

# OUTUBRO ROSA – CTU**ROSA**

## O CTUR **TAMBÉM É ROSA**

### O CÂNCER DE MAMA

O Colégio Técnico da Universidade Rural – CTUR, sempre esteve incluído nas atividades do Outubro Rosa, criando o evento **CTUROSA** onde fazemos divulgação entre as alunas sobre a importância dos cuidados com a prevenção para detecção do câncer de mama, palestra sempre são desenvolvidas com esse fim, além de relatos de experiência por quem passou pela doença também fazemos cortes de cabelos gratuitos com cabeleireiras de Seropédica que doam seus serviços em prol dessa causa, com o intuito de arrecadar cabelo e doar para o Instituto do câncer para que os mesmos possam ser aproveitados na fabricação de perucas e possam causar bem estar e aumentar a estima de quem perdeu seu cabelo.

Conforme o Instituto Nacional do Câncer (INCA) o Outubro Rosa foi criado no início da década de 1990, é celebrado no Brasil e no exterior com o objetivo de compartilhar informações e promover a conscientização sobre o câncer de mama, a fim de contribuir para a redução da incidência e da mortalidade pela doença. O objetivo do Outubro Rosa 2021 é divulgar informações sobre o câncer de mama e fortalecer as recomendações do Ministério da Saúde para prevenção, diagnóstico precoce e rastreamento da doença.

O câncer de mama é o tipo que mais acomete mulheres em todo o mundo. Cerca de 2,3 milhões de casos novos foram estimados para o ano de 2020 em todo o mundo.

Para o Brasil, foram estimados 66.280 casos novos de câncer de mama em 2021, com um risco estimado de 61,61 casos a cada 100 mil mulheres.

É o tipo de câncer que mais mata mulheres no Brasil.

As maiores taxas de incidência e de mortalidade estão nas regiões Sul e Sudeste do Brasil.

Os principais sinais e sintomas suspeitos de câncer de mama são: caroço (nódulo), geralmente endurecido, fixo e indolor; pele da mama avermelhada ou parecida com casca de laranja, alterações no bico do peito (mamilo) e saída espontânea de líquido de um dos mamilos. Também podem aparecer pequenos nódulos no pescoço ou na região embaixo dos braços (axilas).

#### **Fatores de risco**

Não há uma causa única para o câncer de mama. Diversos fatores estão relacionados ao desenvolvimento da doença entre as mulheres, como: envelhecimento, determinantes relacionados à vida reprodutiva da mulher, histórico familiar de câncer de mama, consumo de álcool, excesso de peso, atividade física insuficiente e exposição à radiação ionizante.

Os principais fatores são:

### **Comportamentais/Ambientais**

- Obesidade e sobrepeso, após a menopausa
- Atividade física insuficiente (menos de 150 minutos de atividade física moderada por semana)
- Consumo de bebida alcoólica
- Exposição frequente a radiações ionizantes (Raios-X, tomografia computadorizada, mamografia etc.)
- História de tratamento prévio com radioterapia no tórax

### **Aspectos da vida reprodutiva/hormonais**

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

### **Hereditários/Genéticos**

- Histórico familiar de câncer de ovário; de câncer de mama em mulheres, principalmente antes dos 50 anos; e caso de câncer de mama em homem
- Alteração genética, especialmente nos genes BRCA1 e BRCA2.

A mulher que possui esses fatores genéticos tem risco elevado para câncer de mama.

Seropédica, outubro 2021.

Direção