

Outubro Rosa: o laço e a cor que salvam vidas



O mês de outubro é marcado pelo fomento de ações voltadas para a prevenção do câncer de mama e do câncer de colo do útero.

O Outubro Rosa é um movimento adotado mundialmente, voltado para campanhas de combate e prevenção ao câncer de mama e, mais recentemente, para a prevenção também do câncer de colo de útero.

O símbolo da campanha é o laço cor de rosa e o objetivo dela é compartilhar informações em relação às doenças, formas de prevenção, diagnóstico e tratamento.

Segundo o INCA (Instituto Nacional de Câncer), o câncer de mama ainda é o que mais acomete as mulheres brasileiras, sendo também o que mais mata. Raramente a doença pode ser diagnosticada, também, entre homens. Já o câncer do colo do útero, conhecido também como câncer cervical, é causado pela infecção persistente de alguns tipos de HPV é - de acordo com o INCA - o 3º (terceiro) mais frequente na população feminina e ocupa a 3ª (terceira) posição nas causas de mortes de mulheres, por câncer, no país.

Baseado nestes dados é que as campanhas no Brasil estão se tornando, além de necessárias, cada vez mais eficientes.

A meta é conseguir levar ao maior número de mulheres informações referentes à importância da prevenção para a identificação de um diagnóstico precoce e o sucesso do seu tratamento.

O diagnóstico precoce aumenta muito a chance de cura dos pacientes. Quando o câncer de mama e o câncer de colo de útero são detectados em fases iniciais, são grandes as chances de cura com tratamentos menos agressivos.

No entanto, se o diagnóstico é realizado em um estágio mais avançado da doença, o câncer pode acabar espalhando para outros órgãos e desencadear a chamada metástase. Ela reduz as chances de cura, sendo vista e tratada como uma doença crônica.

Em relação ao câncer do colo de útero o início adiantado da atividade sexual e múltiplos parceiros são apontados como fatores de risco para desenvolver a doença, além do tabagismo e do uso prolongado de anticoncepcionais.

Obesidade, sobrepeso, falta de atividade física, tabagismo, consumo excessivo de bebidas alcoólicas, além da exposição frequente a radiações ionizantes (radioterapia ou exames de diagnósticos) e histórico familiar, aumentam as chances de ter o câncer de mama.

O câncer do colo do útero é lento e pode não apresentar sintomas visíveis na fase inicial e a

detecção precoce é possível através do exame preventivo, crucial para identificar os primeiros sinais da doença.

Já em relação ao câncer de mama, alguns sintomas até podem ser notados, e sendo devidamente investigados, facilitam o diagnóstico precoce. Sendo assim, mulheres e homens devem se dirigir ao médico caso notem um ou mais dos seguintes sintomas:

- Diminuição dos mamilos
- Aparecimento de veias ou vermelhidão
- Pele com textura de casca de laranja
- Secreções
- Caroço ou inchaços, com dor ou não
- Mudança no formato da mama
- Feridas, coceiras ou ondulações
- Enrijecimento das mamas
- Sulcos, marcas ou alteração na textura da pele

O autoexame através do toque e a iniciativa de se olhar no espelho podem ajudar a identificar estes sintomas.

Para o câncer de colo de útero, usar preservativos nas relações sexuais, além de prevenir a transmissão e contágio do HPV e o desenvolvimento do câncer do colo de útero, evita também outras doenças sexualmente transmissíveis.

Por isso, é essencial que as mulheres mantenham seus exames em dia, bem como o acompanhamento médico regular.

Hábitos e comportamentos saudáveis contribuem para evitar cerca de 30% dos casos de câncer de mama. Isso sem falar na prevenção de outras doenças e na melhora da qualidade de vida como um todo.

E a Fundação Aleijadinho tem orgulho de contribuir para isso, a partir do momento que oferece a crianças e adolescentes a oportunidade, através dos seus projetos, de inserir hábitos saudáveis em suas rotinas por meio da prática esportiva, instituindo benefícios a longo prazo.

Importante mencionar que é fundamental buscar informações corretas sobre as formas de prevenção da doença. Nas unidades básicas de saúde pode-se encontrar profissionais qualificados para fornecê-las.

O SUS também oferece de forma gratuita exames de mamografia e preventivo para as mulheres, preservativos e vacinas às meninas de 9 a 14 anos, e aos meninos de 11 a 14 anos.

A imunização dos meninos é importante para prevenir o aparecimento do vírus e evitar a transmissão para futuros parceiros. Mulheres imunossuprimidas também podem ser vacinadas até os 45 anos.

Mulheres, realizem seus exames periódicos!

Homens, incentivem irmãs, mães, namoradas, esposas, vizinhas e colegas a manterem sua saúde em dia, e se cuidem também, o Outubro Rosa é uma ótima oportunidade para eliminar o preconceito e a desinformação.

Declarem o seu amor por vocês mesmos, conheçam e cuidem do seu corpo.

Outubro Rosa é um mês para lembrar, mas qualquer dia é dia para cuidar da saúde.

“Acreditar no esporte é ajudar a combater doenças!”

<https://fundacaoaleijadinho.com.br/noticia/126/outubro-rosa-o-laco-e-a-cor-que-salvam-vidas> em 12/04/2025 14:51