**Diagnóstico precoce potencializa em 95% as chances de cura para o câncer de mama**

*Especialistas da Célula Mater, clínica credenciada Omint, explicam que estilo de vida também pode influenciar no aparecimento do câncer de mama*

**São Paulo, outubro de 2023 –** O período da pandemia trouxe consequências para o diagnóstico do câncer de mama. Dados do [Instituto Nacional de Câncer](https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/gestor-e-profissional-de-saude/controle-do-cancer-de-mama/dados-e-numeros/mamografias-no-sus) mostram que 2020 registrou queda de 41% no número de mamografias realizadas. Para Jonathan Yugo Maesaka, mastologista da Célula Mater, clínica credenciada Omint, isso resultará diretamente em diagnósticos tardios e impactará o tratamento e a qualidade de vida da mulher.

“A probabilidade de cura para o câncer de mama está fundamentalmente relacionada ao período do diagnóstico. Quando detectado precocemente, [as chances ficam acima de 95%](https://www.febrasgo.org.br/pt/noticias/item/1511-diagnostico-precoce-garante-cura-de-95-dos-casos-de-cancer-de-mama)”, afirma Jonathan. Para tanto, é fundamental que as mulheres mantenham acompanhamento ginecológico constante, pois o ideal é que o câncer seja encontrado na paciente ainda assintomática, através de exames de rastreamento.

Para Fernanda Deutsch Plotzky, ginecologista da Célula Mater, clínica credenciada Omint, a principal mensagem do Outubro Rosa é que quanto mais cedo detectar o tumor, maiores serão as chances de sobrevida e qualidade de vida da paciente. “As mulheres são divididas em dois grupos: as de baixo e as de alto risco. Para o grupo de baixo risco, o rastreamento deve começar aos 40 anos com mamografia, podendo ser complementada com outros exames, e deve ser feita anualmente.” comenta Fernanda.

Já para as mulheres no grupo de alto risco, que consiste em pacientes com familiares de primeiro grau (mãe, irmã ou filha) com câncer de mama, o rastreamento deve ser iniciado 10 anos antes da idade cujo familiar recebeu o diagnóstico. “Se o familiar com câncer de mama for homem, isso já classifica a pessoa no grupo de alto risco. Por ser muito raro, indica que há uma história genética que requer mais estudos”, complementa.

**Sintomas e o autoexame**

O câncer de mama geralmente não dói e costuma ser uma doença silenciosa. “Nas fases iniciais, esse tipo de câncer não demonstra muitos sintomas e a dor não é habitual, a não ser em casos mais raros e quando há comprometimento neural”, explica Fernanda. Quando a doença está mais avançada ou quando é um tipo mais agressivo, alguns sintomas podem ser mais aparentes, como mama avermelhada, com aspecto de casca de laranja e com nódulos detectáveis ao toque.

“O diagnóstico precoce vai definir tanto a evolução quanto o tratamento que será aplicado”, afirma Jonathan. O mastologista explica que por este motivo o autoexame não é o mais indicado como forma de detecção. “Não é possível substituir os exames de rastreamento pelo autoexame. Ele é importante, mas como uma forma de autoconhecimento e não de substituição aos exames periódicos”, enfatiza.

**Estilo de vida e hábitos saudáveis**

Embora o câncer de mama esteja relacionado com situações que muitas vezes estão fora do que é possível controlar, como a genética, hábitos saudáveis também podem contribuir para prevenção. O [Inca](https://ninho.inca.gov.br/jspui/bitstream/123456789/12235/1/Kit-materiais-expo-mama-jan23.pdf) reforça que é importante reduzir risco e promover fatores de proteção chamados de “prevenção primária”, como: manter o peso corporal saudável; ser fisicamente ativa; evitar o consumo de bebida alcoólica; e para quem tem filhos, amamentar o maior tempo possível.

“Hábitos saudáveis são relevantes tanto para câncer de mama quanto para outros que atingem a população feminina, como o de endométrio, por exemplo”, reforça a ginecologista. Diante disso e por meio da sua vivência clínica, Fernanda relata que a história do câncer de mama vem mudando muito nos últimos anos. “Antigamente, o câncer era uma sentença de morte, hoje em dia pode ser uma história completamente diferente, sobretudo quando há o diagnóstico precoce. Em grande parte, este tipo de câncer é curável”.