

 /minsaude

 /minsaude

CÂNCER  
DE  
MAMA

*Vamos  
falar sobre  
isso?*

# Olhe, sinta e perceba suas mamas no dia a dia

Todas as mulheres, independentemente da idade, podem conhecer seu corpo para saber o que é e o que não é normal em suas mamas. 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.

A maior parte dos cânceres de mama é descoberta pelas próprias mulheres. Os principais sinais e sintomas são:

- Caroço (nódulo), fixo, endurecido e geralmente indolor;
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja;
- Alterações no bico do peito (mamilo);
- Pequenos nódulos na região embaixo dos braços (axilas) ou no pescoço;
- Saída espontânea de líquido dos mamilos.

A descoberta do câncer de mama no início aumenta as chances de tratamento e cura. Fique atenta. Em caso de alterações suspeitas na mama, procure o serviço de saúde.

A mamografia de rotina é recomendada apenas para mulheres de 50 a 69 anos, a cada dois anos.

Conheça as ações de controle do câncer de mama em [www.inca.gov.br/mama](http://www.inca.gov.br/mama).



INCA



MINISTÉRIO DA SAÚDE

