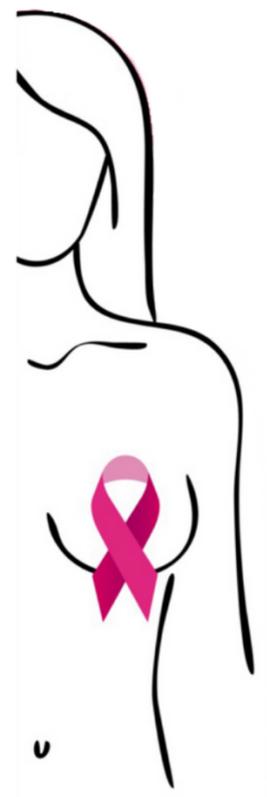




Câncer de mama



Organizador

Liga Acadêmica de Anatomia Geral (LAAG).

Colaborador

Liga Acadêmica de Ginecologia e Obstetrícia (LGO).

Autores

Lara F. Lopes da Silva
Lara G. dos Santos
Lorena V. Martins
Julia R. Casari

Acesse nossas referências:





O que é?

Mamas são formadas por *glândulas* cuja principal função é a *produção do leite*, que se forma nos lóbulos e é conduzido até os mamilos por pequenos canais chamados ductos.

Quando as células da mama passam a dividir-se de forma desordenada e defeituosa, um tumor maligno pode instalar-se principalmente nos ductos e mais raramente nos lóbulos. Levando a formação de um nódulo (caroço) nas mamas e em tecidos vizinhos, como nas axilas.



Sintomas

O sintoma do câncer de mama mais fácil de ser percebido pela mulher é um *caroço no seio*, acompanhado ou não de dor. Outros sintomas, porém, devem ser considerados, como a *deformidade e/ou aumento da mama*, a *retração da pele ou do mamilo*, os *gânglios axilares aumentados*, *vermelhidão*, *edema*, *dor* e a *presença de líquido nos mamilos*.

Deve-se lembrar que nem todo caroço é um câncer de mama, por isso é importante consultar um profissional de saúde.



Autoexame



EM PÉ



EM FRENTE AO ESPELHO



EXAMINE A AXILA



MOVIMENTOS PARA CIMA E PARA BAIXO



MOVIMENTOS EM CÍRCULOS E POR PARTES DA MAMA



PRESSIONE O MAMILO



DEITADA

Não dispensando a necessidade de ir a consultas regulares e realizar a mamografia, o autoexame ainda é importante, pois permite que a mulher conheça seu corpo e perceba alterações na área das mamas com maior facilidade. Recomenda-se, que se realize o autoexame uma semana após a menstruação.



Prevenção

Boa alimentação, prática de atividade física, manter um peso corporal adequado e evitar ou reduzir o consumo de bebidas alcoólicas.

O *sobrepeso* é um fator de risco para o desenvolvimento do câncer de mama.

Mulheres a partir dos 40 anos deve procurar o médico para a realização anual do exame clínico e, toda mulher, entre os 50 e 69 anos deve fazer pelo menos uma mamografia a cada dois anos.

O *autoexame* e o *exame de mamografia* são essenciais para o diagnóstico precoce.