

DÚVIDAS SOBRE O CÂNCER DE MAMA

1 - O que causa o câncer de mama?

Na maioria dos casos de câncer de mama, não há uma causa específica. Há alguns fatores que estão associados ao aumento do risco de desenvolver a doença. A própria idade é um deles, pois a chance aumenta na medida em que se envelhece. Menarca precoce, menopausa tardia, nuliparidade (não ter filhos), primeiro filho em idade avançada, não amamentação e uso de terapia de reposição hormonal são fatores associados ao risco. Consumo excessivo de álcool, obesidade na pós-menopausa e sedentarismo também. Os fatores hereditários são responsáveis por menos de 10% dos cânceres de mama. O risco é maior quando os parentes acometidos são de primeiro grau (pai, mãe, irmãos, filhos).

2 - Atinge homens em que proporção?

O câncer de mama em homens é raro. Estima-se que, do total de casos da doença, apenas 0,8% a 1% ocorram em pessoas do sexo masculino.

3 - Existe algum sintoma além de caroço no seio?

A forma mais habitual é o aparecimento de nódulo, geralmente indolor. Outros sinais e sintomas menos frequentes são edemas semelhantes à casca de laranja, irritação ou irregularidades na pele, dor, inversão ou descamação no mamilo e descarga papilar (saída de secreção pelo mamilo). Podem também surgir nódulos palpáveis na axila.

4 - É sempre possível notar a doença por meio do toque nos seios?

Não, a patologia tem uma fase em que as lesões são do tipo não-palpáveis. Por isso, é importante a realização de exames de imagem na faixa etária de maior risco.

5 - Segundo o Inca, o autoexame não é estimulado como medida de detecção. Por quê?

Considerando as evidências atualmente disponíveis, não se pode recomendar ou fomentar o ensino do autoexame como método de rastreamento. Também não foi evidenciada diminuição da mortalidade por câncer de mama com o uso do autoexame. Entretanto, o Inca destaca a importância de que a mulher esteja atenta ao seu corpo e à saúde das mamas. A recomendação é que, diante da observação de qualquer alteração ou mudança nas mamas, busque imediatamente a avaliação de um médico.

6 - Prótese de silicone nos seios pode levar à doença?

Não há evidência científica de que exista associação entre implantes mamários de silicone e o risco de desenvolvimento de câncer de mama.

7 - Como é o tratamento de câncer de mama?

O tratamento é multidisciplinar, ou seja, deve incluir a opinião de vários especialistas médicos, como o mastologista, o radiologista, o oncologista clínico, o radioterapeuta, assim como enfermeira especializada, psicóloga, fisioterapeuta e assistente social. Habitualmente, o tratamento pede cirurgia e é complementado pela radioterapia e quimioterapia/hormonioterapia.

8 - Quais são as chances de cura de câncer de mama?

Quando diagnosticado precocemente, há até 95% de chance de cura. Por isso, é importante que toda mulher de 50 a 69 anos faça mamografia a cada dois anos.

9 - Quais alimentos ajudam a prevenir a doença?

Os de origem vegetal: frutas, legumes, verduras e leguminosas (como feijão, lentilha, grão-de-bico). Têm o poder de inibir a chegada de compostos cancerígenos às células e, ainda, consertar o DNA danificado quando a agressão já começou. Se a célula foi alterada e não foi possível consertar o DNA, alguns compostos promovem a morte delas, interrompendo a multiplicação desordenada.

A ideia de que determinado alimento é bom para tal tipo de câncer não se

aplica. Tem de haver sinergismo entre os compostos, o que ajuda em todos os tipos da doença. Por isso, é importante variar a alimentação ao máximo. A recomendação é consumir, no mínimo, 400g por dia de vegetais, sendo 2/5 de frutas e 3/5 de legumes e verduras. Cada porção equivale a uma quantia que caiba na palma da sua mão, do produto picado ou inteiro, totalizando 80g. (Fonte: Instituto Nacional de Câncer - Inca)