

Câncer de Mama

2011



**SOCIEDADE FRANCO
BRASILEIRA DE ONCOLOGIA**

Rua Dr. Sá Earp 309 – Morin - Centro – Petrópolis/RJ
CEP 25625-073
Telefax: 21 2247 7874
Nextel: 7899 8728 ID 87*118 621
www.sfbo.com.br
sfbo@sfbo.com.br

Como são as mamas
Os tipos de câncer de mama
Fatores de risco para o câncer de mama
Sintomas do câncer de mama
Como se faz o diagnóstico de câncer de mama
Tratamento para o câncer de mama
Detecção precoce do câncer de mama

Como são as mamas:

As mamas (ou seios) são glândulas e sua função principal é a produção de leite. Elas são compostas de lobos que se dividem em porções menores, os



lóbulos, e ductos, que conduzem o leite produzido para fora pelo mamilo. Como todos os outros órgãos do corpo humano, também se encontram nas mamas vasos sanguíneos, que irrigam a mama de sangue, e os vasos linfáticos, por onde circula a linfa. A linfa é um líquido claro que tem uma função semelhante

ao sangue de carregar nutrientes para as diversas partes do corpo e recolher as substâncias indesejáveis. Os vasos linfáticos se agrupam no que chamamos de gânglios linfáticos, ou ínguas. Os vasos linfáticos das mamas drenam para gânglios nas axilas (em baixo dos braços) na região do pescoço e no tórax.

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 destes 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 seguintes:

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 de álcool 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 garrafa pequena 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, que inclui este tipo de alimentação, diminui o risco de muitos cânceres, inclusive o câncer de mama

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 11 anos, ou antes) 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 também podem ter câncer de mama e ter um parente de primeiro grau, como o pai, 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 está associado 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 fazer ela procurar o seu médico. O médico vai palpar 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 na suas 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 (exame anátomo-patológico) 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).

Detecção precoce do câncer de mama:

O exame de palpação realizado pelo médico e a mamografia são os exames realizados para uma detecção precoce desse tipo de câncer.

Como o médico faz esse exame?

O exame mais fácil de se realizar para se detectar uma alteração da mama é o exame de palpação. Neste exame o médico palpa toda a mama, a região da axila e a parte superior do tronco em busca de algum nódulo ou alteração da pele, como retração ou endurecimento, e de alguma alteração no mamilo.

A mamografia é um Raio X das mamas e das porções das axilas mais próximas das mamas. Nesse exame, o radiologista procura imagens sugestivas de alterações do tecido mamário e dos gânglios da axila. A ecografia das mamas pode auxiliar o radiologista a definir que tipo de alterações são essas.

Esses exames, quando realizados anualmente ou mais frequentemente, dependendo da história individual da paciente (presença de fatores de risco ou história de tumores e biópsias prévias), pode diminuir a mortalidade por esse tipo de tumor, quando realizados entre os 50 e os 69 anos.

Porém, este tipo de tumor tem características diferentes para populações diferentes. Isto altera o quanto a mamografia é eficaz em diminuir a mortalidade por este tipo de tumor.

Realizar esses exames entre os 40 e os 49 anos pode diminuir a mortalidade por este tipo de tumor, mas o efeito dessa diminuição só se dará quando essas mulheres tiverem mais de 50 anos.



No peito de cada uma de nós bate um coração.

Em compassos diferentes, mostram a alegria e a felicidade, a tristeza e o sofrimento que vivemos nos vários momentos de nossa vidas.

Em situações de perigo ou de tranquilidade, ele nos alerta para a reação ideal. Quem de nós não o sentiu apertado em uma alegria, ou em um momento de tensão?

Quem de nós não levou as mãos ao peito, perto do coração, em momentos diversos, como se quiséssemos deste modo proteger alguém, ou perpetuar nele determinadas situações?

Só as mulheres, e sempre as mulheres, podem e têm o poder de, mesmo que externamente, trazer para junto do coração tantas disparidades, com tanta intensidade, tanto amor, que ninguém pode mensurar.

Só as mulheres, e sempre as mulheres, têm um coração tão grande e generoso, com tantas possibilidades, que deste modo conseguem guardar e salvaguardar fases e pessoas dentro dele.

Só as mulheres, conseguem acalantar, proteger, convencer e incentivar outro coração ferido, ansioso, desprotegido ou rejeitado.

Só as mulheres conseguem, em seu dia-a-dia, lutar por sua família, sustentá-la em tantos aspectos, e dormir (bem ou não) com a sensação no peito de que o dia de amanhã sempre será melhor.

Só as mulheres reverterem condições inusitadas, e as estabilizam. Mesmo que à distância.

Porque **só as mulheres** são, puramente, coração.

Parabéns, principalmente, por ser MULHER

Fonte: www.abcdasaude.com.br