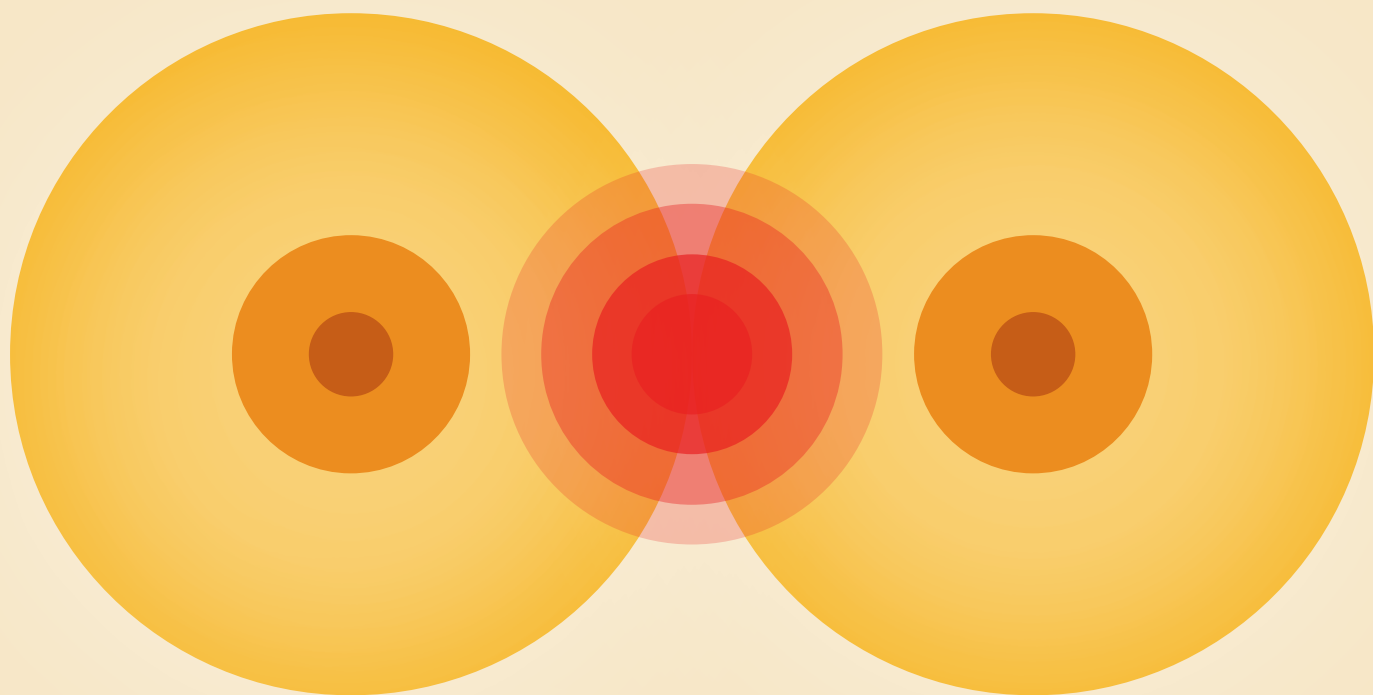


# Programa de deteção Precoce do cancro da mama



# Programa de deteção precoce do cancro da mama

O cancro da mama é uma doença frequente.

1 em cada 10 mulheres sofrem de cancro da **mama**.

O cancro da mama é mais frequente nas mulheres com mais idade.

## Deteção precoce

É descobrir uma doença antes de apresentar os sintomas.

## Mama

É o nome que os médicos dão aos seios.

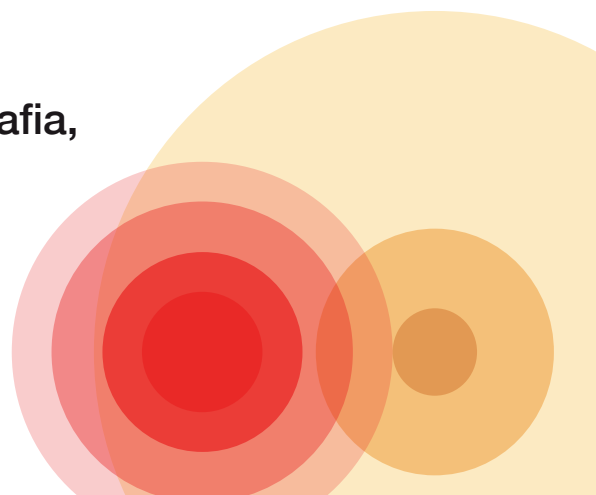
## O que posso fazer para prevenir o cancro da mama?

Quando o cancro da mama é muito pequeno pode ser detetado rapidamente e, quando é detetado rapidamente, quase sempre tem cura.

O cancro da mama é detetado, mesmo sendo muito pequeno, através de um exame denominado mamografia, que é um exame rápido e simples. Com a mamografia é possível detetar quase todos os cancros da mama.

## Detetar

É descobrir a existência de algo.



# O que é uma mamografia?

A mamografia é uma radiografia das mamas.

É necessário fazer 2 mamografias de cada mama.

Para que a mamografia seja bem visível,  
é necessário apertar a mama.

Por vezes, ao apertar a mama, provoca um pouco de dor.

A deteção rápida do cancro da mama é muito importante,  
por isso, se tem entre 45 e 74 anos,  
o Ministério da Saúde oferece-lhe a possibilidade  
de fazer uma mamografia gratuita a cada 2 anos.



## Como pode fazer a mamografia?

Irá receber em casa uma carta  
com as informações sobre o que deve fazer.  
Também pode perguntar ao seu médico.  
Após a primeira mamografia  
receberá uma carta a cada 2 anos  
relativa às revisões seguintes.

# Como pode saber o resultado?

O resultado da mamografia é enviado para a sua casa através de carta e também é enviado para o seu médico.

Quando o resultado é negativo quer dizer que a mama está bem e que não existe cancro.

Por vezes os resultados aconselham a repetição da mamografia porque não é possível ver bem.

Quando o resultado é duvidoso não é possível saber com segurança se existe ou não cancro da mama. Neste caso, é necessário ir ao médico para que possam ser realizados outros exames.

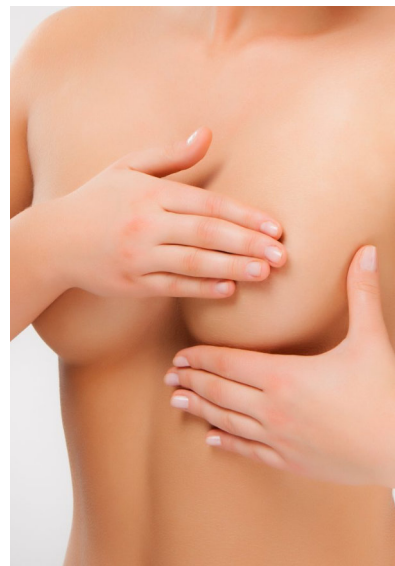
# Alguns conselhos

No dia que fizer a mamografia  
não coloque nada na mama nem no sopro.  
Assim é possível visualizar melhor.

Para fazer a mamografia  
tem que se despir  
da cintura para cima.

É importante que conheça as suas mamas  
Por isso deve **explorar as mamas**  
com um determinado intervalo.  
Assim poderá identificar se existe alguma  
alteração ou se nota a existência de algum caroço.

Procure um médico se notar algo raro na mama,  
mesmo que tenha feito uma mamografia  
há pouco tempo.



## explorar as mamas

É tocar nas mamas  
com a palma da mão  
para ver se nota a  
presença de algum  
caroço.

**Faça as mamografias sempre que for chamada.  
Uma só vez não é suficiente.**

**COMPAREÇA SEMPRE QUE FOR CHAMADA**

# Unidades de mamografía

**ÁREA DE SADLUD DE ÁVILA**  
Teléfono: 920353159 Ext. 30197

**ÁREA DE SALUD DE BURGOS**  
Teléfono: 947263035

**ÁREA DE SALUD DE LEÓN**  
Teléfono 987 22 72 50  
Ext. mañanas 43822, tardes 43828

**ÁREA DE SALUD DEL BIERZO**  
Teléfono 987 40 42 54

**ÁREA DE SALUD DE PALENCIA**  
Teléfono 979 70 66 16

**CERVERA DE PISUERGA**  
Teléfono 979 74 62 22  
Ext. 50037/50036

**ÁREA DE SALUD DE SALAMANCA**  
Teléfono 923 29 67 40

**ÁREA DE SALUD DE SEGOVIA**  
Teléfono 921 41 93 30 Ext. 59858

**ÁREA DE SALUD DE SORIA**  
Teléfono 975 22 09 04  
Ext39270/39018

**ÁREA DE SALUD VALLADOLID ESTE**  
Teléfono 983 41 37 71

**ÁREA DE SALUD VALLADOLID OESTE**  
Teléfono 983 45 60 17

**ÁREA DE SALUD DE ZAMORA**  
Teléfono 980 53 58 68 Ext. 45696