

Publicado pelo Portal *Portal Fiocruz* (<https://portal.fiocruz.br>)

Início > Médica esclarece mitos e verdades sobre o câncer de mama

Médica esclarece mitos e verdades sobre o câncer de mama

O câncer de mama, é uma das doenças que mais afeta as mulheres, ocorre devido alterações genéticas nas células mamárias fazendo com que elas cresçam sem ordem ou controle e formem um tumor maligno. Em 19 de outubro, o mundo celebra o Dia do Combate ao Câncer de Mama, uma data que visa lembrar a importância da prevenção, detecção precoce e tratamento adequado dessa doença. No entanto, além da esperança e das iniciativas que envolvem esta data, circulam informações que nem sempre são precisas e que podem causar confusão e medo. Nesse contexto, para desmitificar as informações que cercam essa doença complexa, a mastologista do Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira (IFF/Fiocruz) Viviane Esteves esclarece sobre a enfermidade.

O câncer de mama sempre gera bolas que podem ser sentidas e causam dor

Viviane Esteves: Fake. O câncer de mama deve levantar suspeita em nódulos que aparecem em mulheres com mais de 50 anos, nódulos em mulheres com mais de 30 anos que persistem por mais de um ciclo de menstruação, nódulo que têm uma consistência mais endurecida, fixa, que vem aumentando de tamanho, saída de secreção sanguinolenta pelo mamilo, feridas, lesões na pele da mama que não respondem aos tratamentos, homens que tenham tumores ou nódulos palpáveis, caroços linfonodos aumentados na axila, alterações do tamanho da mama ou alterações da pele da mama, edemas com aspecto de casca de laranja, retrações na mama, mudança no formato do mamilo (se ele ficar para dentro, se ele retrair), são todas essas situações que devem ser suspeitas e diante delas é recomendável procurar atendimento médico porque pode ser câncer de mama e não só a bola que causa dor.

O câncer de mama ocorre apenas em mulheres de meia-idade e idosas

Viviane Esteves: Fake. A faixa etária de maior risco realmente é de mulheres de 50 a 69 anos, mas nós sabemos que existe uma parcela grande da população que apresenta câncer de mama com menos de 50 anos e uma parcela da população que também apresenta câncer de mama com mais de 69 anos. Então, qualquer alteração das mencionadas acima com relação a mama, a orientação para a paciente é procurar atendimento médico.

A reposição hormonal durante a menopausa traz risco para o câncer de mama

Viviane Esteves: Verdade. A reposição hormonal aumenta o risco, mas não aumenta a mortalidade. Então, mulheres com indicação para a realização de terapia de reposição hormonal, com supervisão médica, podem e devem fazer.

Uso de anticoncepcional oral causa câncer de mama

Viviane Esteves: Parcialmente verdade. Existem poucos artigos que correlacionam o uso do anticoncepcional com o aumento do risco de câncer, mas são poucos artigos e um risco muito discreto. Então, hoje não é para ninguém deixar de fazer o anticoncepcional por medo do risco de câncer. A mulher pode tomar, se tiver indicação com orientação médica.

A amamentação protege contra o câncer de mama

Viviane Esteves: Verdade. A amamentação é realmente um fator de proteção e deve ser incentivada pelo maior tempo possível.

“Não terei câncer de mama se não tiver histórico familiar da doença”

Viviane Esteves: Fake. A maior parte dos diagnósticos de câncer de mama são feitos em mulheres que não têm histórico familiar de câncer de mama. Apenas 5 a 10% das pacientes com câncer de mama têm um câncer que nós chamamos de caráter hereditário.

Se tiver um nódulo no seio é muito provável que seja câncer

Viviane Esteves: Fake. As causas mais prováveis de nódulos são benignas, principalmente em mulheres jovens. Mas sempre tenha atenção se o nódulo estiver endurecido, espiculado (que aparecem nos exames radiológicos), se ele crescer, e se for muito persistente. Nesses casos a paciente precisa procurar um especialista.

“Meu nódulo mamário é muito doloroso, então certamente não é câncer, já que nódulos cancerígenos supostamente não são dolorosos”

Viviane Esteves: Fake. A maior parte dos tumores de mama realmente não são dolorosos, mas se eles forem grandes, tiver comprometimento de pele ou dos gânglios axilares, esses nódulos podem sim ser dolorosos.

“Se meu histórico familiar vier do lado paterno, não terei câncer de mama”

Viviane Esteves: Fake. A predisposição hereditária que corresponde a menor percentual dos casos de câncer de mama não estão relacionados com o sexo, com o pai ou com a mãe. Sendo assim, o histórico familiar paterno também conta como risco para câncer de mama.

Uma pancada no seio pode causar câncer

Viviane Esteves: Fake. Normalmente, a paciente quando tem uma pancada, ela palpa e observa mais o local e acaba identificando às vezes que tem alguma alteração na mama, mas uma pancada ou queda não causa câncer de mama.

Sutiã apertado pode causar câncer de mama

Viviane Esteves: Fake. O sutiã apertado pode causar dor, incômodo, mas não existe nenhuma evidência na literatura científica que indique que o uso de sutiã apertado possa causar câncer de mama.

Usar desodorante antitranspirante causa câncer de mama

Viviane Esteves: Fake. Essa história do uso do desodorante com alumínio causando câncer de mama veio por conta da absorção do alumínio, mas também não tem estudo que correlaciona o antiperspirante com o alumínio com o câncer de mama.

Colocar o celular no sutiã pode causar câncer de mama

Viviane Esteves: Fake. Não existe comprovação científica de que colocar celular, dinheiro ou cartão no sutiã possa aumentar o risco de câncer de mama.

Comer frango aumenta o risco de câncer de mama

Viviane Esteves: Fake. Não existem ainda estudos mostrando que o consumo do frango aumenta ou diminui o risco de câncer de mama.

Praticar exercícios físicos ajuda na prevenção do câncer de mama

Viviane Esteves: Verdade. A prática de exercício físico é um fator de proteção e deve sempre ser estimulada.

Ter seios pequenos torna você menos propensa ao câncer de mama

Viviane Esteves: Fake. O tamanho dos seios não interfere no risco de desenvolver câncer de mama. Basta ter o tecido mamário que a mulher pode desenvolver a doença.

Próteses de silicone aumentam o risco de câncer

Viviane Esteves: Fake. A prótese de silicone está associada a um risco de câncer muito raro, que é o linfoma de grandes células da mama, e não tem a ver com o câncer de mama mais comum, que é o carcinoma.

Ter um seio maior que o outro é sinal de que pode gerar câncer de forma mais fácil

Viviane Esteves: Fake. Um seio maior que o outro não aumenta risco de câncer de mama.

Crems reafirmantes de mama e crems antiestrias são fatores de risco relacionados ao câncer de mama

Viviane Esteves: Fake. Hoje em dia, existem estudos falando sobre os disruptores endócrinos, mas ainda não podemos afirmar que esses crems estão associados ao aumento do risco de câncer.

Consumir muito açúcar pode causar câncer de mama

Viviane Esteves: Verdade. O consumo de doces pode causar câncer de mama parcialmente. O que está associado ao aumento do risco de câncer de mama é o excesso

de gordura corporal, uma obesidade, sobrepeso, então pessoas que consomem muito doce, em demasia, elas têm uma maior predisposição a estarem acima do peso e o sobrepeso aumenta o risco de câncer de mama.

A mamografia é dolorosa

Viviane Esteves: Fake. Para termos uma boa mamografia, é preciso que a mama seja comprimida para uma boa visualização das estruturas do seio. A pessoa pode sentir um incômodo da compressão da mama, mas não é para ter dor fazendo a mamografia.

“Estou grávida. Devo aguardar para fazer a mamografia”

Viviane Esteves: Verdade. Se estiver grávida, a orientação é que não faça a mamografia. Mas se houver necessidade, a gestante pode fazer a mamografia, porque a radiação é muito pequena e elas usam uma proteção abdominal. Mas somente se tiver uma suspeita ela pode fazer a mamografia com proteção abdominal.

A punção do seio para diagnósticos pode espalhar o câncer se a pessoa tiver a doença

Viviane Esteves: Fake. Já existem muitos trabalhos mostrando que a punção não aumenta a disseminação no sangue ou na própria mama de células do câncer de mama. Então, a primeira opção, quando possível, diante de um nódulo de mama é realizar a punção antes da cirurgia.

Fazer autoexame descarta a necessidade da mamografia

Viviane Esteves: Fake. O autoexame não diagnostica tumores pequenos, a mamografia diagnostica tumores menores do que um centímetro e nós sabemos que no diagnóstico precoce, a detecção de tumores pequenos aumenta as taxas de cura. Então, o recomendável é a mulher fazer o autoexame para uma consciência corporal, para saber como são suas mamas, e caso encontre qualquer alteração procurar o especialista, mas isso não impede que ela faça mamografia.

O consumo de álcool aumenta as chances de câncer de mama

Viviane Esteves: Verdade. Atualmente, sabemos que o consumo de álcool aumenta o risco de câncer de mama. Nesse sentido, como prevenção, as pacientes devem ser estimuladas a diminuir o consumo do álcool, pois é um agente carcinogênico.

Fumar pode causar câncer de mama

Viviane Esteves: Parcialmente verdade. O tabagismo não deve ser estimulado independentemente do tipo de câncer, pois ele aumenta o risco de diversos tipos de câncer. No caso do câncer de mama, alguns estudos mostram que ele aumenta e alguns outros estudos falam que não aumenta. Mas, possivelmente, fumar aumenta o risco desse tipo de câncer.

Todos os tipos de câncer de mama são tratados praticamente da mesma maneira

Viviane Esteves: Fake. Hoje, não temos mais um tipo de carcinoma, existem pelo menos 4 grandes grupos de carcinomas que são tratados de maneiras diferentes. Os que respondem ao hormônio tratamos com o hormônio, os que respondem a um tipo de receptor, que é o HER-2, tratamos com o bloqueador de HER-2, às vezes eles respondem a esse bloqueador e respondem ao hormônio, então tratamos com os dois, e tem uns que não respondem nem ao hormônio, nem ao HER-2, sendo tratados de maneira diferente, pois na realidade têm comportamentos distintos. O tratamento vai ser totalmente diferente, depende de cada paciente.

Se um câncer for exposto ao ar ele se espalhará

Viviane Esteves: Fake. Cirurgias e biópsias não aumentam o risco do câncer se espalhar.

A radioterapia é perigosa e pode comprometer outros órgãos, como coração, costelas e pulmões

Viviane Esteves: Parcialmente verdade. A radioterapia atualmente já tem bastante melhoria, então, apesar de realmente ter um risco de poder ter algum escape para o pulmão ou para o coração, o benefício da radioterapia é enorme nas cirurgias conservadoras. Ela deve ser realizada e os aparelhos hoje já estão muito mais modernos, o que diminui muito o risco de comprometer os outros órgãos.

Ter câncer de mama é uma sentença de morte

Viviane Esteves: Fake. O câncer de mama tem cura. Quanto mais precoce o diagnóstico, mais chance de cura, então quanto menor a lesão, maior a chance de cura e muitos fatores têm que ser considerados, mas o câncer de mama pode ser curado. Hoje em dia, tumores mais avançados também têm tratamento, então tem muitos pacientes convivendo com tumores avançados, fazendo tratamento e vivendo bem.

Nada pode ser feito para evitar a doença

Viviane Esteves: Fake. Nós podemos reduzir o risco de desenvolver câncer de mama com a prática de atividade física, mantendo o peso adequado, com uma alimentação mais saudável, evitando o consumo de bebidas alcoólicas, praticando a amamentação, quando for o caso, e evitando o tabagismo. Com essas mudanças de hábitos de vida podemos prevenir em até 30% o risco de desenvolvimento do câncer de mama.

Data de publicação:

sexta-feira, 20 Outubro, 2023

Crédito:

Mayra Malavé-Malavé (IFF/Fiocruz)