O SINDICATO DOS SERVIDORES MUNICIPAIS APOIA A LUTA CONTRA O CÂNCER DE MAMA!

OUTUBRO ROSA

VOCÊ É IMPORTANTE

Câncer de Mama: informe-se sobre os fatores de risco, sinais e saiba como se prevenir

Descubra os direitos do paciente com câncer

Conheça o Coletivo de Mulheres do Sindicato

www.municipais.org.br

Outubro de luta, prevenção e celebração

Outubro para o **Sindicato dos Servidores Municipais** é um mês intenso. No dia 06 comemoramos nosso aniversário de fundação, em 2020 chegamos aos 32 anos com muitas lutas e histórias para contar. Celebramos ainda, no dia 28, o Dia do Servidor, uma data importante que lembra a importância do funcionalismo público para a sociedade.

Mas não é só isso, outubro é também um mês de conscientização e prevenção para nossas mulheres servidoras. Através do Coletivo de Mulheres, a entidade realiza anualmente a campanha **Outubro Rosa** em favor da prevenção e conscientização do câncer de mama. Esta cartilha foi produzida com o objetivo de informar a respeito do câncer de mama e também facilitar a discussão a respeito desse assunto tão importante. Reunimos aqui muito trabalho e carinho para cuidar de você servidora.

Esperamos que goste!

A cartilha Outubro Rosa é uma publicação do Sindicato dos Servidores Municipais de Ribeirão Preto, Guatapará e Pradópolis
Rua Onze de Agosto, 361 - Campos Elíseos, Ribeirão Preto - (16) 3977-8100
Presidente: Laerte Carlos Augusto | Edição: Jessica T. Ribeiro (MTB: 79.662)

O que é câncer de mama?

É uma doença resultante da multiplicação de células anormais da mama, que forma um tumor com potencial de invadir outros órgãos. Há vários tipos de câncer de mama. Alguns se desenvolvem rapidamente e outros não. A maioria dos casos tem boa resposta ao tratamento, principalmente quando diagnosticado e tratado no início.

O câncer de mama é comum no Brasil?

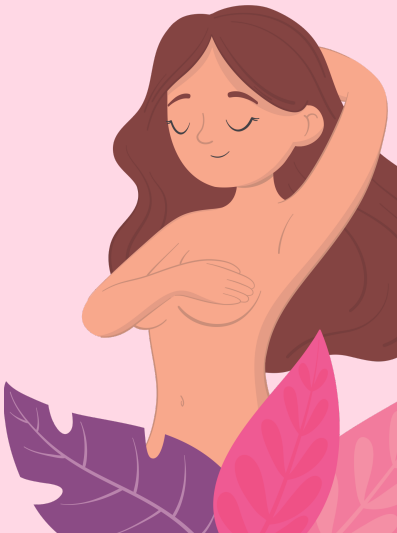
Sim! É o tipo mais comum, depois do câncer de pele, e também o que causa mais mortes por câncer em mulheres.

66.280

ESSE É O NÚMERO ESTIMADO DE NOVOS CASOS PARA 2020

Só as mulheres têm câncer de mama?

Não! Homens também podem ter câncer de mama, mas é raro, representando apenas 1% do total de casos da doença.



O que causa o câncer de mama?

Não há uma causa única. Diversos fatores estão relacionados ao câncer de mama. O risco de desenvolver a doença aumenta com a idade, tornando-se maior a partir dos 50 anos.

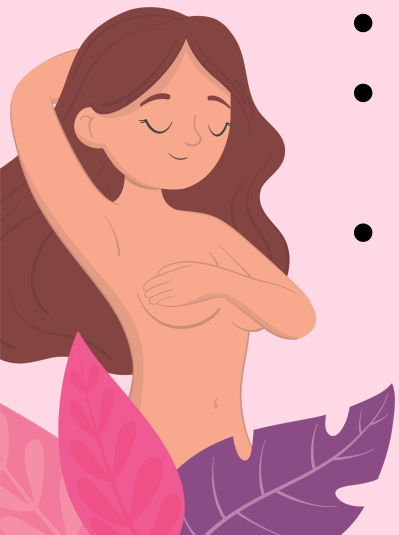
Fatores de risco

COMPORTAMENTAIS / AMBIENTAIS

- Obesidade e sobrepeso após a menopausa;
- Sedentarismo;
- Consumo de bebida alcoólico;
- Exposição frequente a radiações ionizantes (raio-X, mamografia e tomografia).

HISTÓRIA REPRODUTIVA / HORMONAL

- Primeira menstruação antes dos 12 anos;
- Não ter tido filhos;
- Primeira gravidez após os 30 anos;
- Não ter amamentado;
- Parar de menstruar após os 55 anos;
- Ter feito uso de contraceptivos orais por tempo prolongado;
- Ter feito reposição hormonal pós-menopausa, principalmente se por mais de cinco anos.



HEREDITÁRIOS / GENÉTICOS

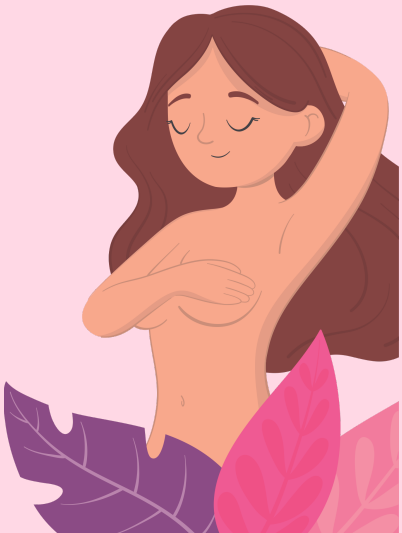
- História familiar de:
  > Câncer de ovário;
  > Câncer de mama em homens;
  > Câncer de mama em mulheres, principalmente antes dos 50 anos.

ATENÇÃO!
A PRESENÇA DE UM OU MAIS DESSES FATORES DE RISCO NÃO SIGNIFICA NECESSARIAMENTE QUE A MULHER TERÁ A DOENÇA.

É possível reduzir o risco de câncer de mama?

Sim! Manter o peso corporal adequado, praticar atividade física e evitar o consumo de bebidas alcoólicas ajudam a a reduzir o risco de câncer de mama. A amamentação também é considerada um fator protetor.

Estima-se que por meio da alimentação, nutrição e atividade física é possível **reduzir em até 28% o risco** de a mulher desenvolver câncer de mama.

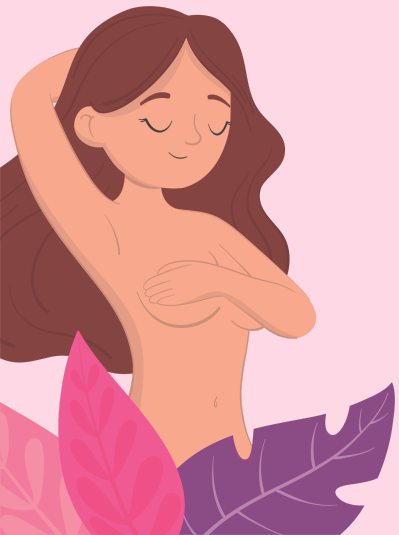


Quais os sinais e sintomas do câncer de mama?

- Caroço (nódulo) endurecido, fixo e geralmente indolor. É a principal manifestação da doença, estando presente em mais de 90% dos casos;
- Alterações no bico do peito (mamilo);
- Pequenos nódulos na região embaixo dos braços (axilas) ou no pescoço;
- Saída espontânea de líquido de um dos mamilos;
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja.

ATENÇÃO!
QUALQUER CAROÇO NA MAMA EM MULHERES COM MAIS DE 50 ANOS DEVE SER INVESTIGADO!

Como perceber os sinais e sintomas da doença?



Todas as mulheres, independente da idade, podem conhecer seu corpo para saber o que é e o que não é normal em suas mamas. **A maior parte dos cânceres de mama é descoberto pelas próprias mulheres.**

Exames de rotina e detecção precoce

Em grande parte dos casos o câncer de mama **pode ser detectado em fases iniciais**. A orientação atual é que a mulher faça a **observação** e a **autopalpação** das mamas, sem necessidade de uma técnica específica de **autoexame**.

CERCA DE 65% DAS MULHERES IDENTIFICAM O CÂNCER DE MAMA CASUALMENTE E 35% POR MEIO DO AUTOEXAME MENSAL.

O rastreamento da doença é feito através da mamografia, um exame que pode ser feito de rotina para identificar o câncer antes de a mulher ter sintomas.

Mulheres de 50 a 69 anos devem fazer a mamografia a cada dois anos.

Olhe, palpe e sinta suas mamas no dia a dia para reconhecer suas variações naturais e identificar as alterações suspeitas.

Em caso de alterações persistentes, procure o Posto de Saúde!

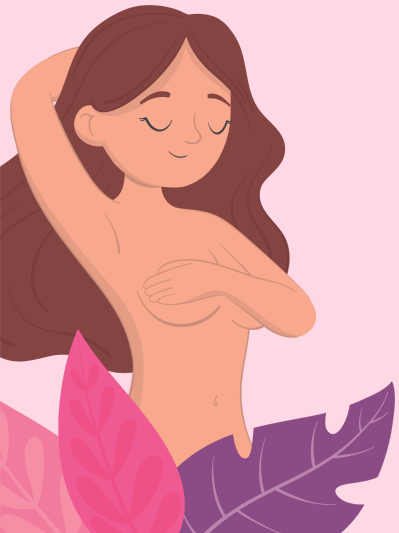
Como é feito o diagnóstico?

Diante da detecção de um nódulo o médico realizará inicialmente o exame físico e também conversará com a paciente sobre o histórico familiar e de saúde. Após a avaliação poderá solicitar exames como a mamografia, ultrassom das mamas, ressonância magnética e biópsia.

Qual o tratamento para o câncer de mama?

Para o tratamento de câncer de mama, o Sistema Único de Saúde (SUS) oferece todos os tipos de cirurgia, como mastectomias, cirurgias conservadoras e reconstrução mamária, além de radioterapia, quimioterapia, hormonioterapia e tratamento com anticorpos.

A LEI Nº 12.732, DE 2012, ESTABELECE QUE O PACIENTE COM CÂNCER TEM DIREITO DE SE SUBMETER AO PRIMEIRO TRATAMENTO NO SUS.



O tratamento do câncer de mama é feito por meio de uma ou várias modalidades combinadas. O médico vai escolher o tratamento mais adequado de acordo com a localização, o tipo do câncer e a extensão da doença.

Principais direitos do paciente com câncer

AUXÍLIO-DOENÇA

A partir do 16º dia afastado da atividade laboral, o trabalhador tem direito ao auxílio-doença. Para quem tem câncer não existe período mínimo de trabalho para se solicitar o benefício.

RECONSTRUÇÃO DA MAMA

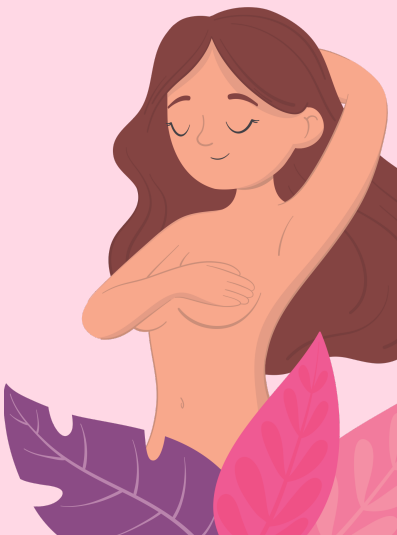
Garantido pela Lei nº 12.802, o procedimento de reconstrução mamária, por meio do Sistema Único de Saúde (SUS), é oferecido para mulheres com câncer que tiveram que retirar a(s) mama(s) ou parte(s) dela(s). Planos de saúde também devem assegurar o procedimento.

URGÊNCIA NO ATENDIMENTO

A Lei nº 12.732 garante que o paciente quando diagnosticado com câncer deve ter o tratamento iniciado em no máximo 60 dias.

MEDICAMENTOS GRATUITOS

Os medicamentos usados no tratamento do câncer são os chamados medicamentos de alto custo e a Constituição garante a todo paciente com a doença o acesso a eles de forma gratuita através do SUS – desde que esses estejam previamente incorporados no Sistema Único de Saúde.



SAQUE DO FGTS

O paciente devidamente cadastrado no FGTS que tiver câncer ou o trabalhador que possuir dependente com a doença terá o direito de fazer o saque do saldo de todas as contas pertencentes ao solicitante.

SAQUE DO PIS/PASEP

O PIS pode ser retirado na Caixa Econômica Federal pelo trabalhador cadastrado que tiver câncer ou por qualquer trabalhador que tenha dependente com a doença.

APOSENTADORIA POR INVALIDEZ

É garantida ao paciente cuja incapacidade de realizar a atividade que lhe garanta sustento seja considerada definitiva e atestada pela perícia médica do INSS.

COMPRA DE VEÍCULOS ADAPTADOS OU ESPECIAIS

O paciente de câncer com qualquer tipo de limitação física ou sequela incapacitante da doença poderá adquirir um veículo adaptado com desconto de impostos. Esses veículos, normalmente, estão livres do pagamento de IPI, ICMS e até IPVA.

ANDAMENTO JUDICIÁRIO PRIORITÁRIO

O Judiciário dá prioridade aos processos de pacientes com diagnóstico de câncer. Também é garantido o direito ao atendimento preferencial pela Defensoria Pública em relação aos serviços de assistência judiciária gratuita.

QUITAÇÃO DE FINANCIAMENTO DE IMÓVEL PELO SISTEMA FINANCEIRO DE HABITAÇÃO

A pessoa com invalidez total e permanente, causada por acidente ou doença, possui direito à quitação, caso haja essa cláusula no contrato. Para isso, a doença determinante da incapacidade deve ter sido adquirida após a assinatura do contrato de compra do imóvel.

Prevenção e Recomendações

A prevenção é sempre a melhor escolha, cerca de 95% dos casos de câncer de mama diagnosticados no início têm chance de cura. E para aumentar ainda mais sua possibilidade de diagnóstico precoce você pode:

- Realizar o autoexame mensalmente;
- Consultar o ginecologista pelo menos uma vez ao ano;
- Se você se enquadra nos fatores de risco, converse com o médico a respeito;
- Se possui entre 50 e 69 anos realize regularmente a mamografia.

INFORME-SE, CONVERSE E COMPARTILHE ESSAS INFORMAÇÕES!

Coletivo de Mulheres é simbolo de luta, trabalho e empoderamento dentro do Sindicato

Fundado há dez anos o **Coletivo de Mulheres** do Sindicato dos Servidores Municipais tem como principal missão fortalecer e defender a trabalhadora, lutando pela igualdade e buscando abrir caminhos para o diálogo e a construção de políticas públicas em favor da mulher servidora.

O **Coletivo de Mulheres** é uma das ferramentas de luta da entidade, formado por servidoras, diretoras e funcionárias o grupo se mobiliza em favor dos direitos da mulher e promove ações sociais.

A agenda permanente do **Coletivo** discute questões cotidianas, relacionadas ao feminino, o feminismo, reivindicações, luta por direitos e lugar na sociedade. Os temas trabalhados pelo grupo são diversos, mas todos unidos por um mesmo propósito: organizar, empoderar e estabelecer laços entre as mulheres de luta da entidade.

Informações

Ministério da Saúde
Inst. Nac. de Câncer (INCA)
A.C. Camargo Cancer Center

Para informações sobre os serviços de saúde e a rede de atendimento ao paciente com câncer da cidade, procure a unidade de saúde mais próxima.