



POR Arlaine Castro

reporter@gazetanews.com

Não basta colocar laço rosa, é preciso se autoexaminar

Chegou outubro. E mais importante do que aderir à campanha “Outubro Rosa”, é fazer o autoexame. Diariamente. Com números extremamente altos entre as mulheres, o câncer de mama ainda é um medo. E sim, ainda mata.

O Instituto Nacional de Câncer (INCA) estima que para cada ano do biênio 2018/2019, sejam diagnosticados 59.700 novos casos de

“A mulher deve realizar a autopalpação/observação das mamas sempre que se sentir confortável, seja no banho ou no momento da troca de roupa”.

câncer de mama no Brasil, com um risco estimado de 56,33 casos a cada 100 mil mulheres. Nos EUA, entre as mulheres, houve queda na mortalidade pelo câncer de mama - que registrou declínio de letalidade de 41% de 1989 a 2016.

No mundo, os países desenvolvidos como os Estados Unidos têm uma relação de 19 mortes por câncer de mama para cada 100 pacientes

diagnosticadas com a doença. Na América do Sul, essa proporção sobe para 29,8 mortes. No continente africano, a situação é ainda pior pois para cada 100 mulheres com a doença, 60 morrem.

Famosas ou anônimas

Basta olhar para o lado que percebemos ou lembramos de alguma mulher que está enfrentando o câncer. Seja famosa ou anônima. Com a doença em estágio quatro, a atriz e cantora australiana Olivia Newton-John, de 71 anos, afirmou que vai viver mais do que as estatísticas costumam indicar. A estrela de Grease: Nos Tempos da Brilhantina (1978) enfrenta

pela terceira vez a doença. Em 1992, foi diagnosticada pela primeira vez e superou a doença. Em 2013, ela descobriu um tumor no ombro. Em 2018, a atriz revelou que voltou a desenvolver um câncer de mama. “Eu sei quais são as estatísticas, mas as deixei para lá. Vou viver mais do que isso. Eu tomei essa decisão”, disse em entrevista ao programa CBS This Morning.

No Brasil, uma das fa-

mosas que também passou pela luta é a apresentadora Ana Furtado. Descoberto em 2018, ela terminou o tratamento, se diz recuperada e tem feito campanhas de conscientização sobre a doença.

A importância do autoexame

O câncer de mama é resultado da multiplicação anormal e desordenada de células da mama, formando um tumor. Esse comportamento das células é provocado por uma alteração genética, que pode ser herdada (o que ocorre apenas em cerca de 10% dos casos) ou espontânea, provocada ao longo da vida, explica a organização que luta em prol do combate à doença -FEMAMA.

Também, o site do INCA destaca a política de alerta à saúde das mamas e a importância do diagnóstico precoce para orientar a população feminina sobre as mudanças habituais das mamas em diferentes momentos do ciclo de vida e os principais sinais do câncer de mama.

“A orientação é que a mulher realize a autopalpação/observação das mamas sempre que se sentir confortável

para tal (seja no banho, no momento da troca de roupa ou em outra situação do cotidiano)”.

Segundo o Instituto, a maior parte das mulheres com câncer de mama identificou o câncer por meio da palpação ocasional em comparação com o autoexame (aproximadamente 65% das mulheres identificam o câncer de mama casualmente e 35% por meio do autoexame mensal).

Por isso, a detecção precoce do câncer de mama consiste na realização de exames que têm como objetivo garantir que a doença seja detectada o mais rápido possível, em sua fase inicial. Geralmente, muitas mulheres conseguem detectar alguma alteração em um simples autoexame.

Assim, para ajudar de alguma forma a reduzir o número de mulheres acometidas pela doença, espalhar por aí que não é legal fumar, que é importante reduzir a ingestão de álcool e fazer exames periódicos, especialmente quem já passou dos 40 anos, é a melhor forma de participar de verdade do “Outubro Rosa”!

Mineira, formada em Comunicação Social - Jornalismo pelo Centro Universitário do Leste de Minas Gerais (UNILESTE-MG). Traz em seu currículo experiências como assessora de comunicação, escritora, revisora e organizadora do livro Eta Babilônia. Atualmente é repórter do Gazeta News.

Oi! O TUCANO ECOLOGISTA - Fernando Rebouças



TELEFONES DE EMERGÊNCIA EMERGÊNCIA ligue 911 (Corpo de Bombeiros, Polícia ou Ambulância)

CONSULADO-GERAL DO BRASIL EM MIAMI

Setor de assistências a brasileiros:

(305) 285-6208 / (305) 285-6258 / (305) 285-6251

AEROPORTO INTERNACIONAL

Miami: (305) 876 7000

Fort Lauderdale: (954) 359 1200

Palm Beach: (561) 471 7400

Orlando: (407) 825 2001

AMERICAN RED CROSS

Miami Dade: (305) 644 1200

Broward: (954) 797 3800

Palm Beach: (561) 833 7711 (South)

Palm Beach: (561) 746 1532 (North)

Orlando e Região: (407) 644 9300

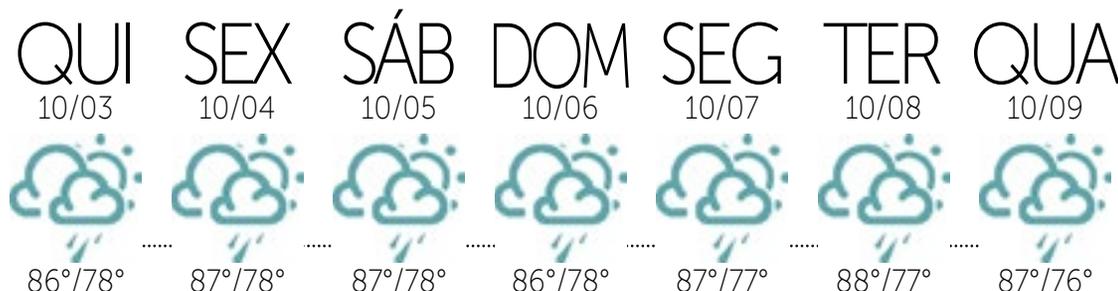
ANIMAL CARE AND REGULATION DIVISION

Miami Dade: (305) 6441200

Broward: (954) 359 1313

Palm Beach: (561) 233-1200 | Orlando: (407) 836 6311

METEOROLOGIA weather.com



Gazeta Brazilian News
Fundado em fevereiro de 1994
Gazeta Brazilian News
1100 S Federal Highway #200
Deerfield Beach, FL. 33441
Tel.: (954) 938-9292
Fax: (954) 938-9227

www.gazetanews.com
info@gazetanews.com

Pontos de distribuições do jornal:
Veja no site www.gazetanews.com

EDITORIAL / STAFF

PUBLISHER:

Zigomar Vuelma (vuelma@gazetanews.com)

EDITOR IN CHIEF:

Fernanda Cirino (news@gazetanews.com)

GRAPHIC DESIGNER/ PROOFREADER:

Vanuza Ramos (art@gazetanews.com)

JOURNALISTS:

Arlaine Castro (arlaine@gazetanews.com)

Marisa A. Barbosa (marisa@gazetanews.com)

Vanuza Ramos (art@gazetanews.com)

CUSTOMER RELATIONS:

Tensy Cordeiro (cr@gazetanews.com)

PHOTOGRAPHERS: Bill Paparazzi e Nathalia Schumacker.

ADVERTISEMENT

SOUTH FLORIDA

Ana Assis

Eliane Gallotti

Gabriela Lara

Maurício Braz

sales@gazetanews.com

ORLANDO

Sandra Baptista

CONTRIBUTORS

Adriana Tanese | VIVER BEM

Claudia Fehrbach | SAÚDE FINANCEIRA

Connie Rocha | BASTIDORES

Cristina Felix | ETIQUETA & BOAS MANEIRAS

Cristovam Buarque | OPINIÃO

Fernando Rebouças | PENSE GREEN

Gene de Souza | PLANETA MÚSICA

Ingrid Domingues | PERGUNTAS DE IMIGRAÇÃO

Ivani Manzzo | SAÚDE & BEM-ESTAR

Jamil Hellu | VIA LEGAL

Jana Nascimento Naganese | CINEMA

Lair Ribeiro | LAIR RIBEIRO

Rickson Amorim | AGENDA DE EVENTOS

Rosana Brasil | VIVER BEM

Partners of



As opiniões expressas em artigos são de responsabilidade de seus autores e não refletem necessariamente a opinião do jornal. Os serviços de propaganda são de responsabilidade dos anunciantes.