

AS 7 RECOMENDAÇÕES DO INCA

O INCA RECOMENDA QUE:

1

Toda mulher tenha amplo acesso à informação com base científica e de fácil compreensão sobre o câncer de mama.

2

Toda mulher fique alerta para os primeiros sinais e sintomas do câncer de mama e procure avaliação médica.

3

Toda mulher com nódulo palpável na mama e outras alterações suspeitas tenha direito a receber diagnóstico no prazo máximo de 60 dias.

4

Toda mulher de 50 a 69 anos faça mamografia a cada dois anos.

5

Todo serviço de mamografia participe de Programa de Qualidade em Mamografia. A qualificação, quando obtida, deve ser exibida em local visível às usuárias.

6

Toda mulher saiba que o controle do peso e da ingestão de álcool, além da amamentação e da prática de atividades físicas, são formas de prevenir o câncer de mama.

7

A terapia de reposição hormonal, quando indicada na pós-menopausa, seja feita sob rigoroso acompanhamento médico, pois aumenta o risco de câncer de mama.

PAPEL DO INCA O Instituto Nacional de Câncer (INCA) é o órgão do Ministério da Saúde responsável por coordenar ações integradas para a prevenção e o controle do câncer no Brasil. Atua nas áreas de pesquisa, ensino, assistência, prevenção e vigilância do câncer e gestão da rede de atenção oncológica.

MOBILIZAÇÃO O INCA convida as organizações governamentais e não governamentais, as entidades representativas de profissionais, o setor privado e toda a sociedade civil a apoiar as recomendações para a redução da mortalidade por câncer de mama no Brasil. O trabalho envolveu profissionais de diferentes áreas de atuação do INCA. O objetivo é traduzir as principais evidências da literatura científica atual em linguagem simples e objetiva. Esperamos que estas recomendações possam contribuir para a redução da mortalidade por câncer de mama no Brasil por meio da difusão de evidências científicas e da mobilização e participação social.

www.inca.gov.br



Ministério da Saúde
Governo Federal

Fotos: Marcelo Magalhães
Produzido por: FSB Comunicações

RECOMENDAÇÕES DO INCA PARA REDUZIR A MORTALIDADE POR CÂNCER DE MAMA NO BRASIL



PREVENÇÃO

Prevenção do câncer de mama significa diminuir o risco de a mulher apresentar a doença durante toda a sua vida. A prevenção consiste na eliminação ou diminuição da exposição aos fatores de risco.

Por meio da alimentação saudável, atividade física e do controle do peso corporal, é possível evitar 28% dos casos de câncer de mama.

Consumo excessivo de álcool, uso de contraceptivos orais, excesso de peso, principalmente na pós-menopausa, e terapia de reposição hormonal aumentam o risco de câncer de mama.

A Terapia de Reposição Hormonal (TRH), principalmente a terapia combinada de estrogênio e progesterona, está associada com aumento do risco do câncer de mama. A cada 10 mil mulheres que fazem uso da reposição hormonal combinada, há aumento de oito casos de câncer de mama. Assim, a sua indicação deve ser discutida com o médico. Nas situações em que a TRH é realizada o risco elevado de desenvolver câncer de mama diminui progressivamente após a sua suspensão.

A exposição excessiva à radiação ionizante (Raios-X) aumenta o risco de câncer de mama.

A amamentação exclusiva até os seis meses diminui o risco de câncer de mama.



DETECÇÃO PRECOCE

A detecção precoce do câncer de mama significa identificar o tumor no início de seu surgimento e aumentar as possibilidades de cura.

As ações de detecção precoce podem ser oferecidas para mulheres sem sinais e sintomas de câncer de mama (rastreamento), ou para mulheres com sinais e sintomas iniciais de câncer de mama (diagnóstico precoce).

O diagnóstico precoce do câncer de mama aumenta a sobrevida das mulheres em comparação com o diagnóstico de tumores em fase avançada.

O rastreamento diminui a mortalidade em cerca de 30% nas mulheres entre 50 e 69 anos. Quanto maior for o percentual de mulheres na faixa de 50 a 69 anos que realizam a mamografia de rastreamento periodicamente, maior será o impacto na mortalidade.

Na faixa etária de 50 a 69 anos, a mulher deve fazer uma mamografia a cada dois anos. O risco de câncer de mama aumenta com a idade.

A qualidade da mamografia tem implicações na redução da mortalidade por câncer de mama. Programas de qualidade em mamografia garantem imagens radiográficas de alto padrão com doses mínimas de radiação.

Priorizar o controle do câncer de mama na agenda da saúde foi definido na Política Nacional de Atenção Oncológica (2005) e no Pacto pela Saúde (Ministério da Saúde/2006). O INCA e as secretarias Estaduais e Municipais de Saúde desenvolvem um conjunto de ações no âmbito da detecção precoce. A perspectiva atual é impulsionar o diagnóstico precoce do câncer de mama em todo o país, como estratégia para reduzir a apresentação avançada da doença, e implementar o rastreamento na população em áreas cuja elevada ocorrência desse tipo de câncer justifiquem esta iniciativa. A expansão de ações para garantia da qualidade da mamografia e a implantação do Sistema de Informação do Câncer de Mama – SISMAMA em todo o território nacional, desde junho de 2009, permitem o aprimoramento e a avaliação das ações de controle do câncer de mama no Brasil.

TRATAMENTO E CUIDADOS PALIATIVOS

O tratamento adequado é parte fundamental das ações de controle do câncer de mama, com impactos na sobrevida e na mortalidade. Habitualmente, o tratamento do câncer de mama envolve cirurgia, radioterapia e quimioterapia/hormonioterapia e deve ser realizado por equipe multidisciplinar em serviços especializados.

Geralmente, quanto menor o tamanho do tumor no momento do diagnóstico, maior a probabilidade de cura e de realização de uma cirurgia conservadora, e menor a necessidade de intervenções e do uso de drogas, o que reafirma a importância das ações de detecção precoce.

A reconstrução mamária nas mulheres submetidas à retirada das mamas (parcial ou completa) deve ser sempre discutida com a equipe multidisciplinar.

Cuidados paliativos são uma continuidade do tratamento oncológico. Devem ser fornecidos a pacientes com câncer de mama avançado, desde seu diagnóstico, visando o adequado controle de sintomas, por meio de suporte clínico, emocional, social e espiritual. Para o alcance de melhor qualidade de vida, familiares e cuidadores são envolvidos nos cuidados e também recebem suporte de uma equipe interdisciplinar.

“ APRENDA A PREVENIR O CâNCER DE MAMA. HÁBITOS SAUDÁVEIS DIMINUEM OS FATORES DE RISCO DA DOENÇA. ”