

DEIXE SUA MARCA
NO COMBATE AO
CÂNCER DE MAMA.

OUTUBRO ROSA
A UPTIME faz parte
desta campanha.





OUTUBRO ROSA

No mês de outubro, as mulheres, entre 40 a 69 anos de idade, são orientadas sobre a importância de realizar a mamografia para a prevenção do câncer de mama. No Brasil, este é o tipo mais comum, depois do câncer de pele, e também o que causa mais mortes por câncer em mulheres.



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.



COMO É POSSÍVEL DESCOBRIR A DOENÇA CEDO?

Por meio da realização de alguns exames, principalmente do exame clínico das mamas e da mamografia. Todas devem ter cuidados com sua saúde, mas para o controle do câncer de mama, algumas mulheres devem realizar exames periodicamente, mesmo que não tenham alterações em suas mamas. O diagnóstico precoce aumenta a chance de cura da doença.



QUEM DEVE FAZER EXAMES PERIODICAMENTE?

Toda mulher com 40 anos ou mais deve procurar um serviço de saúde para ter suas mamas examinadas por um profissional, anualmente. Entre 50 e 69 anos, os exames devem ser realizados a cada dois anos. O risco de câncer de mama aumenta com a idade.



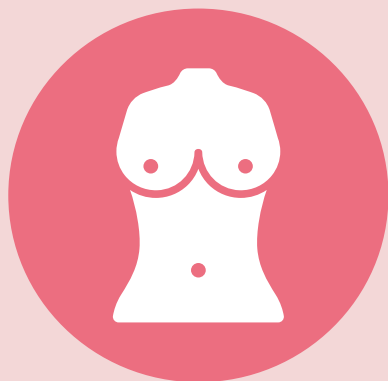
O QUE É O EXAME CLÍNICO DAS MAMAS?

É o exame em que o médico ou enfermeiro observa e apalpa as mamas de sua paciente na busca de nódulos ou outras alterações.



E AS MULHERES COM HISTÓRICO FAMILIAR DE CÂNCER DE MAMA?

Uma parte delas tem herança genética e, por isso, é importante que procurem o médico para avaliar seu risco de desenvolver a doença. A mulher com mãe, irmã ou filha que teve câncer de mama antes dos 50 anos, ou câncer de ovário, deve a partir dos 35 anos, realizar o exame clínico das mamas e a mamografi a uma vez por ano.



COMO A MULHER PODE PERCEBER A DOENÇA?

O câncer de mama pode ser percebido pela mulher como um caroço, acompanhado ou não de dor. A pele da mama pode ficar vermelha ou parecida com uma casca de laranja. Também podem surgir alterações no bico do peito, e ainda aparecer pequenos caroços na região embaixo das axilas.



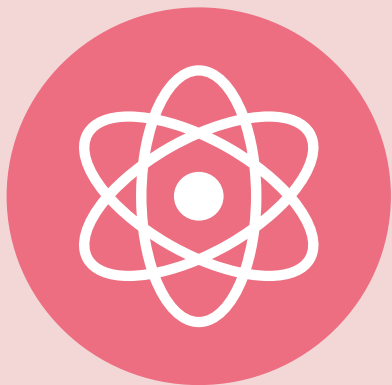
O QUE MAIS A MULHER PODE FAZER PARA SE CUIDAR?

Não abusar de bebidas alcoólicas, não fumar, alimentar-se bem e praticar atividade que movimente seu corpo podem ajudar na prevenção de várias doenças, inclusive do câncer.



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.

FATORES DE RISCO

AMBIENTAIS

Obesidade e sobrepeso, principalmente após a menopausa;

Sedentarismo (não praticar atividades físicas);

Consumo de bebida alcoólica;

Exposição frequente às radiações ionizantes (Raios-X).

ALTERAÇÃO GENÉTICA

A mulher que possui esses fatores genéticos tem risco elevado para câncer de mama.

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

HORMONAIS

Primeira menstruação (menarca) antes de 12 anos;

Não ter tido filhos;

Primeira gravidez após os 30 anos;

Não ter amamentado;

Parar de menstruar (menopausa) após os 55 anos;

Ter feito reposição hormonal pós-menopausa, principalmente por mais de cinco anos.

GENÉTICOS

Histórico familiar de câncer de mama e ovário, principalmente em parentes de primeiro grau, antes dos 50 anos.



A **UPTIME** - Comunicação em Inglês revolucionou o mercado brasileiro. Desde a sua fundação, em 2001, a empresa se tornou sinônimo de inovação no ensino do idioma inglês. É selo de excelência em *Franchising* e é a marca mais premiada na década. Aplicamos os conhecimentos da **neurolinguística** e **mnemônica**, para você aprender inglês de maneira rápida e definitiva. Entregamos resultados e somos mais de 527 mil fluentes no Brasil.

Temos como parceiro institucional o técnico Bernardinho, o maior campeão da história do vôlei, que dá credibilidade ao nosso discurso nacional e compartilha com a marca valores como transparência, trabalho em equipe e integridade.

Estamos presentes em 23 estados brasileiros, com 225 unidades, sendo 194 franquias e 31 próprias. As unidades próprias estão presentes em todas as regiões do país permitindo conhecimento total do negócio **UPTIME**.