



Faça da **prevenção**

um ato de amor



**POLÍCIA  
CIVIL**  
MINAS GERAIS



# Observe



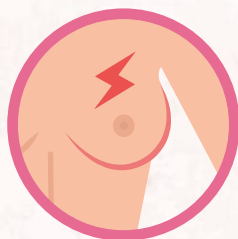
Secreção  
no mamilo



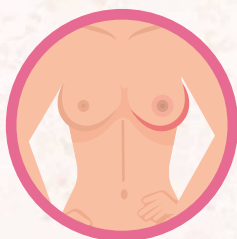
Mamilo  
invertido



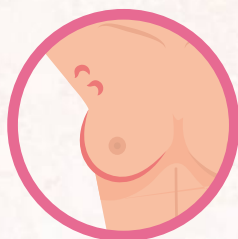
Inchaço em  
parte da mama



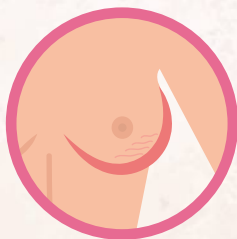
Dor na mama  
ou mamilo



Inchaço em  
toda a mama



Caroço na  
axila



Pele com aspecto  
em ugado



Irritação  
na pele

## Importante!

As alterações, apontadas na ilustração, nem sempre são indicações do diagnóstico de câncer, porém, deve-se ficar em alerta.



## Fatores de risco

- ✓ Obesidade
- ✓ Ingestão de álcool
- ✓ Fumar
- ✓ Uso de contraceptivos orais a base de estrogênio por longo período, somado à predisposição genética
- ✓ Menarca precoce (idade da primeira menstruação menor que 12 anos) ou menopausa tardia (após os 50 anos)
- ✓ Primeira gravidez após os 30 anos
- ✓ Mulheres sem histórico de gestação
- ✓ Terapia de reposição hormonal pós-menopausa prolongada (por mais de cinco anos)



## Prevenção

- ✓ Estabeleça uma dieta equilibrada
- ✓ Pratique atividade física
- ✓ Não fume
- ✓ Evite o consumo de bebidas alcoólicas
- ✓ Consulte-se regularmente seu médico
- ✓ Realize o autoexame das mamas

## Autoexame das mamas

É o exame das mamas realizado pela própria mulher. Ele tem caráter mais educativo e **não substitui a consulta** com um médico especialista. Geralmente é realizado em uma posição confortável, com pequenas palpações em torno da auréola, em movimentos circulares, na busca de pequenos “caroços”.

Importante destacar que **a mama sofre alterações conforme o período do ciclo menstrual**. Portanto, escolha realizar o procedimento em períodos mais afastados do ciclo.

O diagnóstico pelo sistema de saúde  
O Ministério da Saúde recomenda o exame clínico anual. A mamografia é realizada no caso de resultado alterado do exame, para mulheres de 40 a 49 anos e, a cada 2 anos, para as de 50 a 69 anos. Já a Sociedade Brasileira de Mastologia orienta que, a mamografia deva ser feita anualmente, a partir dos 40 anos.

Já para as mulheres com risco elevado, o acompanhamento deve começar aos 35 anos.

**Risco elevado inclui:** história familiar de câncer de mama em parente de primeiro grau antes dos 50 anos; de câncer bilateral ou de ovário em qualquer idade; e história familiar de câncer de mama masculino, entre outros sinais.



O câncer de mama é um tumor maligno que se desenvolve devido a alterações genéticas nas células mamárias. Se diagnosticado e tratado precocemente, o prognóstico é positivo e a chance de cura é alta.

**Os homens também devem ficar atentos aos possíveis sintomas da doença, apesar da pouca incidência entre o público masculino.**



## *Incidência*

No Brasil, estima-se que **73.610** novos casos de câncer de mama, para cada ano do triênio 2023-2025. O número corresponde a uma taxa ajustada de incidência de 41,89 por 100 mil mulheres.



A doença ocupa a **primeira posição mais frequente** em todas as regiões do país



É o **segundo tipo de câncer mais comum** nas brasileiras



## Tratamento

As modalidades de tratamento do câncer de mama podem ser divididas em:

**Tratamento local:** cirurgia e radioterapia (além de reconstrução mamária)

**Tratamento sistêmico:** quimioterapia, hormonioterapia e terapia biológica.

**A escolha do tratamento depende de fatores como a presença ou ausência de receptores hormonais, o estadiamento do tumor, o estado de saúde e o perfil do paciente.**

**Fontes:** consultores médicos da Fundação do Câncer e Instituto Nacional de Câncer (Inca); e profissionais da saúde do Hospital da Polícia Civil. As informações apresentadas não substituem a orientação e avaliação personalizada do profissional de saúde.



     [pcmgoficial](#)

 [pcmg.oficial](#)

 [www.policiacivil.mg.gov.br](http://www.policiacivil.mg.gov.br)

**POLÍCIA  
CIVIL  
MINAS GERAIS**