



GOVERNO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
MUNICÍPIO DE SANTO ANTÔNIO DE PÁDUA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO



Aluno: _____

Escola: _____

Data: ___/___/___

Ano de Escolaridade: EJA – FASE VIII

Professor (a):

Disciplina: CIÊNCIAS

Semana 13: de 18 a 22 de outubro de 2021

Conteúdo(s) desenvolvido(s): Outubro Rosa

Motive-se! Aprenda! Vídeo: <https://youtu.be/-zoBFiVc1uo>

OUTUBRO ROSA: Mesmo com a pandemia a prevenção do câncer de mama não pode parar

O câncer de mama

O câncer de mama é o tipo que mais acomete mulheres em todo o mundo, tanto em países em desenvolvimento quanto em países desenvolvidos. Cerca de 2,3 milhões de casos novos foram estimados para o ano de 2020 em todo o mundo, o que representa cerca de 24,5% de todos os tipos de neoplasias diagnosticadas nas mulheres. As taxas de incidência variam entre as diferentes regiões do planeta, com as maiores taxas nos países desenvolvidos.

Já virou tradição que em outubro os estabelecimentos de saúde, assim como outras instituições, além de campanhas de rua e as redes sociais, ganhem detalhes na cor rosa. Esta é uma forma de alertar às mulheres para a importante campanha de prevenção do câncer de mama, o já famoso outubro rosa.

Em 2020 não será diferente, mesmo durante a pandemia do novo coronavírus é imprescindível que as mulheres participem da campanha e incentivem o autocuidado e a realização dos exames o quanto antes, principalmente entre mulheres que compõem o grupo de risco.

O diagnóstico precoce ainda é o maior aliado para o tratamento eficaz do câncer de mama. Quando identificado cedo pode ser tratado, impedindo que o tumor alcance outros órgãos.

Segundo o [Instituto Nacional de Câncer \(INCA\)](#), órgão do Ministério da Saúde, em 2020 a incidência estimada de tumor em mulheres é de 29,7% localizado na mama, o que equivale a 66.280 casos novos só este ano. Estando no topo dos casos novos entre o sexo feminino.

A campanha

Desde os anos 90, o mês de outubro é conhecido mundialmente como o período reservado especialmente para a campanha de prevenção e diagnóstico precoce do câncer de mama. O laço rosa é um símbolo internacional, sendo utilizado por organizações públicas e privadas ao longo de todo o mês.

A campanha do Outubro Rosa foi inicialmente organizada pela Fundação Susan G. Komen for the Cure. Essa empresa deu um laço rosa aos participantes da primeira Corrida pela Cura, realizada em Nova York por sobreviventes do câncer de mama.

De acordo com dados do Ministério da Saúde, o sucesso da campanha Outubro Rosa é tão grande que aumentou em 37% o número de mamografias realizadas no país.

Sendo o 2º câncer que mais atinge as mulheres no Brasil e no mundo, de acordo com o Instituto Nacional do Câncer ([INCA](#)), o câncer de mama é uma neoplasia maligna que acomete o tecido mamário.

Exame clínico das mamas:

É o exame realizado por médico ou enfermeiro treinado para essa atividade. Neste exame poderão ser identificadas alterações e, se necessário, será indicado um exame mais específico, como a mamografia, um raio X que permite descobrir o câncer quando o tumor ainda é bem pequeno.

O câncer de mama pode apresentar diversos sintomas, mas pode também ser assintomático para muitas mulheres. É importante, portanto, que a mulher conheça bem o seu corpo e possa analisar com frequência qualquer alteração nas mamas e procurar o médico ao notar alguma anormalidade.

Possíveis sinais e sintomas:

- alterações no tamanho ou forma da mama;
- nódulo único e endurecido;
- vermelhidão, inchaço, calor ou dor na pele da mama, mesmo sem a presença de nódulo;
- nódulo ou caroço na mama, que está sempre presente e não diminui de tamanho;
- sensação de massa ou nódulo em uma das mamas;
- sensação de nódulo aumentado na axila;
- espessamento ou retração da pele ou do mamilo;
- secreção sanguinolenta ou aquosa nos mamilos;
- assimetria entre as duas mamas;
- presença de um sulco na mama, como se fosse um afundamento de uma parte da mama;
- endurecimento da pele da mama, semelhante a casca de laranja;
- coceira frequente na mama ou no mamilo;
- formação de crostas ou feridas na pele junto do mamilo;
- inversão do mamilo;
- inchaço do braço;
- dor na mama ou no mamilo.

O aparecimento dessas anormalidades pode ocorrer de forma isolada ou simultânea. É importante lembrar que esses sinais nem sempre indicam a presença de um câncer, sendo necessário consultar um médico para ter o correto diagnóstico.

Tratamento:

Existem diversos tipos de tratamento indicados para combater o câncer de mama. O plano terapêutico a ser adotado deverá ser definido pelo médico, mediante a análise de todos os exames realizados e pelos dados fornecidos pelo médico patologista, após a realização de biópsia.

A paciente deve ser informada sobre as melhores possibilidades de tratamento existentes para o seu caso, mesmo aquelas que não estejam ao alcance da cobertura do plano de saúde ou que não sejam acessíveis gratuitamente via SUS. É direito da paciente questionar e discutir com o médico todas as opções.

Prevenção:

O câncer de mama não é uma doença totalmente prevenível em função da multiplicidade de fatores relacionados ao seu surgimento e ao fato de que vários deles não são atitudes modificáveis. De modo geral, a prevenção baseia-se no controle dos fatores de risco e no estímulo aos fatores protetores, especificamente aqueles que podem ser mudados com a adoção de hábitos saudáveis.

ATIVIDADES

1 – Mês que os estabelecimentos de saúde, assim como outras instituições, além de campanhas de rua e as redes sociais, ganhem detalhes na cor rosa:

- a) outubro c) setembro
- b) novembro d) novembro

2 - Esta é uma forma de alertar às mulheres para a importante campanha de prevenção do câncer de:

- a) estômago c) cabeça
- b) mama d) sangue

3 - O diagnóstico precoce ainda é o maior aliado para o tratamento eficaz do câncer de mama. Quando identificado cedo pode ser tratado, impedindo que o tumor alcance outros:

- a) órgãos c) membros
- b) materiais d) sentidos

4 - É um símbolo internacional, sendo utilizado por organizações públicas e privadas ao longo de todo o mês :

- a) laço amarelo c) laço rosa
b) laço azul d) laço verde

5 – O que aconteceu com a campanha para se transformar em sucesso?

6 – O que representa o INCA?

7 – O que é o exame clínico de mamas?

8 - O câncer de mama é uma doença totalmente prevenível ? _____

9 - Escreva quatro possíveis sinais e sintomas:

10 – Como pode ser a prevenção dessa doença?

