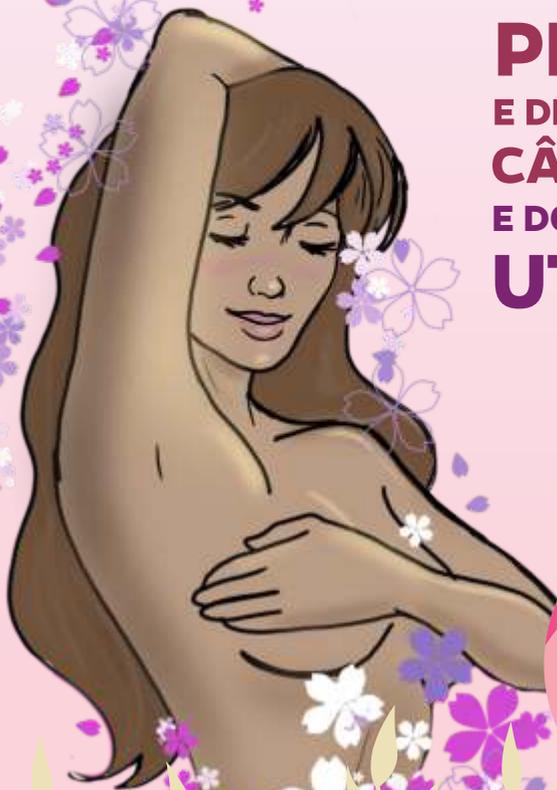




**PROAMAZÔNIA**  
INSTITUTO DE DEFESA E PROTEÇÃO  
AMBIENTAL DA AMAZÔNIA

**CARTILHA**  
**PREVENÇÃO**  
E DETECÇÃO PRECOCE DO  
**CÂNCER DE MAMA**  
E DO CÂNCER DE COLO  
**UTERINO**



**ONDE POSSO CONSEGUIR AJUDA E FAZER  
EXAME DE MAMOGRAFIA E DO  
COLO UTERINO (PAPANICOLAU)**

**INFORME-SE EM QUALQUER UNIDADE  
BÁSICAS DE SAÚDE DO MUNICÍPIO (UBS)**

<https://semsa.manaus.am.gov.br/localizacao-das-unidades-de-saude/>



O Conteúdo desta cartilha foi baseado em publicações oficiais do Instituto Nacional do Câncer (INCA), sendo todo o seu conteúdo disponibilizado nos termos da Licença Creative Commons, não pode ser vendida, pois sua impressão é oriunda de recursos públicos e pode ser reproduzida, copiada, adicionada em parte ou no todo, desde que citada a fonte original.

MINISTÉRIO DA SAÚDE  
Instituto Nacional de Câncer (INCA)





**PROAMAZÔNIA**

INSTITUTO DE DEFESA E PROTEÇÃO  
AMBIENTAL DA AMAZÔNIA

**CARTILHA**

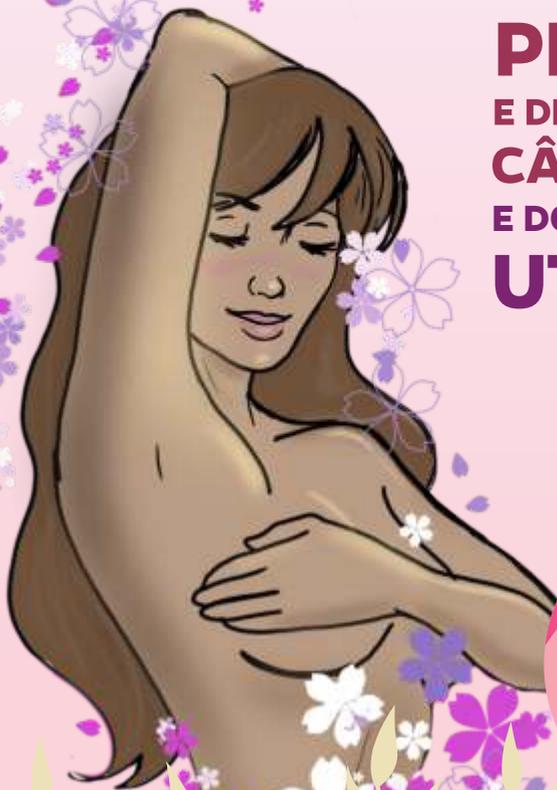
**PREVENÇÃO**

**E DETECÇÃO PRECOCE DO**

**CÂNCER DE MAMA**

**E DO CÂNCER DE COLO**

**UTERINO**





**PROAMAZÔNIA**  
INSTITUTO DE DEFESA E PROTEÇÃO  
AMBIENTAL DA AMAZÔNIA

## Ficha Técnica

Paulo Junior de Oliveira Mendonça  
PRESIDENTE

Francisco Marreiro de Lima  
VICE-PRESIDENTE

Edivaldo Ribeiro Rocha  
DIRETOR ADMINISTRATIVO.

Fernanda Ketlen Guimarães de Lima Mendonça  
DIRETOR FINANCEIRO

---

**Organizador/Projeto Gráfico:** Augusto Vieira (pedagogo)

**Texto Base:** Instituto Nacional do Câncer (INCA)/Proamazônia

**Projeto Gráfico:** Augusto Vieira

**Ilustrações e capa:** Aline Tupinanbá

---



## Paulo Junior de Oliveira Mendonça

Presidente do Instituto  
de Defesa e Proteção  
Ambiental da Amazônia  
Proamazonia

Olá amigos!

Esta cartilha representa um esforço conjunto de diversos setores da sociedade para levar o conhecimento que salva vidas, sendo esta mais uma ação do Instituto de Defesa e Proteção da Amazônia - Proamazonia.

Outras atividades também foram realizadas pelo instituto e continuamos trabalhando para levar à população mais necessitada um pouco mais de benefícios. As principais atividades que realizamos foram estas:

- Por Intermédio de uma **Emenda Parlamentar Impositiva do Governo do Estado do Amazonas**, em 2020 contemplamos 40 Danças Folclóricas, apoiando a Cultura, arte, e Turismo do nosso Estado;
- Em parceria com a Secretaria do Estado de Justiça, Direitos Humanos e Cidadania – SEJUSC, atingimos 2.000 famílias com a **distribuição de cestas básicas e verduras**, em diversas Zonas de Manaus, no ano de 2020;
- Por meio da Emenda Parlamentar Impositiva do Deputado Dr Francisco do Nascimento Gomes nº 033/2021, Termo de Parceria nº 001/2021 – FEAS, **distribuímos cestas básicas** às famílias carentes da capital, por ocasião da segunda onda da Pandemia da Covid-19, no valor de R\$ 300.000,00 com alcance de **2.500 famílias** em vulnerabilidade social da cidade de Manaus, atuando na Zona Leste, Norte e Oeste da



Cidade de Manaus;

- Por meio da Emenda Parlamentar Impositiva do Deputado Dr. Francisco do Nascimento Gomes nº 036/2021, Termo de Parceria nº 002/2021 – FEAS, adquirimos e distribuimos **2.500 Kits de EPI'S**, a um custo de valor R\$ 270.312,00, nos municípios de Iranduba, Manacapuru, Novo Airão, Rio Preto, Itacoatiara e Presidente Figueiredo.
  - Por meio da Emenda Parlamentar Impositiva do Deputado Dr. Francisco do Nascimento Gomes nº 039/2021, Termo de Parceria nº 003/2021 – FEAS, adquirimos e distribuimos **3.000 Kits de EPI'S** (Equipamento de Proteção Individual) ao valor de ao valor R\$ 300.000,00, para contribuir para o enfrentamento do COVID, direcionadas as famílias em vulnerabilidade social na capital de Manaus – AM, nos bairros Cidade nova, Nova cidade, São José, Novo Israel, Coroado, Tancredo Neves, Novo Aleixo, Conjunto Habitacional Viver Melhor 1 e 2, Mauazinho, Educandos e Compensa.
  - Por meio da Emenda parlamentar N°034/2020 – do Dep. Adjuto Afonso, Termo de Convênio nº22/2020 – SEDUC, providenciamos a produção, impressão e distribuição de **15.682 Cartilhas/Livro Patrimônio Histórico e Cultural de Manaus**, com autores da região, para as escolas estaduais da zona Sul de Manaus;
  - Recebemos e distribuimos doações de Benefícios eventuais (cesta básica) do Comitê de Ação da Cidadania, com apoio logístico da Secretaria de Estado de Produção Rural do Programa de desperdício pela SEPROR/ AM, ao qual alcançamos **50 famílias** em estado de vulnerabilidade social na cidade de Manaus.
  - Recebemos e distribuimos cerca de **3 toneladas de banana pacovan**, que foram distribuídos in natura e em forma de mingau de banana para acompanhantes e funcionários no Hospital 28 de Agosto, em parceria com o programa de redução de desperdício SEPROR/AM.
  - Recebemos e distribuimos, em parceria com a Rede de Supermercados BRF, através da Ação da Cidadania com doação de **700 cartões para 700 famílias** em estado de
- 



vulnerabilidade social.

- Recebemos e distribuímos, em Parceria com a Rede de Supermercado Nova Era, no período de Janeiro de 2022, a doação de **100 (cem) cestas básicas** para famílias em vulnerabilidade social em Manaus.
- Realizamos o **Projeto Camarim** – Para Mulheres a partir dos 16 Anos, oferecendo atendimento com corte de cabelo, escova, design de sobrancelha e Esmaltação, atendendo os bairros – Armando Mendes, Viver Melhor, Coroado, Conj. Cidadão 10, Rio Preto da Eva – Ramal da Cachoeira Am-010, Comunidade Frederico Veiga Br – 174, Km 02.
- Distribuímos com recursos de doações diversas, sopa, sempre às Segundas-feiras, nos Hospitais e Prontos Socorros de Manaus.

Como presidente da Proamazônia, me orgulho em afirmar que estamos cumprindo fielmente a nossa função social, levando à população os benefícios a ela destinados. Agradecemos a todas os parceiros que por meio de doações nos fizeram caminhar em direção a um futuro um pouco melhor para as pessoas que receberam os benefícios que distribuímos. Contamos, portanto, com o seu apoio a todas as ações que realizamos, sempre, pois o nosso maior objetivo é atingir qualitativamente as pessoas que estão ao nosso alcance.

**Paulo Junior de Oliveira Mendonça**

Presidente da Proamazônia





## Dr. Gerson Mourão

### Mastologista

Diretor-Presidente da Fundação  
Centro de Controle de Oncologia  
do Estado do Amazonas – Fcecon

Membro da Academia Brasileira  
de Mastologia

## Uma palavra de esperança

Senhoras,

Desejo lhes dar uma palavra de esperança na questão do tratamento do câncer de colo de útero e de mama, e também as informações necessárias para prevenir este grande mal que se abate sobre tantas mulheres no mundo inteiro, e de forma um pouco mais grave em nossa região. Por exemplo, a cada dois dias uma mulher morre de câncer de colo de útero no Estado do Amazonas, sendo as estatísticas alarmantes. Por este motivo, o Governo do Estado na pessoa do Governador Wilson Lima tem oferecido condições extraordinárias para o atendimento na FCECOM.

A principal decisão tomada no tocante ao enfrentamento dessa questão é a mudança estratégica no fluxo de atendimento e diagnóstico em toda a rede de saúde pública. A população, que antes esperava cerca de 15 meses para um tratamento, hoje espera apenas 90 dias e este tempo tende a baixar para 60 dias ou menos, dependendo do caso. É uma revolução no tratamento do câncer no Amazonas. Isso muda tudo e vai causar um impacto positivo em breve na sociedade, pois a redução do tempo que existe entre a descoberta de um câncer e o início do tratamento pode significar o aumento significativo do índice de cura, ou seja, a redução do número de mortes pela doença.

A mulher encontrava um tumor na mama e ia para a porta da FCECOM, porque só existia este local pelo SUS. A mulher levava cerca de oito meses para conseguir entrar na Fundação e depois



mais seis meses (em média) para serem tratadas. Agora, ela vai a uma unidade básica de saúde (UBS) e, se for necessária uma biópsia, ela já é encaminhada a centros específicos e em 45 dias ela já tem o resultado. Este novo fluxo foi possível a partir de um ajustamento entre Prefeitura de Manaus, governo estadual e o Ministério Público que mediou o entendimento. Não tivemos tecnologias novas e nem recursos milionários para mudar essa realidade. Foi apenas um ajuste no fluxo de atendimento.

Com isso, podemos ter menos mortes; menos gastos com medicamentos quimioterápicos e a mulher preserva a mama”, disse, lembrando que a demora no tratamento pode levar o câncer a aumentar, o que requer uma intervenção mais difícil.

Por outro lado, já existe uma prevenção segura para a mulher, que é a vacinação contra o HPV (Papilomavírus Humano). Uma vez que as meninas sejam imunizadas na faixa etária de 9 a 14 anos, se estará evitando o câncer de colo de útero, de ovário, do reto, do pênis e da garganta

Então mulheres, não somente em outubro, mas em novembro, dezembro e durante o ano todo procure uma Unidade Básica de Saúde e faça seus exames clínicos e de imagem. É importante detectar precocemente o câncer de mama e de útero para que a cura seja mais efetiva.

Dr. Gerson Mourão - Mastologista  
Diretor-Presidente da Fundação Centro de Controle de Oncologia  
do Estado do Amazonas – Fcecon  
membro da Academia Brasileira de Mastologia





## Apresentação

A Organização Instituto de Defesa e Proteção Ambiental da Amazônia - Proamazônia, tem a honra de organizar e distribuir gratuitamente a presente cartilha sobre prevenção e detecção do Câncer de Mama e do Câncer de Colo de Útero.

Esse tipo de doença tem avançado de forma alarmante em nossa sociedade. Por este motivo, a Proamazônia, motivada pela crescente demanda de informações acerca desta questão de saúde pública vem viabilizar as informações necessárias possibilitando ações educativas às mulheres da Cidade de Manaus-Amazonas.

Esta publicação constitui-se em uma ação da instituição Proamazônia que visa o benefício da população feminina amazonense, sendo uma ação oportuna, haja vista que o Instituto Nacional do Câncer (INCA), baseado em estudos científicos, prevê que só em 2022 mais de 66.000 mulheres serão afetadas por um desses dois tipos de câncer, no Brasil. Todavia, uma vez detectado o mal, e o quanto antes o tratamento for iniciado, maior a possibilidade de cura para as mulheres afetadas.

Desejamos que todas as leitoras desta cartilha possam usufruir de seus ensinamentos e propagar estas informações que podem salvar vidas.





## Índice

### **CÂNCER DE MAMA**

O que é Câncer de Mama?.....	13
O Câncer de mama é comum no Brasil?.....	13
Só as mulheres tem câncer de mama?.....	13
O que causa o câncer de mama?.....	13
Uma triste realidade.....	14
Fatores de risco.....	15
É possível reduzir o risco de câncer de mama?.....	16
Qual o risco da Terapia de Reposição Hormonal?.....	16
Quais os sinais e sintomas do câncer de mama?.....	17
Como mulheres podem perceber os sinais e sintomas da doença.....	18
Por que as mulheres devem fazer exames de rotina?.....	19
Quem deve fazer mamografia de rastreamento?.....	19
Por que a mamografia de rastreamento não é indicada para mulheres com menos de 50 anos.....	20
Porque a mamografia é tão importante?.....	20
O que é a mamografia e como ela é realizada?.....	20
De quanto em quanto tempo deve ser feita a mamografia?.....	21
Sinais que podem indicar câncer de mama.....	21

### **CÂNCER DE ÚTERO**

O que você precisa saber sobre o câncer do colo do útero.....	22
A prevenção é a melhor forma de combate.....	23
O que é colo do útero?.....	23
O que é câncer do colo do útero?.....	24
O que pode levar ao câncer de útero?.....	24
Quais os principais sinais e sintomas?.....	25
O câncer pode ocorrer em outros locais,	





além do útero?.....	25
Órgãos que também podem ser acometidos pelo câncer.....	26
Fazendo o exame preventivo (Papanicolau).....	26
Como dever ser o preparo para o exame preventivo (Papanicolau)?.....	27
Como ocorre a proliferação de células cancerosas?.....	28
Quais são os maiores fatores de risco para o câncer de útero?.....	29

## **DEPOIMENTOS**

Maria da Glória Coelho Araújo.....	30
Wanderluce Almeida de Souza Gomes.....	31
Zildene Silva de Oliveira.....	33



# 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 é o que causa mais mortes por câncer em mulheres.

**Em 2022**

**66.280**

casos novos

**Em 2024**

**73.610**

Novos casos

**Aumento**

**11,06%**

De 2022 para 2024

Obs.: Estatística consolidada a cada dois anos

## Só as mulheres têm câncer de mama?

Não. Homens também podem ter câncer de mama, mas isso é raro (apenas 1% dos casos).

## 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, sendo maior a partir dos 50 anos.

# Uma triste realidade



O câncer está se tornando a 1ª causa de mortalidade por doenças no mundo todo. A Organização Mundial da Saúde (OMS) prevê um aumento de 46% dos casos de câncer de mama nas Américas até o ano de 2030, com uma concentração de 57% dos casos diagnosticados em mulheres com menos de 65 anos, na América Latina e Caribe, e o câncer de mama é o que mais mata mulheres.

Segundo os dados da última estimativa os números do câncer no Amazonas são:

- **Câncer de colo uterino:** Em 2023, foram registrados 17.010 casos novos de câncer de colo uterino no Brasil, com média de 14,39 casos por 100.000 mulheres;
- **Câncer de mama:** Em 2023, foram 73.610 casos novos de câncer de mama em 2023 no Brasil, com taxa de 66,54 casos a cada 100 mil

Os dados do Estado do Amazonas chamam atenção, com uma média cerca de **102% maior do que a brasileira**. Isso é muito! Quando falamos de **Manaus**, a situação ainda é um pouco pior, **passando dos 200%** a mais, segundo dados do próprio INCA, no período de 2020 a 2023.

# Fatores de Risco



## Comportamentais/ambientais

- Obesidade e sobrepeso após a menopausa.
- Sedentarismo (não fazer exercícios).
- Consumo de bebida alcoólica.
- Exposição frequente a radiações ionizantes (raios X, mamografia e tomografia).



## História reprodutiva/hormonais

- Primeira menstruação antes dos 12 anos.
- Não ter tido filhos.
- Primeira gravidez após os 30 anos.
- Iniciar a menopausa após os 55 anos.
- Ter feito uso de contraceptivos orais (pílula anticoncepcional) 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 mãe, irmã ou filha, principalmente antes dos 50 anos.



**A presença de um ou mais desses fatores de risco não significa que a mulher terá, necessariamente, a doença.**



## Como é possível **reduzir o risco** de câncer de mama?



**MANTER O PESO CORPORAL ADEQUADO**



**PRATICAR ATIVIDADES FÍSICAS**



**EVITAR O CONSUMO DE BEBIDAS ALCÓLICAS**



**AMAMENTAR SEU FILHO POR ALGUM TEMPO**



**ALIMENTAR-SE SAUDAVELMENTE, PREFERINDO, CARNES MAGRAS, AVES E PESCADO. FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS SÃO RECOMENDÁVEIS.**



## Qual o risco da **Terapia de Reposição Hormonal**

A Terapia de Reposição Hormonal (TRH), principalmente a terapia combinada de estrogênio e progesterona, os dois principais hormônios sexuais femininos, aumenta o risco de câncer de mama. O risco aumentado de desenvolver a doença diminui progressivamente após a suspensão da TRH.

A TRH é o uso de hormônios para aliviar os sintomas relacionados à menopausa.



## Quais são os sinais e sintomas do câncer de mama?

- Carço (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.



**Qualquer carço na mama em mulheres com mais de 50 anos deve ser investigado!**

**Em mulheres mais jovens, qualquer carço deve ser investigado se persistir por mais de um ciclo menstrual.**



**Essas alterações precisam ser investigadas o quanto antes, mas podem não ser câncer de mama.**



## Como as mulheres podem perceber os sinais e sintomas da doença?

Todas as mulheres, independentemente 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 descoberta pelas próprias mulheres.

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.**



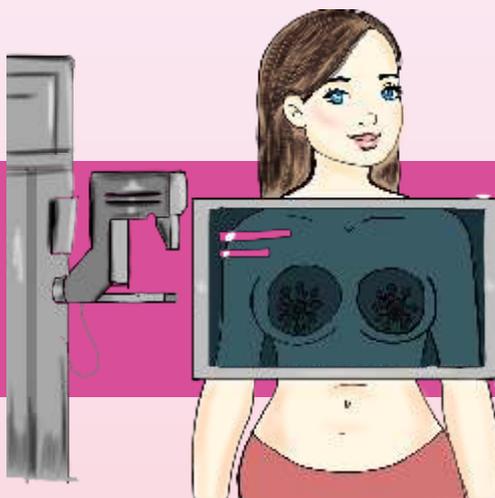
**ALTERAÇÕES SUSPEITAS TAMBÉM PODEM SER AVALIADAS PELO EXAME CLÍNICO DAS MAMAS, QUE É A OBSERVAÇÃO E PALPAÇÃO DAS MAMAS POR MÉDICO.**



## Porque mulheres devem fazer exames de rotina?

A mamografia é um exame que pode identificar o câncer antes da mulher apresentar os sintomas. As mulheres devem ser informadas sobre os benefícios e riscos dessa prática.

**Mamografia** é uma radiografia das mamas, capaz de identificar alterações suspeitas.



## Quem deve fazer mamografia de rastreamento?

É recomendado que mulheres de 50 a 69 anos façam uma mamografia a cada dois anos .

A mamografia para avaliar uma alteração suspeita na mama é chamada de mamografia diagnóstica e poderá ser feita em qualquer idade quando há indicação médica.



## Por que a mamografia de rastreamento não é indicada para mulheres com menos de 50 anos?

Antes dessa idade, as mamas são mais densas e com menos gordura, o que limita o exame e gera muitos resultados incorretos.



## Por que a mamografia é tão importante?

A mamografia é o exame que apresenta o melhor custo benefício para detecção do câncer de mama, pois quando realizada anualmente por mulheres acima de 40 anos contribui para a redução da mortalidade em razão da doença.

Isso acontece não apenas porque a detecção e diagnóstico precoce aumentam as chances de cura, mas também porque a realização do tratamento clínico e cirúrgico na fase inicial da doença permitem uma abordagem menos agressiva ou mutiladora.



## O que é a mamografia e como ela é realizada?

A mamografia é **um exame de raio-x** realizado em um equipamento denominado mamógrafo. Durante a realização do exame, a mama da paciente é comprimida entre duas placas de acrílico, para permitir uma melhor visualização das estruturas da mama.

Por meio desse procedimento, é possível detectar lesões benignas e cânceres em estágio ainda inicial, e nódulos que não são descobertos durante o autoexame ou em consultas de rotina.



## De quanto em quanto tempo deve ser feita a Mamografia?

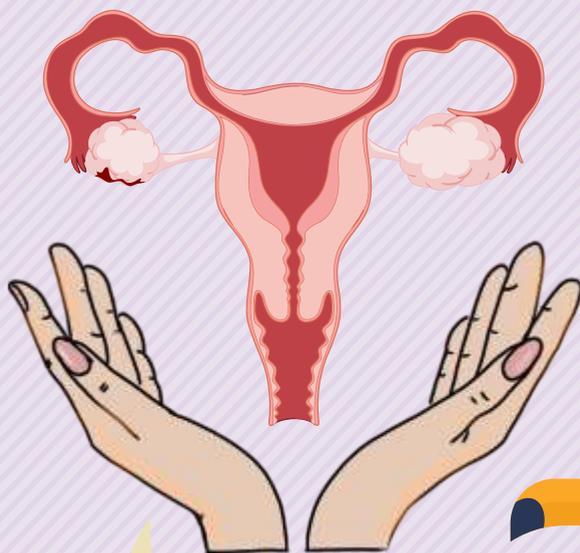
Anualmente, a partir dos 40 anos de idade, visando ao diagnóstico precoce e a redução da mortalidade. Aos 30 anos para mulheres que tiveram casos de câncer na família.

### Sinais que podem indicar Câncer de Mama:



1. Dor no seio ou na axila;
2. Alterações na pele da mama, como ondulações ou áreas com textura que parece casca de laranja;
3. Mamas que ficaram de tamanhos diferentes uma da outra;
4. Secreção de líquido anormal das mamas;
5. Mamilos com aparência diferente do comum ou que ficaram de tamanhos diferentes;
6. Nódulos na mama ou nas axilas, geralmente indolores, com formato irregular ao toque e que não parecem maleáveis;
7. Coloração diferente da aréola ou alergia no mamilo, com feridas que não doem;
8. Inchaço na axila ou na área abaixo da clavícula.

O QUE VOCÊ PRECISA  
SABER SOBRE  
CÂNCER DO COLO DO  
ÚTERO



# A PREVENÇÃO É A MELHOR FORMA DE COMBATE



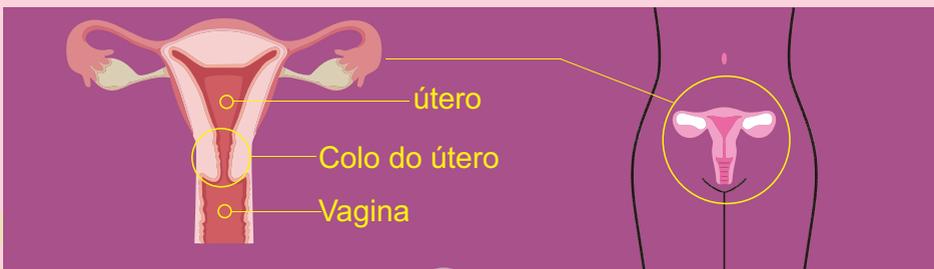
Segundo dados do Instituto Nacional de Câncer (Inca), excetuando-se o câncer de pele não melanoma, é o terceiro tumor maligno mais frequente na população feminina (atrás do câncer de mama e do colorretal), e a quarta causa de morte de mulheres por câncer no Brasil. De acordo com Inca, no triênio 2020/2022, o Brasil deve registrar 16.710 casos novos de câncer de colo uterino.

**16.710** Brasil  
Novos casos de câncer de colo  
uterino triênio 2020/2022

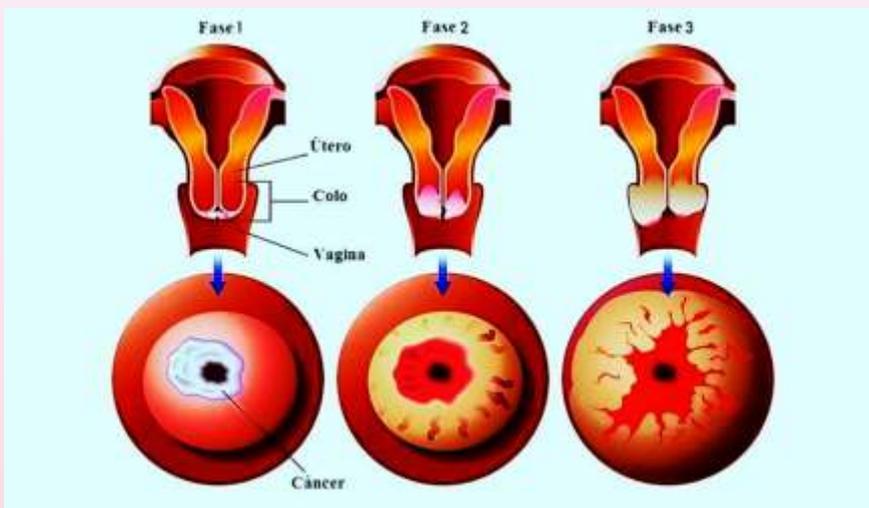
Fonte: Instituto Nacional de Câncer. Câncer do colo do útero

## O QUE É COLO DO ÚTERO?

É a parte do útero localizada no final da vagina. Por localizar-se entre os órgãos externos e internos, fica mais exposto ao risco de contrair doenças.



# O que é câncer do colo do útero?



O Câncer do colo de útero é um tipo de câncer que demora muitos anos para se desenvolver. As alterações das células que dão origem ao câncer do colo do útero são facilmente descobertas no exame preventivo. Conforme a doença avança, os principais sintomas são sangramento vaginal, corrimento e dor.



## O que pode levar ao câncer do colo do útero?

A principal causa é a infecção por alguns tipos de vírus chamados de HPV – Papiloma Vírus Humano. Fatores como o início precoce da atividade sexual, a diversidade de parceiros, o fumo e a má higiene íntima podem facilitar a infecção.



## Quais os principais sinais e sintomas?

O câncer do colo do útero é uma doença de desenvolvimento lento, que pode não apresentar sintomas na fase inicial. Nos casos mais avançados, pode evoluir para sangramento vaginal intermitente (que vai e volta) ou após a relação sexual, secreção vaginal anormal e dor abdominal associada a queixas urinárias ou intestinais.

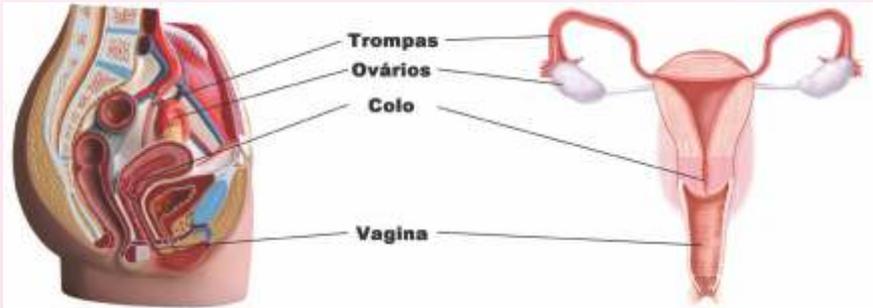
A prevenção primária do câncer do colo do útero está relacionada à diminuição do risco de contágio pelo Papilomavírus Humano (HPV). A transmissão da infecção ocorre por via sexual, presumidamente por meio de abrasão (desgaste por atrito ou fricção) microscópicas na mucosa ou na pele da região anogenital. Conseqüentemente, o uso de preservativos (camisinha masculina ou feminina) durante a relação sexual com penetração protege parcialmente do contágio pelo HPV, que também pode ocorrer pelo contato com a pele da vulva, região perineal, perianal e bolsa escrotal.



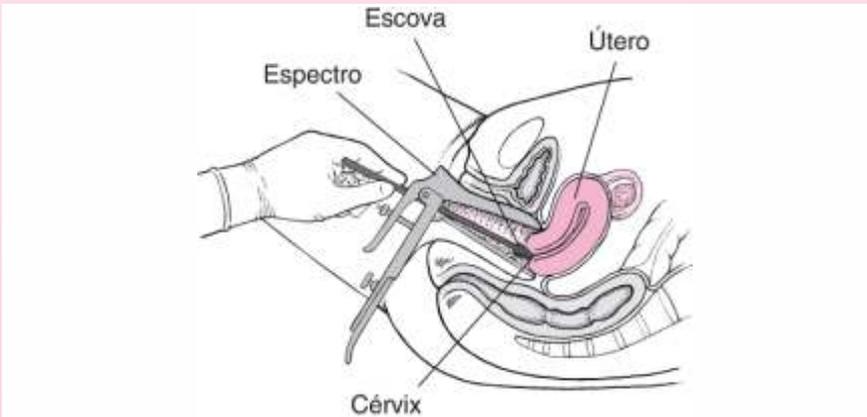
## O câncer pode ocorrer em outros locais, além do útero?

**Sim.** A maior ocorrência é no útero ou no colo do útero, mas pode surgir também nas trompas, nos ovários e até na vagina. Uma vez que ocorre a metástase pode se espalhar pelo corpo inteiro, aumentando o índice de letalidade.

## ÓRGÃOS QUE TAMBÉM PODEM SER ACOMETIDOS PELO CÂNCER



### Fazendo o exame preventivo (Papanicolau)



Por meio do Exame **PAPANICOLAU** é possível realizar a detecção precoce do câncer de colo de útero, que é uma estratégia para encontrar um tumor numa fase inicial e, assim, possibilitar maior chance de tratamento.

Existe uma fase pré-clínica (sem sintomas) do câncer do colo do útero, em que a detecção de lesões precursoras (que antecedem o aparecimento da doença) pode ser feita através do exame preventivo (Papanicolaou). A doença é silenciosa em

seu início e sinais e sintomas como sangramento vaginal, corrimento e dor aparecem em fases mais avançadas da doença. O exame preventivo do câncer do colo do útero (Papanicolau) é a principal estratégia para detectar lesões precursoras e fazer o diagnóstico precoce da doença. O exame pode ser feito em postos ou unidades de saúde da rede pública e sua realização periódica permite reduzir a ocorrência e a mortalidade pela doença.



### **Como dever ser o preparo para o exame preventivo (papanicolau)?**

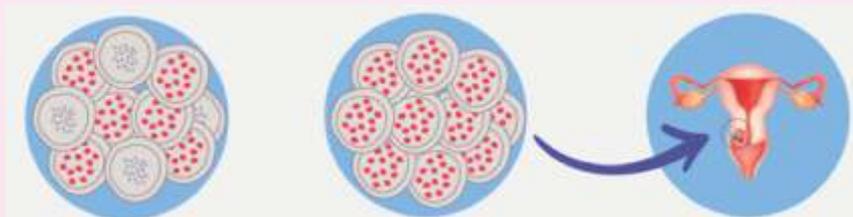
O Papanicolau é um exame simples e rápido, podendo, no máximo, causar um pequeno desconforto.

**Para garantir um resultado correto, deve-se seguir as recomendações:**

- Não se deve ter relações sexuais (mesmo com camisinha) no dia anterior ao exame;
- Evitar o uso de duchas, medicamentos vaginais e anticoncepcionais locais nas 48 horas anteriores à sua realização.
- É importante também não estar menstruada, porque a presença de sangue pode alterar o resultado.
- Mulheres grávidas também podem se submeter ao exame, sem prejuízo para sua saúde ou a do bebê. Este fato deve ser comunicado ao técnico.



## Como ocorre a proliferação de células cancerosas



Multiplicação descontrolada de Células Alteradas

Acúmulo de Células Cancerosas

Tumor

Na maioria das vezes, a infecção cervical pelo HPV é transitória e regride espontaneamente. Apenas em um pequeno número de casos nos quais a infecção persiste, o tratamento adequado previne para o câncer cervical invasivo.

No Brasil, as taxas de mortalidade por câncer do colo do útero continuam elevadas, provavelmente porque a doença ainda é diagnosticada no estágio avançado. O câncer do colo do útero é responsável por 7,5% dos casos de câncer em mulheres no Brasil, com exceção do câncer de pele não melanoma. Em 2020, estimam-se 16.590 novos casos no território brasileiro.

O câncer cervical pelo **HPV (Papilomavírus Humano)**, é **responsável por cerca de 70% dos cânceres cervicais**.

Além de aspectos relacionados ao HPV, fatores ligados à imunidade, à genética e ao comportamento sexual podem influenciar no desenvolvimento da doença.



## Quais são os maiores fatores de risco para o Câncer de Útero?

Alguns fatores estão diretamente ligados ao aparecimento do câncer do colo uterino. São eles:

- Muitos parceiros sexuais, sem utilização de preservativos;
- Infecção por HPV;
- Início precoce da vida sexual;
- Falta de informações sobre o problema;
- Gravidez precoce;
- Hábito de fumar, os vírus se valem da baixa imunidade para se manifestar, e o cigarro é uma das causas de baixa imunidade;
- Uso de pílulas anticoncepcionais por longos períodos;
- Falta de acompanhamento ginecológico periódico;
- Múltiplos partos;
- Infecção por HIV (o vírus da Aids).
- Sistema imunológico enfraquecido (desnutrição, HIV, tabagismo e alcoolismo);

# DEPOIMENTO



## Maria da Glória Coelho Araújo

64 Anos  
Empresária

Eu me chamo Maria da Glória Coelho Araújo, tenho 64 anos. Tive uma irmã que foi acometida do câncer de mama e veio a óbito. E por conta disso, passei fazer meus exames anualmente como forma de prevenção. Foi quando constatei através de um exame de mamografia que estava com um nódulo. Foi feita a biópsia de nódulo e foi dado o resultado como maligno. Após o diagnóstico e início de tratamento foi feita a cirurgia, onde foi retirado a mama esquerda. Após a cirurgia, foi indicado fazer a reconstituição mamária, mas por opção minha, optei por utilizar a prótese externa.

isso tudo aconteceu mais ou menos 20 anos atrás e hoje eu sou muito grata por todo o tratamento que eu fiz e pelo acompanhamento que eu tive e, principalmente, por ter tido a possibilidade de ter diagnosticado a doença precocemente, chegando assim, ao tratamento e ao resultado que hoje eu tenho que foi a cura total.

Tendo que recomeçar a vida, e não tendo mais a possibilidade de voltar ao mercado de trabalho resolvi juntamente com minhas filhas Tatiana e Amanda iniciar um empreendimento com confecções e acessórios que é hoje é a nossa loja Gloriosa Fashion.

# DEPOIMENTO



## **Wanderluce Almeida de Souza Gomes**

**48 Anos**  
**Professora/Gestora Escolar**

Em Meados de julho de 2021 quando realizava autocuidados pessoais foi identificado um nódulo no meio seio esquerdo, sem qualquer dor, por vários dias. No final do mês de julho do mesmo ano, fui ao Ginecologista para avaliar o nódulo, fazendo depois os devidos exames para investigação. No início de agosto, já com o resultado da biopsia em mãos, foi constatado “Carcinoma invasivo” Câncer Triplo Negativo de tamanho aproximado de 3 cm.

Eu não conseguia sequer aceitar o diagnóstico de CA, visto que sempre cuidei da minha saúde, tinha uma alimentação saudável, realizava atividades físicas, exames com frequência, sem histórico familiar, enfim, muitos “porquês”.

Eu queria viver!!! Vieram outros exames investigativos de alta complexidade num período de 30 dias para saber se o câncer era local ou metastático. Foram dias de idas e vindas ao consultório e, durante essa fase inicial foi muito choro e angustia, não perdi, porém, a esperança na cura, contemplando a mão de Deus em cada exame realizado. No final de agosto, a oncologista optou pelo início das sessões de quimioterapia devido meu corpo apresentar condições de responder ao processo positivamente. Foi muito bom ouvir que eu tinha uma chance de ser curada durante a quimioterapia, pois dependeria do meu corpo reagir positivamente.

A primeira sessão de quimioterapia foi no dia 09 de setembro de 2021. Fiz um total de 16 sessões, chamadas de “linha vermelha”.



As mais agressivas foram 4 sessões da vermelhas com intervalos de 14 dias. Depois seguiram 12 sessões de “linha branca” em intervalos de 8 dias e muitas medicações via oral, pra amenizar os efeitos colaterais.

Precisei me afastar do trabalho. Conteí com a ajuda de nutricionista, realizava caminhadas diárias, desenvolvi uma habilidade para o artesanato “chochê”. Maratonei séries e filmes, lia bastante e para ocupar a mente, Dessa forma, consegui realizar as 16 sessões de quimioterapia de maneira satisfatória, não tendo nenhuma interrupção, finalizando, assim, em janeiro de 2022, com data da cirurgia marcada.

Em 18 de março de 2022 foi realizado o procedimento cirúrgico. Como não foi mais detectado ausência de célula maligna, foi retirado somente o material para a biopsia. Num prazo de 40 dias tive ciência do laudo: “Ausência de Neoplasia Residual”! Para glória de Deus, segundo o parecer médico, o corpo respondeu ao processo da quimioterapia. Em maio de 2022 ainda fia mais 05 sessões de radioterapia para cumprir o protocolo, por segurança oncológica.

Atualmente, estou em acompanhamento de rastreo médico e a cada 3 meses realizo exames sem a necessidade de tomar qualquer medicação. Procuo ter uma alimentação saudável e busco também o equilíbrio mental, afastando-me de atividades estressantes e me refugiando na espiritualidade. Sigo compartilhando a experiência por meio do meu relato de superação onde sou convidada. Eu creio na cura!

# DEPOIMENTO



## Zildene Silva de Oliveira

44 Anos

Professora/Pedagoga

Em janeiro de 2017, realizei o exame Papa Nicolau rotineiro. Aguardei os resultados e levei para o ginecologista avaliar. Imaginava que estava tudo bem. Quando se observou que o exame detectou uma Inflamação de alto nível. O ginecologista me aconselhou a fazer uma biópsia. Eu não sentia dor ou incômodo. Também fiz exames de sangue e mamografia.

O exame ficou pronto depois de um mês e acusou carcinoma microinvasivo. Já houve casos na minha família. Mas foi difícil aceitar que estava passando por isso! Meu filho estava com apenas dois anos. Por outro lado, eu não tinha HPV ou outra situação que favorecesse tal resultado.

O médico me orientou a fazer uma conização de colo uterino, procedimento em que se retira parte do útero, para realização de uma biópsia. Dois meses depois saiu o resultado do exame que confirmava que todo o órgão estava comprometido.

Comecei imediatamente a realizar os exames pré-operatórios para realizar uma histerectomia total (remover útero e trompas).

Fiz a histerectomia e já saí com os devidos encaminhamentos para fazer a complementação do tratamento, que seria cinco sessões de quimioterapia, vinte e uma sessões de radioterapia e quatro bracterapias, que são radioterapias internas.



Fiz o tratamento radioterápico em uma clínica particular todos os dias, e na sexta-feira a quimioterapia. Foram dias difíceis, carregados de medicações.

O tratamento mata as células cancerígenas, porém também mata as boas, deixando o paciente debilitado. Ao acordar, o corpo reinicia. A radiação cansa a medula e os enjoos, dores e cansaço são frequentes. Por isso, muitos se entregam. Tive apoio de psicólogos, oncologistas, do radioterapeuta e principalmente da família nesse processo.

Também busquei muito a força de Deus e acreditei que a cura era iminente.

Hoje entendo que a prevenção é parte da cura e o câncer, quando se descobre no início, é melhor de se tratar.

Então cuide-se! Viver vale a pena. Se eu consegui vencer o câncer, você também conseguirá!



Parceria:

**FCECON**

FUNDAÇÃO CENTRO DE  
CONTROLE DE ONCOLOGIA  
DO ESTADO DO AMAZONAS





**PROAMAZÔNIA**  
INSTITUTO DE DEFESA E PROTEÇÃO  
AMBIENTAL DA AMAZÔNIA



 [www.proamazon.org.br](http://www.proamazon.org.br)

 [www.proamazonia.com.br](http://www.proamazonia.com.br)

 [proamazoniaitapiranga.am](https://www.instagram.com/proamazoniaitapiranga.am)

 [institutoproamazonia](https://www.facebook.com/institutoproamazonia)

 (92) 9 8468-8556

