Janeiro - RJ - Tel. (21) 3207-1000
A reprodução, total ou parcial, das informações contidas nessa página é permitida sempre e quando for citada a fonte.
Gerenciado pelas divisões de Comunicação Social e Tecnologia da Informação

INCA INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA 30 anos

INFORMAÇÕES RÁPIDAS

Google Pesquisa personalizada Pesquisar

OUTUBRO ROSA

Curtir 3,6 mil Tweetar

Movimento Outubro Rosa

Câncer de mama

Fatores de risco

Fatores de proteção

Sinais e sintomas

Deteção precoce

Impressos e multimídia

Teste: o que você sabe sobre o câncer?

#cancerdemama #outubrorosa

Câncer de mama - Fatores de proteção

Estima-se que 30% dos casos de câncer de mama **possam ser evitados** quando são adotadas práticas saudáveis como:

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

Copyright © 1996-2017 INCA - Ministério da Saúde
Praça Cruz Vermelha, 23 - Centro - 20230-130 - Rio de Janeiro - RJ - Tel. (21) 3207-1000
A reprodução, total ou parcial, das informações contidas nessa página é permitida sempre e quando for citada a fonte.
Gerenciado pelas divisões de Comunicação Social e Tecnologia da Informação

INCA INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA 30 anos

INFORMAÇÕES RÁPIDAS

Google Pesquisa personalizada Pesquisar

OUTUBRO ROSA

Curtir 3,6 mil Tweetar

Movimento Outubro Rosa

Câncer de mama

Fatores de risco

Fatores de proteção

Sinais e sintomas

Deteção precoce

Impressos e multimídia

Teste: o que você sabe sobre o câncer?

#cancerdemama #outubrorosa

Câncer de mama - Fatores de proteção

Estima-se que 30% dos casos de câncer de mama **possam ser evitados** quando são adotadas práticas saudáveis como:

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

Copyright © 1996-2017 INCA - Ministério da Saúde
Praça Cruz Vermelha, 23 - Centro - 20230-130 - Rio de Janeiro - RJ - Tel. (21) 3207-1000
A reprodução, total ou parcial, das informações contidas nessa página é permitida sempre e quando for citada a fonte.
Gerenciado pelas divisões de Comunicação Social e Tecnologia da Informação

INCA INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA 30 anos

INFORMAÇÕES RÁPIDAS

Google Pesquisa personalizada Pesquisar

OUTUBRO ROSA

Curtir 3,6 mil Tweetar

Movimento Outubro Rosa

Câncer de mama

Fatores de risco

Fatores de proteção

Sinais e sintomas

Deteção precoce

Impressos e multimídia

Teste: o que você sabe sobre o câncer?

#cancerdemama #outubrorosa

Câncer de mama - Sinais e sintomas

Os principais sinais e sintomas do câncer de mama são:

- Carço (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 abaixo dos braços (axilas) ou no pescoço;
- Saída espontânea de líquido dos mamilos

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

Copyright © 1996-2017 INCA - Ministério da Saúde
Praça Cruz Vermelha, 23 - Centro - 20230-130 - Rio de Janeiro - RJ - Tel. (21) 3207-1000
A reprodução, total ou parcial, das informações contidas nessa página é permitida sempre e quando for citada a fonte.
Gerenciado pelas divisões de Comunicação Social e Tecnologia da Informação

INCA INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA 30 anos

INFORMAÇÕES RÁPIDAS

Google Pesquisa personalizada Pesquisar

OUTUBRO ROSA

Curtir 3,6 mil Tweetar

Movimento Outubro Rosa

Câncer de mama

Fatores de risco

Fatores de proteção

Sinais e sintomas

Deteção precoce

Impressos e multimídia

Teste: o que você sabe sobre o câncer?

#cancerdemama #outubrorosa

Deteção precoce

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. 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. 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 o seu médico para avaliação do risco para decidir a conduta a ser adotada.

Riscos e benefícios da mamografia de rastreamento

No Brasil, a recomendação do Ministério da Saúde 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 riscos e benefícios:

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.
- Se 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.

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](#)

Copyright © 1996-2017 INCA - Ministério da Saúde
Praça Cruz Vermelha, 23 - Centro - 20230-130 - Rio de Janeiro - RJ - Tel. (21) 3207-1000
A reprodução, total ou parcial, das informações contidas nessa página é permitida sempre e quando for citada a fonte.
Gerenciado pelas divisões de Comunicação Social e Tecnologia da Informação

INCA INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA 30 anos

INFORMAÇÕES RÁPIDAS

Google Pesquisa personalizada Pesquisar

OUTUBRO ROSA

Curtir 3,6 mil Tweetar

Movimento Outubro Rosa

Câncer de mama

Fatores de risco

Fatores de proteção

Sinais e sintomas

Deteção precoce

Impressos e multimídia

Teste: o que você sabe sobre o câncer?

#cancerdemama #outubrorosa

Impressos e multimídia

Câncer de mama - nódulos, reposição hormonal e próteses mamárias

Cuidados com a alimentação para se proteger do câncer de mama

Mamografia - rastreamento e diagnóstico

Vídeos

- TV interna - [mp4](#) (3.320KB)
- Entenda sobre câncer de mama, nódulos, reposição hormonal e próteses mamárias (Outubro Rosa) - [YouTube](#)
- Cuidados com a alimentação para se proteger do câncer de mama - [YouTube](#)
- Mamografia - Rastreamento e Diagnóstico - [YouTube](#)

Exposição: A Mulher e o Câncer de mama

Materiais gráficos

- Cartilha "Câncer de Mama: é preciso falar disso" - [pdf](#) (2.230KB)
- Cartaz 1: "Vamos falar sobre isso?"
64x46 cm - [pdf](#) (13.500KB) / [jpg](#) (590KB)
A4 - [pdf](#) (7.000KB) / [jpg](#) (187KB)
A3 - [pdf](#) (13.250KB) / [jpg](#) (343KB)
- Cartaz 2: "Vamos falar sobre isso?"
46x64 cm - [pdf](#) (15.870KB) / [jpg](#) (489KB)
A4 - [pdf](#) (4.320KB) / [jpg](#) (160KB)
A3 - [pdf](#) (7.910KB) / [jpg](#) (278KB)
- Filipeta - [pdf](#) (5.840KB) / frente [jpg](#) (253KB) / verso [jpg](#) (265KB)

Mídias Sociais

Facebook
Banner - [png](#) (790KB)
Avatar - [png](#) (110KB)

Twitter
Banner - [png](#) (1.290KB)
Avatar - [png](#) (110KB)

Youtube
Banner - [png](#) (4.545KB)
Avatar - [png](#) (110KB)

Banner Blog - [jpg](#) (264KB)

Banner Estático - [jpg](#) (32KB)

Copyright © 1996-2017 INCA - Ministério da Saúde
Praça Cruz Vermelha, 23 - Centro - 20230-130 - Rio de Janeiro - RJ - Tel. (21) 3207-1000
A reprodução, total ou parcial, das informações contidas nessa página é permitida sempre e quando for citada a fonte.
Gerenciado pelas divisões de Comunicação Social e Tecnologia da Informação