



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DA AMAZÔNIA
PRÓ-REITORIA DE GESTÃO DE PESSOAS
DIVISÃO DE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA
SERVIÇO PSICOSSOCIAL



AUTORA: Dra. Alice de Medeiros Zelmanowicz

Título: Câncer de Mama

Fonte: <https://www.abcdasaude.com.br/cancerologia/cancer-de-mama>

OS TIPOS DE CÂNCER DE MAMA

O câncer de mama ocorre quando as células deste órgão passam a se dividir e se reproduzir muito rápido e de forma desordenada. A maioria dos cânceres de mama acomete as células dos ductos das mamas. Por isso, o câncer de mama mais comum se chama Carcinoma Ductal. Ele pode ser in situ (quando não passa das primeiras camadas de célula dos ductos) ou invasor (quando invade os tecidos em volta). Os cânceres que começam nos lóbulos da mama são chamados de Carcinoma Lobular e são menos comuns que o primeiro. Este tipo de câncer muito frequentemente acomete as duas mamas. O Carcinoma Inflamatório de mama é um câncer mais raro e normalmente se apresenta de forma agressiva, comprometendo toda a mama, deixando-a vermelha, inchada e quente.

FATORES DE RISCO PARA O CÂNCER DE MAMA

O câncer de mama, como muitos dos cânceres, tem fatores de risco conhecidos. Alguns destes fatores são modificáveis, ou seja, pode-se alterar a exposição que uma pessoa tem a este determinado fator, diminuindo a sua chance de desenvolver este câncer.

Existem também os fatores de proteção. Estes são fatores que, se a pessoa está exposta, a sua chance de desenvolver este câncer é menor.

OS FATORES CONHECIDOS DE RISCO E PROTEÇÃO DO CÂNCER DE MAMA SÃO OS SEGUINTE:

Idade:

O câncer de mama é mais comum em mulheres acima de 50 anos. Quanto maior a idade maior a chance de ter este câncer. Mulheres com menos de 20 anos raramente têm este tipo de câncer.

Exposição excessiva a hormônios:

- Terapia de reposição hormonal (hormônios usados para combater os sintomas da menopausa) que contenham os hormônios femininos estrogênio e progesterona aumentam o risco de câncer de mama. Não tomar ou parar de tomar estes hormônios é uma decisão que a mulher deve tomar com o seu médico, pesando os riscos e benefícios desta medicação;
- Anticoncepcional oral (pílula) tomado por muitos anos também pode aumentar este risco;
- Retirar os ovários cirurgicamente diminui o risco de desenvolver o câncer de mama porque diminui a produção de estrogênio (menopausa cirúrgica);
- Algumas medicações "bloqueiam" a ação do estrogênio e são usadas em algumas mulheres que tem um risco muito aumentado de desenvolver este tipo de câncer. Usar estas medicações (como o Tamoxifen) é uma decisão tomada junto com o médico avaliando os risco e benefícios destas medicações.

Radiação:

Faz parte do tratamento de algumas doenças irradiar a região do tórax. Antigamente muitas doenças benignas se tratavam com irradiação. Hoje, este procedimento é praticamente restrito ao tratamento de tumores. Pessoas que necessitaram irradiar a região do tórax ou das mamas têm um maior risco de desenvolver câncer de mama.

Dieta:

- Ingerir bebida alcoólica em excesso está associado a um discreto aumento de desenvolver câncer de mama. A associação com a bebida é proporcional ao que se ingere, ou seja, quanto mais se bebe maior o risco de ter este câncer. Tomar menos de uma dose de bebida alcoólica por dia ajuda a prevenir este tipo de câncer (um cálice de vinho, uma pequena garrafa de cerveja ou uma dose de uísque são exemplos de uma dose de bebida alcoólica). Se beber, portanto, tomar menos que uma dose por dia;
- Mulheres obesas têm mais chance de desenvolver câncer de mama, principalmente quando este aumento de peso se dá após a menopausa ou após os 60 anos. Manter-se dentro do peso ideal (veja o cálculo de IMC neste site), principalmente após a menopausa diminui o risco deste tipo de câncer;
- Seguir uma dieta saudável, rica em alimentos de origem vegetal com frutas, verduras e legumes e pobre em gordura animal pode diminuir o risco de ter este tipo de câncer. Apesar dos estudos não serem completamente conclusivos sobre este fator de proteção, aderir a um estilo de vida saudável diminui o risco de muitos cânceres.

Exercício físico:

- Exercício físico normalmente diminui a quantidade de hormônio feminino circulante. Como este tipo de tumor está associado a esse hormônio, fazer exercício regularmente diminui o risco de ter câncer de mama, principalmente em mulheres que fazem ou fizeram exercício regular quando jovens.

História ginecológica:

- Não ter filhos ou engravidar pela primeira vez tarde (após os 35 anos) é fator de risco para o câncer de mama;
- Menstruar muito cedo (com 10, 11 anos) ou parar de menstruar muito tarde expõe a mulher mais tempo aos hormônios femininos e por isso aumenta o risco deste câncer;
- Amamentar, principalmente por um tempo longo, um ano ou mais somado todos os períodos de amamentação, pode diminuir o risco do câncer de mama.

História familiar:

- Mulheres que tem parentes de primeiro grau, mães, irmãs ou filhas, com câncer de mama, principalmente se elas tiverem este câncer antes da menopausa, são grupo de risco para desenvolver este câncer;
- Apesar de raro, homens podem ter câncer de mama e se tiver um parente de primeiro grau com este diagnóstico, também eleva o risco familiar para o câncer de mama;
- Pessoas deste grupo de risco devem se aconselhar com o seu médico para definir a necessidade de fazer exames para identificar genes que possam estar presentes nestas famílias. Se detectado um maior risco genético, o médico pode propor algumas medidas para diminuir estes riscos. Algumas medidas podem ser bem radicais ou ter efeitos colaterais importantes. Retirar as mamas e tomar Tamoxifen são exemplos destas medidas. A indicação destes procedimentos e a discussão dos prós e contras é individual e deve ser tomada junto com um médico muito experiente nestes casos.

Alterações nas mamas:

- Ter tido um câncer de mama prévio é um dos maiores fatores de risco para este tipo de câncer. Manter-se dentro do peso ideal, fazer exercício físico, seguir corretamente as recomendações do seu médico e fazer os exames de revisão anuais são medidas importantes para diminuir a volta do tumor ou ter um segundo tumor de mama.
- Ter feito biópsias mesmo que para condições benignas está associado a um maior risco de ter câncer de mama.
- Mamas densas, na mamografia, estão associadas a um maior risco para este tumor. É muito importante que a mamografia seja feita em um serviço qualificado e que o exame seja comparado com exames anteriores.

SINTOMAS DO CÂNCER DE MAMA:

O câncer de mama normalmente não dói. A mulher pode sentir um nódulo (ou caroço) que anteriormente ela não sentia. Isso deve fazê-la procurar o seu médico. O médico vai apalpar as mamas, as axilas e a região do pescoço e clavículas e, se sentir um nódulo na mama, pedirá uma mamografia.

A mulher também pode notar uma deformidade nas mamas, ou as mamas podem estar assimétricas. Ou ainda, pode notar uma retração na pele ou um líquido sanguinolento saindo pelo mamilo. Nos casos mais adiantados pode aparecer uma "ferida" (ulceração) na pele com odor muito desagradável.

No caso de carcinoma inflamatório a mama pode aumentar rapidamente de volume, ficando quente e vermelha.

Na maioria dos casos, a mulher é a responsável pela primeira suspeita de um câncer. É fundamental que ela conheça as suas mamas e saiba quando alguma coisa anormal está acontecendo. As mamas se modificam ao longo do ciclo menstrual e ao longo da vida. Porém, alterações agudas e sintomas como os relacionados acima devem fazer a mulher procurar o seu médico rapidamente. Só ele pode dizer se estas alterações podem ou não ser um câncer.

COMO SE FAZ O DIAGNÓSTICO DE CÂNCER DE MAMA:

A mamografia é um RX das mamas. Este exame também é feito para detecção precoce do câncer quando a mulher faz o exame mesmo sem ter nenhum sintoma. Caso a mama seja muito densa, o médico também vai pedir uma ecografia das mamas.

Se a mamografia mostra uma lesão suspeita, o médico indicará uma biópsia que pode ser feita por agulha fina ou por agulha grossa. Geralmente, esta biópsia é feita com a ajuda de uma ecografia para localizar bem o nódulo que será coletado o material, se o nódulo não for

facilmente palpável. Após a coleta, o material é examinado por um patologista que definirá se esta lesão pode ser um câncer ou não.

TRATAMENTO PARA O CÂNCER DE MAMA:

Existem vários tipos de tratamento para o câncer de mama. São vários os fatores que definem o que é mais adequado em cada caso. Antes da decisão de que tipo de tratamento é mais adequado o médico analisa o resultado do exame anátomo-patológico da biópsia ou da cirurgia se esta já tiver sido feita. Além disso, o médico pede exames de laboratório e de imagem para definir qual a extensão do tumor e se ele saiu da mama e se alojou em outras partes do corpo.

Se o tumor for pequeno, o primeiro procedimento é uma cirurgia onde se tira o tumor. Dependendo do tamanho da mama, da localização do tumor e do possível resultado estético da cirurgia, o cirurgião retira só o nódulo, uma parte da mama (geralmente um quarto da mama ou setorectomia) ou retira a mama inteira (mastectomia) e os gânglios axilares.

As características do tumor retirado e a extensão da cirurgia definem se a mulher necessitará de mais algum tratamento complementar ou não. Geralmente, se a mama não foi toda retirada, ela é encaminhada para radioterapia.

Dependendo do estadiamento, ou seja, quão avançada está a doença (tamanho, número de nódulos axilares comprometidos e envolvimento de outras áreas do corpo), também será indicada quimioterapia ou hormonioterapia. Radioterapia é o tratamento que se faz aplicando raios para eliminar qualquer célula que tenha sobrado no local da cirurgia que por ser tão pequena não foi localizada pelo cirurgião nem pelo patologista. Este tratamento é feito numa máquina e a duração e intensidade dependem das características do tumor e da paciente.

Quimioterapia é o uso de medicamentos, geralmente intravenosos, que matam células malignas circulantes. O tipo de quimioterápico utilizado depende se a mulher já está na menopausa e a extensão da sua doença. Hormonioterapia é o uso de medicações que bloqueiam a ação dos hormônios que aumentam o risco de desenvolver este tipo de câncer. Este tratamento é dado para aquelas pacientes em que o tumor mostrou ter estes receptores positivos (receptor de estrogênio e receptor de progesterona).

EXAMES DE PREVENÇÃO:

As mulheres devem realizar o exame de mamografia, anualmente, a partir dos 40 anos de idade. A partir dos 50 anos esse exame deverá ser realizado com maior frequência. Dessa forma, pode-se diminuir a mortalidade por este tipo de tumor.