

DDS

OUTUBRO ROSA

Conscientização, prevenção e cuidado com a saúde das mamas.

Cuidar de você também é um ato de coragem!



PIRAPORA PREV
JUNTOS, CONSTRUÍMOS O FUTURO

Saúde é um bem coletivo.
Vamos cuidar juntos!

PREVENÇÃO
SALVA
VIDAS



O QUE É?

O câncer de mama é uma doença que afeta as células da mama e pode atingir principalmente mulheres, embora homens também possam ser diagnosticados.



Informação também é prevenção!



POR QUE FALAR SOBRE ISSO?

A campanha Outubro Rosa incentiva:

- ✓ Informação sobre a doença e seus sinais.
- ✓ Prevenção e hábitos saudáveis.
- ✓ Detecção precoce.
- ✓ Tratamento adequado.
- ✓ Apoio às pessoas afetadas e suas famílias.



FATORES DE RISCO



Idade



Histórico familiar



Fatores genéticos



Exposição hormonal prolongada



Obesidade e sedentarismo



Importante:

ter fatores de risco não significa que a pessoa terá a doença.

A avaliação individual deve ser feita por um profissional de saúde.



SINAIS DE ALERTA



Nódulo ou alteração persistente na mama ou axila.



Mudanças na pele ou no formato da mama.



Alterações no mamilo.



Qualquer alteração deve ser avaliada por um profissional de saúde.



DETECÇÃO PRECOCE



O acompanhamento regular de saúde e a mamografia, conforme orientação e protocolos de saúde vigentes, são fundamentais.



Cada pessoa tem uma história e necessidades específicas. Não existe uma idade ou periodicidade única para todos os casos.



COMO CUIDAR DA SAÚDE?



Mantenha hábitos saudáveis.



Pratique atividade física.



Tenha uma alimentação equilibrada.



Realize consultas e exames indicados.



APOIO



O acolhimento, a solidariedade e o apoio fazem toda a diferença para quem está em investigação ou em tratamento.

Você não está sozinha!

Prevenção, informação e cuidado podem fazer a diferença.



PIRAPORA PREV
JUNTOS, CONSTRUÍMOS O FUTURO