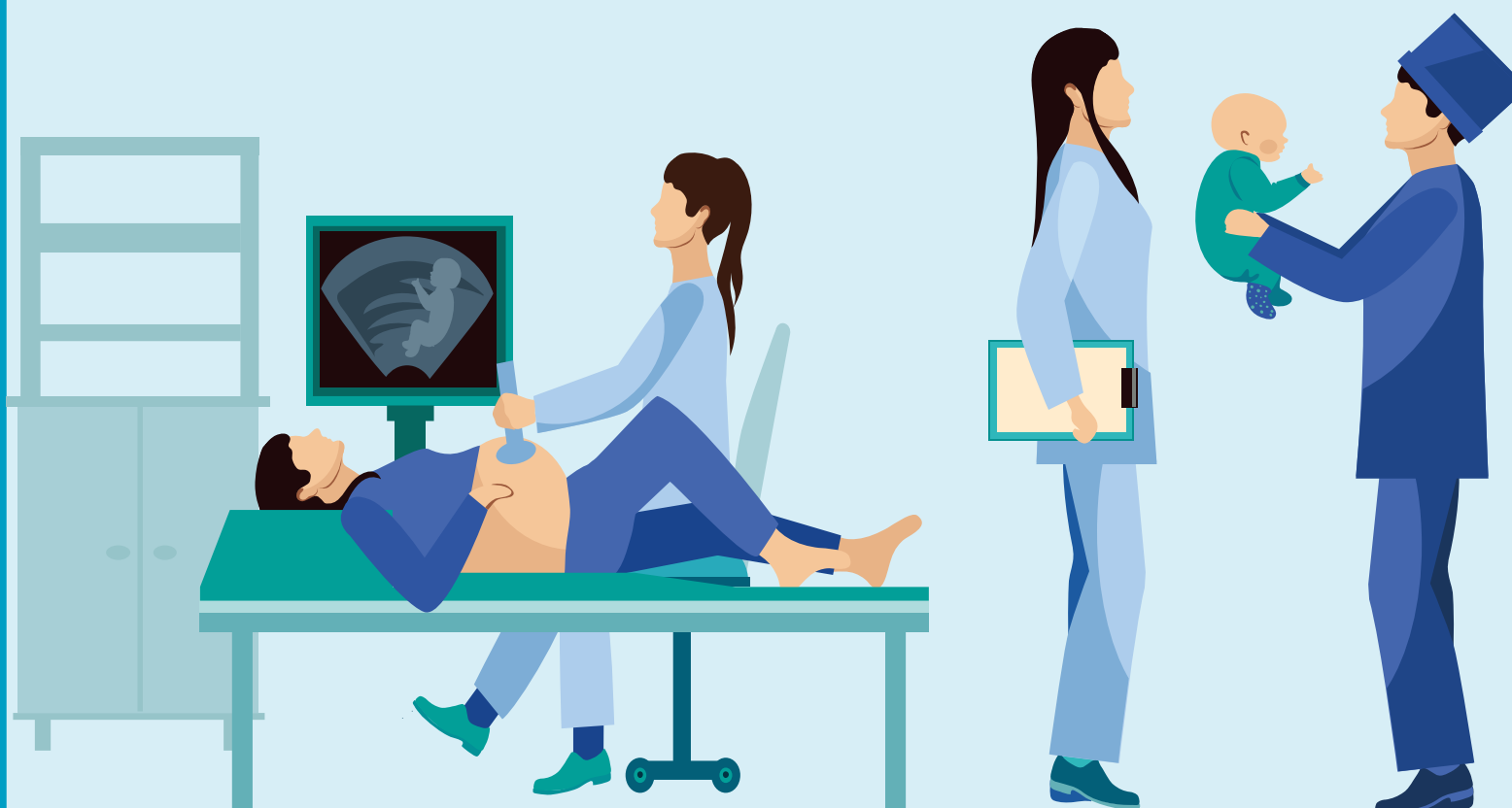


Capítulo 3

CÂNCER DE MAMA: PREVENÇÃO E TRATAMENTO



CÂNCER DE MAMA: PREVENÇÃO E TRATAMENTO

BREAST CANCER: PREVENTION AND TREATMENT

Elayne Christina de Almeida Soares¹

Maria Carolina Salustino dos Santos²

Eduarda Ellen Costa Vasconcelos³

Vânia Marília Lima Guida⁴

Nataly Soares da Silva⁵

Ana Eduarda de Araújo Torres⁶

Resumo: O câncer de mama é uma doença resultante da multiplicação celular anormal nas mamas, o que desencadeia uma formação tumoral, que pode possuir potencial metastático. A origem e a causa do câncer de mama é multifatorial, ou seja, envolve diversos fatores, a interação entre os fatores ambientais e o genético pode inibir ou favorecer o aparecimento e desenvolvimento da doença, são

diversos os fatores de risco que as mulheres são expostas, aumentando a incidência da doença e em

1 Graduada em Enfermagem. Centro Universitário de João Pessoa - UNIPÊ.

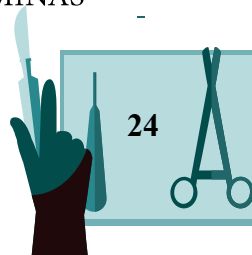
2 Enfermeira. Especialista em Obstetrícia. Residência em Saúde da Família. Mestrado em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba.

3 Enfermeira. Pós-graduada em Cuidados Paliativos. Centro Universitário de João Pessoa UNIPÊ.

4 Graduação em Nutrição. Licenciatura Plena em Ciências. Especialização em Terapia Nutricional e Nutrição Clínica. Especialização em Desenvolvimento Sustentável na Amazônia com ênfase em EA. Mestranda do programa de pós-graduação em ensino tecnológico do IFAM.

5 Enfermeira. Pós-graduanda em Docência em enfermagem pela FAVENI.

6 Graduada em Enfermagem. Pós-graduanda em Atenção Primária a Saúde com ênfase em saúde da família/ Docência do ensino superior e enfermagem/Enfermagem em Terapias Holísticas e complementares/Enfermagem em urgência e emergência e gestão nos serviços hospitalares e Gestão de saúde pública e privada pela FACUMINAS



consequência o aumento da mortalidade.

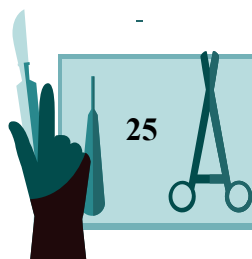
Palavras chaves: Câncer de mama; Saúde; Cuidado.

Abstract: Breast cancer is a disease resulting from abnormal cell multiplication in the breasts, which triggers tumor formation, which may have metastatic potential. The origin and cause of breast cancer is multifactorial, that is, it involves several factors, the interaction between environmental and genetic factors can inhibit or favor the appearance and development of the disease, there are several risk factors that women are exposed to, increasing the incidence of the disease and consequently increasing mortality.

Keywords: Breast cancer; Health; Caution.

O câncer de mama é uma doença resultante da multiplicação celular anormal nas mamas, o que desencadeia uma formação tumoral, que pode possuir potencial metastático. Apesar de comumente encontrar-se relacionado às mulheres, de acordo com o Ministério da Saúde, cerca de 1% dos casos afetam homens. Ainda de acordo com os dados do ministério, este tipo de câncer é o mais comum depois do câncer de pele e representa aquele que mais causa morte feminina no Brasil (BRASIL, 2022).

Apesar dos agravantes, se descoberto precocemente, boa parte dos casos apresentam resolução, e continuidade da vida. Sendo um problema multifatorial, o qual relaciona-se a questões genéticas, biológicas e sociais, o câncer de mama possui prevenção, de forma a reduzir seu risco. Hábitos de vida saudáveis, tais quais prática de exercícios físicos, boa alimentação, redução de condições de



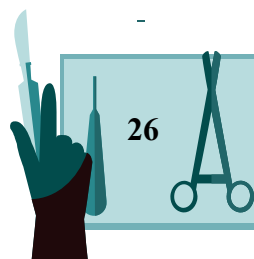
estresse, consumo de álcool e tabaco controlados, fazem parte deste processo.

A população, em especial as mulheres, devem estar em alerta aos sinais e sintomas, fazer o acompanhamento preconizado e a autoavaliação cotidiana. Alguns sintomas pontuados pelo Ministério da Saúde (2022) incluem: caroço (nódulo) endurecido, fixo e geralmente indolor; alteração no pico do peito; pequenos nódulos da área abaixo do braço (axilas); saída espontânea de secreções dos mamilos; pele da mama avermelhada, retraída ou enrugada.

Desta forma, estar atento aos sinais, realizar os exames de rotina, seguir bons hábitos de vida, acompanhar as recomendações dos profissionais de saúde, são meios eficazes no combate do câncer e seus agravos. O acompanhamento da população deste a atenção primária é fundamental para identificação precoce e busca de resolutividade dos casos. É necessária, ainda, a difusão de informações sobre a temática, de forma a tornar a sociedade responsável pelo seu cuidado de saúde, levando a promoção de saúde e prevenção da doença e seus agravos (BRASIL, 2022).

Segundo o Instituto Nacional de Câncer (INCA) José Alencar Gomes da Silva (2019), o câncer de mama é um problema de saúde pública no mundo todo, pelo perfil epidemiológico e devido às previsões em relação a casos que surgirão. Somente no Brasil no ano de 2019 o número de novos casos da doença foi de 59.700.

A origem e a causa do câncer de mama é multifatorial, ou seja, envolve diversos fatores, a interação entre os fatores ambientais e o genético pode inibir ou favorecer o aparecimento e desenvolvimento da doença, são diversos os fatores de risco que as mulheres são expostas, aumentando a incidência da doença e em consequência o aumento da mortalidade, como por exemplo: a urbanização, mudança no estilo de vida, inclusive a primigesta tardia ou amamentação por curtos períodos, o uso de álcool e drogas, excesso de peso ou obesidade, falta de atividade física, precipuamente após



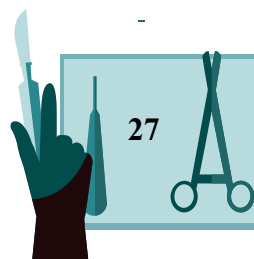
a menopausa. Porém, tem crescido muito os estudos sobre a influência dos alimentos e constituintes dietéticos na modulação do risco em desenvolver diversos tipos de cânceres, principalmente devido ao efeito a perspectiva de intervenção que se pode realizar (GE et al., 2015; SHIVAPPA et al., 2015; WIRTH et al., 2015; MIGOWSSKI et al., 2018).

Segundo Torres et al. (2015), o consumo excessivo de alimentos processados, ou seja industrializados, ricos em calorias, gorduras saturadas, trans, açúcares simples e sódio, o baixo consumo de verduras, legumes e frutas com os devidos estudos foi demonstrado como um modelo alimentar favorável ao desenvolvimento do câncer de mama. E para Prado et al. (2009), somado a isso, ainda colabora a falta de atividade física, o que ajuda a ganhar peso, levando ao excesso ou mesmo a obesidade, um estilo de vida bem comum na vida ocidental.

Conforme Souza (2014); Torres et al. (2015), dependendo do tipo de alimentação consumida pela pessoa, este padrão alimentar pode apresentar um caráter pró- inflamatório ou anti-inflamatório. Estudos vêm confirmando, que o padrão alimentar anti-inflamatório é aquele composto pela elevada ingestão de peixes, frutas, cereais integrais, vegetais crus, oleaginosas, betacarotenos, flavonoides, ácidos graxos monoinsaturados e poli-insaturados, diminuem as chances da pessoa desenvolver o câncer de mama, porém se o padrão alimentar, desta pessoa, for o típico padrão alimentar ocidental, caracterizado principalmente pelo elevado consumo de pães, massas, carnes vermelhas e processada, embutidos, refinados e açúcares simples, o índice de desenvolver o câncer de mama é bem elevado.

REFERÊNCIAS

GE I, RUDOLPH A, SHIVAPPA N et al. Dietary inflammation potential and postmenopausal breast cancer risk in a German casecontrol study. *The Breast*, 2015.



INCA - Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. A situação do câncer de mama no Brasil: síntese de dados dos sistemas de informação. Rio de Janeiro. 2019.

MIGOWSKI, Arn et al. Diretrizes para detecção precoce do câncer de mama no Brasil. II-Novas recomendações nacionais, principais evidências e controvérsias. Cadernos de Saúde Pública, v. 34, p. e00074817, 2018.

PRADO, Wagner Luiz do et al. Obesidade e adipocinas inflamatórias: implicações práticas para a prescrição de exercício. Revista brasileira de medicina do esporte, v. 15, p. 378-383, 2009.

SHIVAPPA N, BOSETTI C, ZUCCHETTO A et al. Association between dietary inflammatory index and prostate cancer among Italian men. British Journal of Nutrition, 2015.

SOUZA MRGD. Avaliação do uso de ômega 3 em pacientes oncológicos: uma revisão de literatura. Monografia (Bacharelado em Nutrição). Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa - Paraíba, 2014; 43p.

TORRES DX, LIMA ICS, CARNEIRO PCPDM. Associação entre gordura corporal e lipídios dietéticos de pacientes com câncer de mama. Revista Interdisciplinar, 2015.

WIRTH MD, SHIVAPPA N, STECK SE et al. The dietary inflammatory index is associated with colorectal cancer in the National Institutes of Health-American Association of Retired Persons Diet and Health Study. British Journal of Nutrition, 2015.

