

**UME: MÁRIO DE ALMEIDA ALCÂNTARA**

**ANO: 7º ANO A / B / C - CIÊNCIAS DA NATUREZA**

**PROFESSOR: LUIZ FELIPE RABELO DOS SANTOS**

**PERÍODO DE OUTUBRO**



- UNIDADE TEMÁTICA

VIDA E EVOLUÇÃO

- HABILIDADES

EF06CI05/ EF07CI09/ EF07CI11/ EF08CI08/ EF09CI08

### **OUTUBRO ROSA E O CÂNCER DE MAMA**

- **Outubro Rosa**

O “**Outubro Rosa**” é um movimento que tem como objetivo principal alertar a todos a respeito do câncer de mama e da importância de um diagnóstico precoce.

Essa ação iniciou-se em 1997, nos Estados Unidos, e foi ganhando o mundo como uma forma de conscientização acerca da importância de um diagnóstico precoce e de alerta para a grande quantidade de mortes relacionadas com essa doença.

O símbolo da campanha é um **laço rosa**, que foi feito, inicialmente, pela Fundação *Susan G. Komen* e distribuído na primeira corrida pela cura do câncer de mama em 1990.

Esses laços rosas popularizaram-se e foram usados posteriormente para enfeitar locais públicos e outros eventos que lutavam por essa causa.

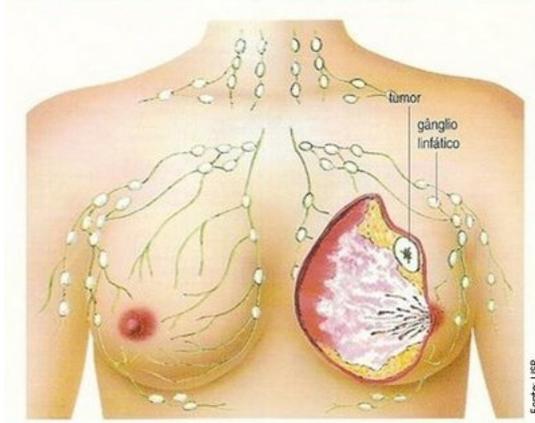
Além do **laço rosa**, muitas cidades passaram a iluminar os seus monumentos públicos com **luz rosa** para dar maior destaque ao mês de luta contra a doença.

No Brasil, o primeiro sinal de simpatia pelo movimento aconteceu em outubro de 2002, quando o monumento Mausoléu do Soldado Constitucionalista, também chamado de Obelisco do Ibirapuera, em São Paulo, foi iluminado de rosa.

Em outubro de 2008, o movimento ganhou força e várias cidades brasileiras foram iluminadas como uma forma de chamar a atenção para a saúde da mulher.

- **Confira a programação para Cidade de Santos para todo o Brasil**
- ✓ <https://g1.globo.com/sp/santos-regiao/mais-saude/noticia/2020/10/02/cidades-da-baixada-santista-tem-programacao-especial-para-o-outubro-rosa.ghtml>
- ✓ <http://g1.globo.com/sp/santos-regiao/videos/t/todos-os-videos/v/outubro-rosa-e-o-mes-de-alerta-ao-cancer-de-mama/8912983/>
- ✓ <https://www.eventos20.com.br/outubro-rosa-programacao-da-campanha/>

- **CÂNCER DE MAMA**



O câncer de mama ocorre quando as células deste órgão passam a se dividir e a se reproduzir muito rápido e de forma desordenada.

Esse processo gera células anormais que se multiplicam, formando um tumor.

Há vários tipos de câncer de mama.

Por isso, a doença pode evoluir de diferentes formas.

Alguns tipos têm desenvolvimento rápido, enquanto outros crescem mais lentamente.

Esses comportamentos distintos se devem a característica próprias de cada tumor.

O câncer de mama também acomete homens, porém é raro, representando apenas 1% do total de casos da doença.

A maioria dos cânceres de mama acomete as células dos ductos das mamas.

Ele pode ser *in situ*, quando não passa das primeiras camadas de célula destes ductos, ou *invasor*, quando invade os tecidos em volta.

Os cânceres que começam nos lóbulos da mama são chamados de Carcinoma Lobular e são menos comuns que o primeiro.

Este tipo de câncer muito frequentemente acomete as duas mamas.

O Carcinoma Inflamatório de mama é um câncer mais raro e normalmente se apresenta de forma agressiva, comprometendo toda a mama, deixando-a vermelha, inchada e quente.

- **Estatísticas**

Estimativa de novos casos: 66.280 (2020 - INCA)

Número de mortes: 17.763, sendo 17.572 mulheres e 189 homens (2018 - Atlas de Mortalidade por Câncer - SIM).

- **O que aumenta o risco?**

O câncer de mama não tem somente uma causa. A idade é um dos mais importantes fatores de risco para a doença (cerca de quatro em cada cinco casos ocorrem após os 50 anos).

Outros fatores que aumentam o risco da doença são:

Fatores ambientais e comportamentais	Fatores da história reprodutiva e hormonal	Fatores genéticos e hereditários*
Obesidade e sobrepeso após a menopausa;	Primeira menstruação antes de 12 anos;	História familiar de câncer de ovário;
Sedentarismo e inatividade física;	Não ter tido filhos;	Casos de câncer de mama na família, principalmente antes dos 50 anos;
Consumo de bebida alcoólica;	Primeira gravidez após os 30 anos;	História familiar de câncer de mama em homens;
Exposição frequente a radiações ionizantes (Raios-X).	Parar de menstruar (menopausa) após os 55 anos;	Alteração genética, especialmente nos genes BRCA1 e BRCA2.
	Uso de contraceptivos hormonais (estrogênio-progesterona);	
	Ter feito reposição hormonal pós-menopausa, principalmente por mais de cinco anos.	

A mulher que possui um ou mais desses fatores genéticos/hereditários é considerada com risco elevado para desenvolver câncer de mama.

O câncer de mama de caráter genético/hereditário corresponde a apenas 5% a 10% do total de casos da doença.

Atenção: a presença de um ou mais desses fatores de risco não significa que a mulher necessariamente terá a doença.

- **Como prevenir?**

Cerca de 30% dos casos de câncer de mama podem ser evitados com a adoção de hábitos saudáveis como:

- ✓ Praticar atividade física;
- ✓ Alimentar-se de forma saudável;
- ✓ Manter o peso corporal adequado;
- ✓ Evitar o consumo de bebidas alcoólicas;
- ✓ Amamentar
- ✓ Evitar uso de hormônios sintéticos, como anticoncepcionais e terapias de reposição hormonal.

- **Sinais e sintomas**

O câncer de mama pode ser percebido em fases iniciais, na maioria dos casos, por meio dos seguintes sinais e sintomas:

- ✓ Nódulo (caroço), fixo e geralmente indolor: é a principal manifestação da doença, estando presente em cerca de 90% dos casos quando o câncer é percebido pela própria mulher
- ✓ Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja
- ✓ Alterações no bico do peito (mamilo)
- ✓ Pequenos nódulos nas axilas ou no pescoço
- ✓ Saída espontânea de líquido anormal pelos mamilos

Esses sinais e sintomas devem sempre ser investigados por um médico para que seja avaliado o risco de se tratar de câncer.

É importante que as mulheres observem suas mamas sempre que se sentirem confortáveis para tal (seja no banho, no momento da troca de roupa ou em outra situação do cotidiano), sem técnica específica, valorizando a descoberta casual de pequenas alterações mamárias.

- **Tratamento**

Muitos avanços vêm ocorrendo no tratamento do câncer de mama nas últimas décadas.

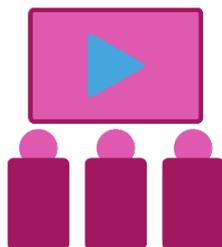
Há hoje mais conhecimento sobre as variadas formas de apresentação da doença e diversas terapêuticas estão disponíveis.

O tratamento do câncer de mama depende da fase em que a doença se encontra (estadiamento) e do tipo do tumor.

Pode incluir cirurgia, radioterapia, quimioterapia, hormonioterapia e terapia biológica (terapia alvo).

Quando a doença é diagnosticada no início, o tratamento tem maior potencial curativo.

No caso de a doença já possuir metástases (quando o câncer se espalhou para outros órgãos), o tratamento busca prolongar a sobrevida e melhorar a qualidade de vida.



## *CINE DICAS*

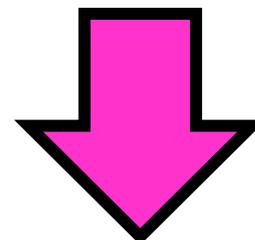
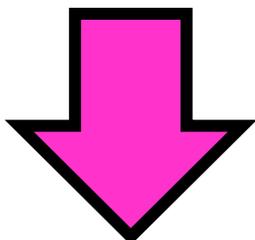
Aproveite para assistir e se conscientizar,  
junto com a sua família, a esses filmes que retratam e o  
câncer de mama.

- **DIÁRIO DE UMA CURA - "AMANHÃ HOJE É ONTEM"**.
  - <https://www.youtube.com/playlist?list=PLTHjtVmMyhMeZNUotbeXaHLz1PNODV611>
- **MULHERES DE PEITO**
  - [https://www.youtube.com/watch?v=hTBQq4tyb0I&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=hTBQq4tyb0I&feature=emb_logo)
- **MA MA** - Magda descobre que está grávida e com câncer de mama. Com a ajuda de um novo amor e do seu filho mais velho ela tenta encarar o tratamento com otimismo e perseverança.
  - <https://globoplay.globo.com/ma-ma/t/jbMSqsKGsw/>
- **JÁ ESTOU COM SAUDADES**
  - <https://www.youtube.com/watch?v=tE8XcTdeGvw>

*Esses filmes são apenas dicas e não  
fazem parte da Atividade =)*

*As questões a serem respondidas  
encontram-se na próxima página.*

*Boa Atividade a todos!*



## ATIVIDADES

1. O que é o Outubro Rosa?
2. Explique o motivo de pessoas usarem laços rosa em suas roupas e o porquê de alguns monumentos estarem iluminados pela luz rosa.
3. Quando ocorre o câncer de mama?
4. O câncer de mama é um tipo de câncer perigoso apenas para as mulheres?
5. Quais os tipos de câncer de mama?
6. Segundo as estatísticas, o que esses números abaixo representam?
  - a) 66.280 =
  - b) 17.763 =
  - c) 17.572 =
  - d) 189 =
7. Marque um **X** apenas nos fatores descritos abaixo, que podem ser facilmente identificados em sua família.

Fatores ambientais e comportamentais	Fatores da história reprodutiva e hormonal	Fatores genéticos e hereditários*
Obesidade e sobrepeso após a menopausa;	Primeira menstruação antes de 12 anos;	História familiar de câncer de ovário;
Sedentarismo e inatividade física;	Não ter tido filhos;	Casos de câncer de mama na família, principalmente antes dos 50 anos;
Consumo de bebida alcoólica;	Primeira gravidez após os 30 anos;	História familiar de câncer de mama em homens;
Exposição frequente a radiações ionizantes (Raios-X).	Parar de menstruar (menopausa) após os 55 anos;	Alteração genética, especialmente nos genes BRCA1 e BRCA2.
	Uso de contraceptivos hormonais (estrogênio-progesterona);	
	Ter feito reposição hormonal pós-menopausa, principalmente por mais de cinco anos.	

8. É possível prevenir o câncer de mama? E como?
9. É possível tratar o câncer de mama? E como?
10. O que achou do texto, das questões e vídeos disponibilizados? Deixe aqui, sua declaração sobre este!