



Outubro Rosa.

Um pequeno toque deixa a vida gigante.

O diagnóstico precoce do câncer de mama
aumenta as chances de cura.



95%
DE CHANCE
DE CURA.*

* Fonte: Fiocruz.



Faça o autoexame.



O diagnóstico

O autoexame é um toque poderoso que pode ajudar a detectar nódulos, aumentando as chances de cura.

A mamografia é um exame que age com mais precisão, podendo indicar a presença de um câncer. Ela deve ser feita regularmente por todas as mulheres.



A prevenção

Alguns comportamentos podem aumentar as chances de desenvolver o câncer de mama. Por isso, evite:

- Alcoolismo.
- Obesidade.
- Sedentarismo.
- Terapia de reposição hormonal após a menopausa.

Mas você também pode fazer algo para evitar o câncer, como, por exemplo:

- Praticar atividade física regularmente.
- Manter uma alimentação balanceada.
- Amamentar.



Os sinais e sintomas

- Nódulo fixo e geralmente indolor.
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja.
- Alterações no bico do seio (mamilo).
- Pequenos nódulos nas axilas ou no pescoço.
- Saída espontânea de líquido anormal pelos mamilos.

Esses sinais e sintomas devem ser sempre investigados por um médico. Cuide-se!



A cura

Quando você se cuida, as chances de cura são maiores.

A taxa de sobrevivência de casos descobertos e tratados no começo é de 95%.*

Por isso, faça o autoexame, tome precauções e procure sempre um especialista.

A EMS defende essa causa e incentiva que as mulheres estejam sempre em dia com sua saúde. Esse pequeno toque pode fazer uma diferença gigante.



Vamos aprender mais?

No dia 21/10, às 19h30, teremos uma sessão de cinema online, seguida de debate, para discutirmos sobre o tema de maneira dinâmica e interativa. Participe! É só escanear o QR Code.

