

# Câncer de mama

O câncer de mama é caracterizado pelo crescimento de células cancerígenas

## Estatísticas

Estimativa de novos casos: 73.610 (2022 - INCA); e

Número de mortes: 18.361, sendo 220 homens e 18.139 mulheres (2021 - Atlas de Mortalidade por Câncer - SIM).

## O que aumenta o risco?

O câncer de mama não tem somente uma causa. A idade é um dos mais importantes fatores de risco para a doença (cerca de quatro em cada cinco casos ocorrem após os 50 anos).

Outros fatores que aumentam o risco da doença são:

Fatores ambientais e comportamentais	Fatores da história reprodutiva e hormonal	Fatores genéticos e hereditários**
<b>Excesso de gordura corporal</b> (obesidade e sobrepeso)	Primeira menstruação antes de 12 anos	História familiar de câncer de ovário
<b>Inatividade física*</b>	Não ter tido filhos	Casos de câncer de mama na família, principalmente antes dos 50 anos
Consumo de <b>bebida</b>	Primeira gravidez após	História familiar de

alcoólica	os 30 anos	câncer de mama em homens
Exposição frequente a radiações ionizantes para tratamento (radioterapia) ou exames diagnósticos (tomografia, Raios-X, mamografia, etc)	Parar de menstruar (menopausa) após os 55 anos	Alteração genética, especialmente nos genes BRCA1 e BRCA2
Tabagismo - há evidências sugestivas de aumento de risco	Uso de contraceptivos hormonais (estrogênio-progestero na)	
Profissionais como cabeleireiro, operadores de rádio e telefone, trabalhadores noturnos, da indústria da borracha, plástico, química, refinaria de petróleo e manufatura de pvc tem maior risco de ter câncer de mama	Ter feito reposição hormonal pós-menopausa, principalmente por mais de cinco anos	

\* Para maiores informações, consulte o [Guia de Atividade Física para a população brasileira](#) (abra em outra janela) e as [Recomendações para Prevenção e Controle de Câncer por meio da Atividade Física](#).

\*\*A mulher que possui um ou mais fatores genéticos/hereditários apresenta risco elevado de desenvolver câncer de mama. Apenas 5 a 10 % dos casos da doença estão relacionados a esses fatores.

Atenção: a presença de um ou mais desses fatores de risco não significa que a mulher terá necessariamente a doença.

## Como prevenir?

Cerca de 17% dos casos de câncer de mama podem ser evitados com a adoção de hábitos saudáveis como:

- Praticar [atividade física](#)
- Manter o [peso corporal](#) adequado
- Evitar o consumo de [bebidas alcoólicas](#)
- [Amamentar](#) seu bebê

Amamentar o máximo de tempo possível é um fator de proteção contra o câncer.

Não fumar e evitar o [tabagismo passivo](#) são medidas que podem contribuir para a prevenção do câncer de mama.

## Sinais e sintomas

O câncer de mama pode ser percebido em fases iniciais, na maioria dos casos, por meio dos seguintes sinais e sintomas:

- Nódulo (caroço), fixo e geralmente indolor: é a principal manifestação da doença, estando presente em cerca de 90% dos casos quando o câncer é percebido pela própria mulher
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja
- Alterações no bico do peito (mamilo) como retrações.
- Pequenos nódulos nas axilas ou no pescoço
- Saída espontânea de líquido anormal pelos mamilos

Esses sinais e sintomas devem sempre ser investigados por um médico para que

seja avaliado o risco de se tratar de câncer.

É importante que as mulheres observem suas mamas sempre que se sentirem confortáveis para tal (seja no banho, no momento da troca de roupa ou em outra situação do cotidiano), sem técnica específica, valorizando a descoberta casual de pequenas alterações mamárias.

Em caso de permanecerem as alterações, elas devem procurar logo os serviços de saúde para avaliação diagnóstica.

A postura atenta das mulheres em relação à saúde das mamas é fundamental para a detecção precoce do câncer da mama.

### Detecção precoce

O câncer de mama pode ser detectado em fases iniciais, em grande parte dos casos, aumentando assim a possibilidade de tratamentos menos agressivos e com taxas de sucesso satisfatórias.

Todas as mulheres, independentemente da idade, devem ser estimuladas a conhecer seu corpo para saber o que é e o que não é normal em suas mamas. A maior parte dos cânceres de mama é descoberta pelas próprias mulheres.

Além disso, o Ministério da Saúde recomenda que a mamografia de rastreamento (exame realizado quando não há sinais nem sintomas suspeitos) seja ofertada para mulheres entre 50 e 69 anos, a cada dois anos.

A recomendação brasileira segue a orientação da Organização Mundial da Saúde e de países que adotam o rastreamento mamográfico.

Mamografia é uma radiografia das mamas feita por um equipamento de raios X chamado mamógrafo, capaz de identificar alterações suspeitas de câncer antes do surgimento dos sintomas, ou seja, antes que seja palpada qualquer alteração nas mamas.

Mulheres com risco elevado de câncer de mama devem conversar com seu médico para avaliação do risco e definição da conduta a ser adotada.

A mamografia de rastreamento pode ajudar a reduzir a mortalidade por câncer de

mama, mas também expõe a mulher a alguns riscos. Os principais benefícios e riscos desse exame são:

- Benefícios:
- Encontrar o câncer no início e permitir um tratamento menos agressivo.
- Menor chance de a paciente morrer por câncer de mama, em função do tratamento precoce.
- Riscos:
- Resultados incorretos:
- Suspeita de câncer de mama, sem que se confirme a doença. Esse alarme falso (resultado falso positivo) gera ansiedade e estresse, além da necessidade de outros exames.
- Câncer existente, mas resultado normal (resultado falso negativo). Esse erro gera falsa segurança à mulher.
- Ser diagnosticada e submetida a tratamento, com cirurgia (retirada parcial ou total da mama), quimioterapia e/ou radioterapia, de um câncer que não ameaçaria a vida. Isso ocorre em virtude do crescimento lento de certos tipos de câncer de mama.
- Exposição aos Raios X. Raramente causa câncer, mas há um discreto aumento do risco quanto mais frequente é a exposição. Esse dado não deve desestimular as mulheres a se submeterem à mamografia, já que a exposição ao Raio X durante esse exame é bem pequena, tornando o método bastante seguro para a detecção precoce.

A mamografia diagnóstica, exame realizado com a finalidade de investigação de lesões suspeitas da mama, pode ser solicitada em qualquer idade, a critério médico. Ainda assim, a mamografia diagnóstica não apresenta uma boa sensibilidade em mulheres jovens, pois nessa idade as mamas são mais densas, e o exame apresenta muitos resultados incorretos.

O SUS oferece exame de mamografia para todas as idades, conforme indicação médica.

Saiba mais em [cartilha Câncer de mama: vamos falar sobre isso?](#)

## Diagnóstico

Um nódulo ou outro sintoma suspeito nas mamas deve ser investigado para confirmar se é ou não câncer de mama. Para a investigação, além do exame clínico das mamas, exames de imagem podem ser recomendados, como mamografia, ultrassonografia ou ressonância magnética.

A confirmação diagnóstica só é feita, porém, por meio da biópsia, técnica que consiste na retirada de fragmentos do nódulo ou da lesão suspeita por meio de punções (extração por agulha) ou de uma pequena cirurgia. O material retirado é analisado pelo patologista para a definição do diagnóstico.

## Tratamento

Muitos avanços vêm ocorrendo no tratamento do câncer de mama nas últimas décadas. Há hoje mais conhecimento sobre as variadas formas de apresentação da doença e diversas terapêuticas estão disponíveis. São vários subtipos de câncer de mama e cada um requer tratamento específico e individualizado.

O tratamento do câncer de mama depende da fase em que a doença se encontra (estadiamento) e do tipo do tumor. Pode incluir cirurgia, radioterapia, quimioterapia, hormonioterapia e terapia biológica (terapia alvo).

Quando a doença é diagnosticada no início, o tratamento tem maior potencial curativo. No caso de a doença já possuir metástases (quando o câncer se espalhou para outros órgãos), o tratamento busca prolongar a sobrevida e melhorar a qualidade de vida.

O tratamento varia de acordo com o estadiamento da doença, as características biológicas do tumor e as condições da paciente (idade, se já passou ou não pela menopausa, doenças preexistentes e preferências).

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

- Tratamento local: cirurgia e radioterapia.
- Tratamento sistêmico: quimioterapia, hormonioterapia e terapia biológica.