



Foco em saúde

Por Dr. Raul Borges Filho
CRM 88002

“Câncer de mama é o 2º tipo mais frequente entre as mulheres”

Câncer de Mama

Quando descoberto no começo, esse câncer pode ser curado. Principais fatores de risco: obesidade, dieta rica em gordura e pobre em fibras, fumo e álcool. Prevenção e diagnóstico: exercícios físicos frequentes, dieta rica em fibras e verduras e exame médico anual associado a exame de diagnóstico por imagem.

ETIOLOGIA - O câncer de mama se caracteriza pela proliferação anormal, de forma rápida e desordenada, das células do tecido mamário. A doença se desenvolve em decorrência de alterações genéticas. Porém, isso não significa que os tumores sejam sempre hereditários.

As alterações nos genes podem ser herdadas (hereditárias) ou adquiridas. O primeiro corresponde a cerca de 5% a 10% dos casos, ou seja, quando existem parentes de primeiro grau com a doença.

O estilo de vida pode influenciar no possível desenvolvimento da doença. Evitar a obesidade, através de dieta equilibrada e prática regular de exercícios físicos, é recomendação básica na prevenção, uma vez que o excesso de peso aumenta o risco. A ingestão de álcool, mesmo em quantidade moderada, é contraindicada, pois também é fator de risco. Sabe-se, ainda, que mulheres que tiveram filhos e amamentaram possuem menor risco de desenvolver a doença.

Um tumor pode ser benigno ou maligno (possuindo ou não potencial de ser perigoso). Os tumores benignos não são considerados cancerígenos: suas células têm aparência próxima do normal. Elas geralmente crescem lentamente e não invadem os tecidos vizinhos, nem se espalham para outras partes do corpo.

Já os tumores malignos são cancerosos. Caso suas células não sejam controladas, podem crescer e invadir tecidos e órgãos vizinhos, eventualmente se espalhando para outras partes do corpo.

As alterações genéticas, que são



chamadas mutações, podem ser determinadas por vários fatores, entre eles: exposição a hormônios (estrogênios), excesso de peso, ausência de atividade física, excesso de ingestão de gordura saturada, fumo e álcool.

Ainda não há certeza da associação do uso de pílulas anticoncepcionais com o aumento do risco para o câncer de mama.

O exame das mamas feito pela própria mulher não substitui o exame físico realizado por profissional de saúde (médico ou enfermeiro) qualificado para essa atividade.

SINAIS, SINTOMAS, RASTREAMENTO E DIAGNÓSTICO - O câncer de mama em fase inicial pode não apresentar sintomas e não ser sentido na palpitação, por isso é tão importante o acompanhamento médico, que após exame clínico solicitará, quando necessário, a complementação com exames de diagnóstico por imagem (mamografia/ultrassonografia ou ressonância nuclear magnética da mama), conforme sua ida-

de, características das mamas e fatores de risco. As formas mais eficazes para detecção precoce do câncer de mama são o exame clínico da mama, a mamografia e atualmente a ultrassonografia, muito solicitada para as mulheres mais jovens.

Muitas mulheres reclamam da dor provocada pela mamografia ou até deixam de fazer o exame para evitar o incômodo. Essa realidade é comprovada por mastologistas e radiologistas que lutam para desmistificar o mito negativo dos que pregam erroneamente contra o exame e confundem, assim, a população. O exame é simples e rápido.

Atualmente, mais de 12 mil mulheres morrem por ano no Brasil em decorrência da doença, o que representa 2,5% das mortes femininas no país. Segundo o presidente da Sociedade Brasileira de Mastologia (SBM), Dr. Carlos Alberto Ruiz, a maioria morre por falta de informação, já que poderia ter diagnosticado precocemente o tumor com o exame de mamografia, aumentando assim as chances de cura, que para este tipo de câncer pode chegar a 95%.

Anualmente, há no Brasil e no mundo campanhas para conscientizar a população a realizar a pesquisa da presença do câncer de mama, a mais conhecida chamada de “Outubro Rosa”, visando realizar um maior número de diagnósticos precoces e, conseqüentemente, aumentar a sobrevivência de mulheres com o problema. Não deixe de participar! Consulte seu ginecologista regularmente! 