

A ARS NORTE, EM PARCERIA COM A LIGA PORTUGUESA CONTRA O CANCRO, VAI REALIZAR O RASTREIO DO CANCRO DA MAMA NO QUAL SÃO OBSERVADAS MULHERES COM IDADES COMPREENDIDAS ENTRE OS 45 E OS 69 ANOS. ESTE PROGRAMA É INTEIRAMENTE GRATUITO E EXTENSÍVEL A TODAS AS MULHERES, SEM EXCEÇÃO. OPORTUNAMENTE, SERÁ CONVIDADA A FAZER A SUA MAMOGRAFIA. NÃO HESITE EM SER EXAMINADA. DEIXE-NOS CUIDAR DA SUA SAÚDE!

O QUE É O RASTREIO DO CANCRO DA MAMA?

- ▶ O rastreio do cancro da mama consiste na realização de uma mamografia que é uma radiografia aos dois seios.
- ▶ A mamografia pode detectar cancros mamários numa fase precoce, mesmo quando eles são demasiado pequenos para os palpar ou sentir.

PORQUE NECESSITO DE FAZER O RASTREIO DO CANCRO DA MAMA?

- ▶ É entre os 45 e os 69 anos que o rastreio é mais eficaz e pode ajudar a detectar pequenas alterações. Se estas forem detectadas numa fase precoce, há boas hipóteses de uma recuperação com êxito.
- ▶ Na Região Norte, por ano, são diagnosticados aproximadamente 1450 novos casos de cancro da mama e morrem cerca de 350 mulheres.

PROGRAMA DE
RASTREIO
DO CANCRO
DA MAMA

**AO SEU
LADO NA
PREVENÇÃO**

MAIS INFORMAÇÃO E APOIO

Se tiver quaisquer dúvidas sobre o serviço:

- ▶ esclareça-as junto do seu médico
- ▶ contacte o seu centro de saúde local
- ▶ pode pedir informações à Liga Portuguesa Contra o Cancro NRN - Estrada Interior da Circunvalação 6657 - 4200-177 Porto
Telf: 22 5420682/6 - Fax: 22 5420687
E-mail: rcmama.nrn@ligacontracancro.pt
- ▶ visite o nosso website: www.arsnorte.min-saude.pt ou o website da Liga: www.ligacontracancro.pt

Publicado pela ARSN - Departamento de Estudos e Planeamento

SINTO-ME BEM, NÃO TENHO CAROÇO NENHUM, TENHO QUE FAZER, NA MESMA, A MAMOGRAFIA?

- › Sim, a partir dos 45 anos, mesmo sentindo-se bem, é importante fazer o rastreio mamário de dois em dois anos porque o rastreio pode permitir detectar alterações que ainda não são palpáveis.

QUEM DEVE FAZER A MAMOGRAFIA?

- › Todas as mulheres com idades compreendidas entre os 45 e os 69 anos deverão fazer este exame de dois em dois anos.
- › Em função da sua história pessoal, o seu médico pode propor-lhe uma mamografia antes dos 45 anos ou depois dos 70 anos.

COMO É QUE POSSO FAZER O RASTREIO?

- › Se tiver uma idade compreendida entre os 45 e os 69 anos e estiver inscrita num centro de saúde da região norte, o seu médico de família informa a Liga Portuguesa Contra o Cancro que deverá convidá-la para fazer uma mamografia.
- › A Liga Portuguesa Contra o Cancro deverá enviar-lhe uma carta convite com indicação da data em que poderá realizar a radiografia aos dois seios e o local onde se encontra a unidade de rastreio.
- › Esta unidade de rastreio pode ser móvel (estaciona no seu concelho de dois em dois anos) ou fixa.
- › No dia do exame deve levar consigo a carta convite, o seu bilhete de identidade e o cartão de utente do centro de saúde.

O QUE É QUE ME ACONTECE DURANTE O RASTREIO?

- › Quando chegar, uma funcionária da Liga explicará os detalhes do exame que vai realizar e fará algumas perguntas.
- › Esteja à vontade para esclarecer as dúvidas que tenha sobre o rastreio.
- › Habitualmente são precisas duas radiografias para cada seio.
- › Para obter uma boa imagem o seio é comprimido entre duas placas especiais.
- › A quantidade de radiação por exame é tão pequena que o risco com a repetição do exame é praticamente inexistente.

A MAMOGRAFIA DÓI?

- › Algumas mulheres sentem desconforto e até alguma dor com a compressão dos seios. A dor é habitualmente passageira e desaparece no final do exame.
- › Não hesite em manifestar o desconforto que poderá eventualmente sentir.

QUANDO É QUE RECEBO O RESULTADO?

- › O resultado da mamografia ser-lhe-á enviado pela Liga Portuguesa Contra o Cancro, em carta fechada para a sua residência e para o seu médico, num prazo que não deverá exceder quatro semanas após o exame.

SE FOR CHAMADA DE NOVO, O QUE É QUE ISTO SIGNIFICA?

- › Algumas mulheres (cerca de uma em cada 14 mulheres rastreadas) são chamadas para uma consulta de aferição e nova mamografia a realizar no Porto onde médicos especialistas se esforçarão por esclarecer as dúvidas.
- › Se a nova mamografia não for suficiente para esclarecimento, será convidada para outros exames (ecografia mamária e, se necessário, biopsia dirigida).
- › Não fique surpreendida se os novos exames mostrarem que não há nada com que se preocupar. A maioria das mulheres não apresenta nenhum problema e serão de novo contactadas, pela Liga Portuguesa Contra o Cancro, dois anos depois para novo rastreio.
- › Caso seja necessário analisar melhor a situação, poderá ter que fazer um estudo adicional num hospital preparado para o efeito e cuja marcação será assegurada pela Liga, no mais curto espaço de tempo.

E SE EU PRECISAR DE TRATAMENTO?

- › Se após os exames necessitar de tratamento, uma equipa hospitalar cuidará de si, assegurando-lhe cuidados e tratamentos de elevada qualidade que são constantemente revistos e melhorados.

O RASTREIO MAMÁRIO PREVINE O CANCRO?

- › Não, o rastreio mamário ajuda a detectar o cancro da mama se ele já existir, embora alguns cancros sejam muito difíceis de ver ou não se consigam, de todo, detectar nas radiografias.
- › Mesmo assim, a mamografia é a forma mais fiável de detectar cancro precocemente, possibilitando tratamentos mais eficazes.
- › O trabalho da Liga assenta em critérios rigorosos de qualidade que incluem a revisão sistemática das mamografias por dois ou mais médicos radiologistas com formação específica.

TENHO QUE PAGAR ALGUMA COISA?

- › Não, a mamografia e todos os exames que lhe forem eventualmente efectuados no âmbito deste rastreio são gratuitos para si.

Saiba o que é normal para si, olhe para os seus seios e palpe-os. Se detectar alterações da mama, tais como um pequeno nódulo ou espessamento localizado, assimetria dos contornos da mama, retracção da pele ou corrimento mamilar, consulte o seu médico.