

NHS breast screening

Rastreio da mama do NHS

Qual é o objectivo deste folheto?

Este folheto fala sobre o rastreio do cancro da mama e visa ajudá-la a decidir se deseja ou não participar no Programa de Rastreio da Mama do NHS.

O que é o rastreio da mama do NHS?

- O rastreio da mama é feito através de radiografia (raios X) e procura detectar cancros da mama quando ainda são demasiado pequenos para serem visíveis ou palpáveis.
- Estas radiografias chamam-se mamografias.
- O cancro da mama é o cancro mais comum nas mulheres e tem maiores probabilidades de surgir com o avançar da idade. O rastreio da mama reduz as mortes por cancro da mama.

A quem é oferecido o rastreio da mama e com que frequência?

Actualmente convidamos todas as mulheres entre os 50 e os 70 anos de idade para o rastreio da mama. Oferecemos este rastreio com intervalos de três anos e deverá receber o seu primeiro convite antes de completar os 53 anos. Não enviamos convite para este exame a mulheres com mais de 70 anos de idade, mas pode continuar a fazer o rastreio a intervalos de três anos. Basta telefonar para a sua unidade local de rastreio e pedir uma marcação.

Começámos a alargar o nosso programa a mulheres perto dos 50 anos e até aos 73 anos de idade.

Quer decida ou não fazer o rastreio da mama, fale de imediato com o seu médico de família se estiver preocupada com um problema relacionado com os seios.

Quais são os benefícios do rastreio da mama?

- O rastreio regular evita a morte por cancro da mama.
- O rastreio pode detectar o cancro precocemente, antes de você saber que o tem. Quanto mais precocemente o cancro da mama for detectado, melhores as suas hipóteses de sobrevivência.
- Se um cancro da mama for detectado em fase inicial, é menos provável que venha a precisar de uma mastectomia (a remoção da mama) ou quimioterapia.

O rastreio da mama detecta todos os cancros?

Não. Alguns cancros não aparecem numa mamografia e por vezes um cancro pode não ser revelado. Isto pode acontecer, independentemente do grau de competência das pessoas que lêem a mamografia.

O rastreio impede o cancro da mama?

Não. O rastreio apenas detecta um cancro se ele já existir, mas pode revelar cancros numa fase precoce.

Quais são as desvantagens do rastreio?

- A mamografia implica a exposição dos seios a uma pequena quantidade de radiação.
- Por vezes uma mamografia parece normal, mesmo que exista um cancro. Neste caso, produz-se um falso resultado negativo. É importante que *conheça os seus seios* (ver a página 3).
- Por vezes uma mamografia não parece normal e a paciente é chamada para mais testes, mas não está presente um cancro. Isto chama-se um falso resultado positivo.
- O rastreio pode encontrar cancros que podem ser tratados, mas que, de outra forma, poderiam não ter sido detectados durante a vida da paciente.
- Se for ao rastreio, talvez fique ansiosa ou preocupada. Isto apenas ocorre por um curto período de tempo.

Onde devo ir ao rastreio?

Dependendo de onde morar, o rastreio da mama é normalmente feito numa clínica ou hospital local ou numa unidade de rastreio móvel. O seu convite indicará onde deve dirigir-se. Caso necessite de ajuda (por exemplo, se for utilizadora de cadeira de rodas) ou a sua marcação não for conveniente, por favor telefone à unidade de rastreio.

O que acontece durante o rastreio da mama?

O rastreio da mama é efectuado apenas por pessoal do sexo feminino. Pedir-lhe-ão que se dispa da cintura para cima. Por favor não aplique pó de talco antes de fazer o rastreio.

A funcionária que realizar a sua mamografia fará algumas perguntas e explicará o que vai acontecer. Ela colocará um seio de cada vez entre duas placas especiais na máquina de mamografias e tirará duas imagens de cada seio. O seio tem de ser firmemente pressionado entre as placas por alguns segundos para permitir obter mamografias nítidas.

A mamografia leva alguns minutos. A sua visita para a mamografia deverá levar no total cerca de meia hora.

Fazer a mamografia dói?

A maior parte das mulheres acha a mamografia desconfortável. Algumas mulheres acham-na dolorosa, mas apenas por alguns segundos. A dor apenas persiste por mais algum tempo em pouquíssimas mulheres.

Quando receberei os resultados?

A carta com os seus resultados será enviada para a sua morada de casa dentro de duas semanas. O seu médico de família será também informado dos seus resultados.

Que resultados da mamografia poderei obter?

A maior parte das mulheres obtém um resultado normal do rastreio (a sua mamografia não apresenta quaisquer sinais de cancro). Contudo, isto não significa que não venha a ter cancro da mama, portanto é igualmente importante que *conheça os seus seios* (ver a página 3).

Cerca de uma em cada 20 mulheres é chamada para novo rastreio porque a sua mamografia mostra que são necessários mais testes. Isto acontece mais frequentemente com a primeira mamografia e deve-se ao facto de não termos outras mamografias para comparação. Algo aparentemente invulgar na sua primeira mamografia pode ser completamente normal para si.

Podemos fazer mais exames, incluindo mamografias, uma ecografia ou uma biópsia com agulha. Uma biópsia com agulha serve para remover uma pequena amostra de tecido mamário (e pode ser feita com anestesia local). Fazemos estes testes para mostrar se você tem ou não cancro da mama.

E se me disserem que tenho cancro da mama?

Será colocada sob os cuidados de uma equipa especializada em cancros da mama. Esta equipa falará consigo sobre o seu diagnóstico, o apoio ao seu dispor e as opções para o seu tratamento. A maioria dos cancros, mas não todos, que são detectados através do rastreio do cancro da mama podem ser tratados com sucesso.

O que acontece às minhas mamografias depois do exame?

- Conservaremos as suas mamografias por oito anos.
- Estamos a começar a utilizar a mamografia digital. Examinamos as mamografias num ecrã de computador e guardamo-las no formato de um ficheiro informático.
- Revemos com regularidade os nossos registos de rastreio para nos certificarmos de que lhe oferecemos um bom serviço. O pessoal noutras partes dos serviços de saúde poderá ter que examinar os seus registos para este efeito.
- O nosso programa de rastreio procede a uma auditoria (verificação) periódica dos resultados dos rastreios e de eventuais seguimentos posteriores. Se quiser saber os resultados destas auditorias, contacte a sua unidade de rastreio.
- Se desejar mais informação sobre a manutenção de registos pelo NHS, contacte o NHS Direct pelo telefone **0845 4647**.

Conheça os seus seios

O cancro da mama pode surgir em qualquer altura. Isto inclui o intervalo entre as mamografias efectuadas. Conhecer os seus seios faz parte de conhecer o seu

próprio corpo, de modo a conseguir aperceber-se de eventuais alterações nos seios numa fase inicial. A coisa mais importante que necessita de saber em relação aos seus seios é o que é normal para si e, além disso, deve também informar o seu médico de família de quaisquer alterações assim que se aperceba delas.

As alterações nos seios podem ser benignas, mas é aconselhável pedir um exame para investigação imediata. As coisas a que deve estar atenta são as seguintes:

- nódulos (caroços), espessamento ou áreas irregulares;
- alterações na aparência, tais como rugosidade ou depressão na pele;
- desconforto ou dores; e
- secreção do mamilo, erupção, vermelhidão que não passe ou uma alteração na posição do mamilo (apontando numa direcção diferente ou retraído).

Se notar alguma alteração nos seios em relação ao que é normal para si, fale com o seu médico de família sem demora.

Algumas estatísticas que poderá achar úteis

Apresentamos a seguir algumas estatísticas sobre as mulheres em idade rastreável no Reino Unido. Foram retiradas de dados do Programa de Rastreio da Mama do NHS em Inglaterra e de registos sobre cancro. Os valores indicados são as *melhores estimativas* actuais, mas poderão mudar com o tempo.

- O cancro da mama é o cancro mais comum nas mulheres. Há cerca de 46.000 casos anualmente no Reino Unido. Oito em cada 10 cancros da mama ocorrem em mulheres com 50 ou mais anos de idade.
- Morrem cerca de 12.000 mulheres anualmente de cancro da mama no Reino Unido.
- Em cada 14.000 mulheres rastreadas regularmente durante 10 anos, uma mulher poderá morrer de cancro da mama atribuível à radiação das mamografias.
- É diagnosticado cancro da mama a cerca de oito em cada 1.000 mulheres rastreadas.
- Destas oito, é diagnosticada a duas uma forma inicial de cancro chamada carcinoma ductal “in situ” (CDIS). Não sabemos que casos de CDIS se tornarão malignos, portanto oferecemos tratamento a estas mulheres.
- Se for descoberto um cancro através de rastreio, ser-lhe-á oferecido tratamento. É oferecida à maior parte das mulheres uma combinação de tratamentos diferentes.
- Poderá ser-lhe oferecida cirurgia. Se o rastreio tiver detectado cancro, cerca de sete em cada 10 mulheres serão sujeitas a cirurgia para remoção do nódulo (remoção do tecido afectado) com radioterapia. Cerca de três em cada 10

mulheres são sujeitas a mastectomia (sendo-lhe removido um seio) e é-lhes oferecida a reconstrução do seio.

- Pode ser-lhe oferecida quimioterapia. Cerca de duas em cada 10 mulheres com cancro da mama descoberto através de rastreio fazem quimioterapia.
- Em cada 400 mulheres rastreadas regularmente durante 10 anos, menos uma morrerá de cancro da mama. Isto significa que 1.400 serão salvas de morrer de cancro da mama todos os anos em Inglaterra.

Mais informação e apoio

Se tiver dúvidas, pode:

- falar com o seu médico de família
- contactar a sua unidade de rastreio local
- visitar o website dos Programas de Rastreio do Cancro do NHS www.cancerscreening.nhs.uk
- contactar o NHS Choices, visitando www.nhs.uk
- contactar o NHS Direct pelo telefone **0845 4647**
- descarregar o folheto *Be Breast Aware* (Conheça os seus seios) em www.cancerscreening.nhs.uk/breastscreen/publications/be-breast-aware.html
- contactar Health Talk Online na página www.healthtalkonline.org
- contactar a Cancer Research UK pelo telefone **0808 800 4040** ou visitando info.cancerresearchuk.org
- contactar a Breakthrough Breast Cancer pelo telefone **08080 100 200** ou visitando breakthrough.org.uk
- contactar a Breast Cancer Care pelo telefone **0808 800 6000** ou visitando www.breastcancercare.org.uk.

Publicado pelo Ministério da Saúde em associação com os Programas de Rastreio do Cancro do NHS, com aconselhamento e apoio do Cancer Research UK Primary Care Education Research Group.

© Crown copyright 2010
403722 1p Dec10
Produced by COI for the Department of Health
Last updated 2010

O texto deste documento pode ser reproduzido sem autorização oficial e sem encargos se for destinado a utilização pessoal ou interna.

Se desejar mais cópias desta publicação, visite www.orderline.dh.gov.uk e cite 403722/*Breast Screening* ou contacte:

DH Publications Orderline

Tel: 0300 123 1002

Minicom: 0300 123 1003 (das 08h00 às 18h00, de segunda a sexta-feira)

As versões noutras línguas encontram-se disponíveis em:

www.cancerscreening.nhs.uk/breastscreen/publications/ia-02.html

www.cancerscreening.nhs.uk