

A Mulher e a Mama

O câncer de mama é segundo tipo de neoplasia maligna mais frequente em todo o mundo, ocupando o primeiro lugar quando consideramos apenas a população feminina. Estima-se que o número de novos casos de câncer de mama entre as mulheres brasileiras seja de 51.000 por ano, atingindo um nível aproximado de 51 novos casos a cada 100.000 mulheres.

Estes números demonstram a importância de tratar do assunto com clareza e esclarecimento máximo da população, já que o sucesso no tratamento depende em primeira instância do tamanho do tumor quando diagnosticado. Tumores diagnosticados precocemente tem prognóstico infinitamente melhor do que tumores descobertos em estádios avançados.

Assim, passamos aos esclarecimentos práticos, quais são os passos mais importantes para o diagnóstico precoce do câncer de mama?

- realização do autoexame das mamas ao menos uma vez ao mês. De frente para o espelho inicie observando as mamas procurando por áreas assimétricas: alterações na pele como vermelhidão, espessamento, escurecimento ou úlceras; alterações nos contornos das mamas: as mamas são convexas, qualquer sinal de retração determina mudança no contorno suave das mamas. Pode-se ainda levar os dois braços atrás da cabeça e continuar observando, o surgimento de qualquer deformidade durante esta manobra é um sinal de alerta. Em seguida realizar a palpação das mamas, procurando por lesões nodulares endurecidas. É sempre bom lembrar que as mamas não tem tamanho completamente igual, pequenas variações no tamanho são muito comuns e não significam problemas.

A realização do autoexame não ex-

clui a necessidade de consultar-se com um médico especialista ao menos uma vez no ano. Também, autoexame normal não significa que não existe nenhuma doença neoplásica nas mamas, assim como não descarta a necessidade de realização de exames de imagem como a mamografia e/ou a ultrassonografia.

-realização de consulta anual com médico especialista ginecologista e/ou mastologista. Este profissional tem conhecimento suficiente para reconhecer pequenos sinais ao exame clínico sugestivos de doença maligna e orientar



corretamente a sequencia dos métodos de imagem a serem realizados.

-realização de exames de imagem. A mamografia é o grande astro na detecção precoce do câncer de mama e deve ser realizada, anualmente, após os 40 anos. Em alguns casos especiais, quando existem parentes próximos com câncer de mama, orienta-se iniciar a realização da mamografia e /ou ultrassonografia 10 anos antes da idade em que o parente apresentou a doença, mesmo que esta conta inclua idades mais jovens que 40 anos. Sempre procurar por um centro gabaritado para realização deste exame, já que pequenas variações como posicionamento inadequado da paciente no aparelho, ou erros no processamento do filme po-



dem atrapalhar e até impedir o diagnóstico de pequenos tumores.

É de grande importância também que a mamografia seja avaliada por um médico radiologista experiente, qualquer pequeno detalhe pode ser importante, não esqueçam que nossa luta é diagnosticar lesões extremamente pequenas, com cerca de 1 a 3 mm! Vale lembrar que a mamografia bem realizada é indolor e extremamente rápida.

A ultrassonografia tem papel de destaque na investigação das mamas, principalmente em mamas densas (mamas com muito tecido glandular e pouca gordura). Deve ser realizado sempre que possível como adjuvante da mamografia e pode, em alguns casos, ter papel decisivo, encontrando lesões que não apareceram no exame mamográfico. Outros atributos da ultrassonografia são o menor custo em relação aos outros métodos de imagem disponíveis, tem ótima aceitação pelas pacientes, é indolor e não possui contraindicações ou riscos. Cabe aqui ressaltar a importância de realizar este exame com médico especialista e muito bem gabaritado para este tipo de pesquisa, além de que, o tipo de aparelho de ultrassonografia também interfere em muito na qualidade da imagem e, portanto, na melhora da detecção de lesões.

As taxas de sobrevivência com o diagnóstico e tratamento precoce do câncer de mama nos permitem concluir que, atualmente, o câncer de mama é uma doença de vida e não mais uma sentença. Então, mãos a obra mulheres!

Dra. Denise Zeoti (CRM 97700) e Dra. Maria Fernanda Padula Castro (CRM 104.477)

Médicas radiologistas. Especialistas em Diagnóstico por Imagem pelo Colégio Brasileiro de Radiologia, Proprietárias da CLINI Ultrassonografia. Avenida Saudade, 1210 Sala 220. Tel.: (16)3329-4333 - 99961-6864.-