



O CUIDADO
COMEÇA
COM VOCÊ.



CAMPANHA OUTUBRO ROSA

Campanha internacional criada na década de 1990, o **Outubro Rosa** tem como objetivo conscientizar sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama.

A doença é o segundo tipo mais comum entre as mulheres, mas quando identificada em estágios iniciais apresenta altas chances de cura.

O QUE É?

O câncer de mama é um tumor maligno causado por alterações genéticas nas células mamárias, que passam a se multiplicar de forma anormal. Quando diagnosticado precocemente e tratado adequadamente, as chances de cura são elevadas.

SINTOMAS:

- Nódulos (caroços) no seio ou na axila, com ou sem dor
- Alterações na pele da mama, como vermelhidão, retrações ou aspecto de “casca de laranja”
- Mudanças no mamilo ou saída de secreções anormais

PREVENÇÃO:

- Manter peso saudável, alimentação equilibrada e prática de atividade física
- Evitar o consumo de álcool e cigarro
- Realizar consultas médicas e exames preventivos regularmente
- Atenção especial a fatores de risco, como menarca precoce, menopausa tardia, primeira gravidez após os 30 anos e uso prolongado de terapia de reposição hormonal