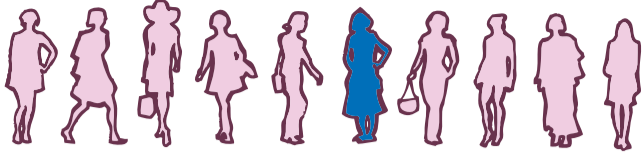


> Tudo o que devo saber sobre o cancro da mama!



1// Um caso de cancro da mama é detectado por dia no Luxemburgo.

Embora mais raro, o cancro da mama também atinge os homens (1 caso por ano).



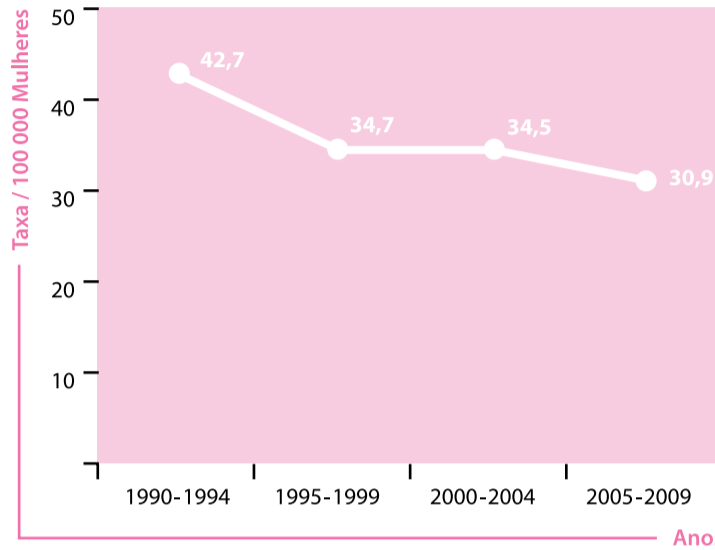
2// O diagnóstico precoce é fundamental.

Quanto mais cedo for diagnosticado o cancro da mama, mais eficaz será o tratamento e maior a chance de cura. Através do rastreio podem ser detectados pequenos tumores que poderão ser curados em 90% dos casos.

3// Diminuição da mortalidade por cancro da mama.

À medida que a população envelhece, cada vez mais mulheres são afectadas por esta patologia (mulheres com idades de 50 a 69 e entre 70 e 79 anos).

A taxa de mortalidade por um período de cinco anos e por idades.

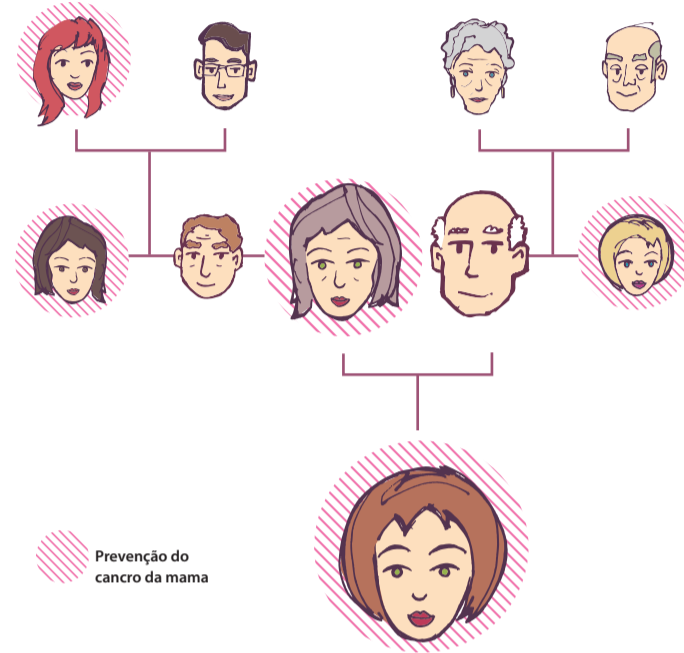


Origem: Bulletin de liaison / Programme Mammographie 2006 à 2010
Ministère de la Santé // Direction de la Santé

A taxa de mortalidade diminui para todos os grupos etários progressivo e constante.

4// O cancro da mama hereditário

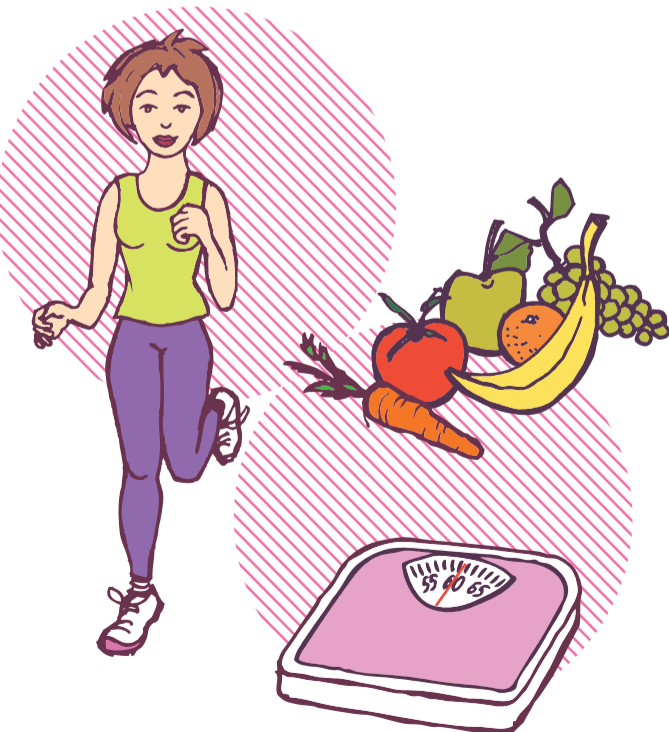
No Luxemburgo, calcula-se que 1 em 200 mulheres seja atingida por uma mutação genética com risco para cancro da mama ou cancro do ovário. Se vários membros da sua família tiverem sido diagnosticados com a doença, informe o seu médico de família que poderá propor uma consulta com um médico geneticista para efetuar alguns exames.



> Prevenção do cancro da mama!

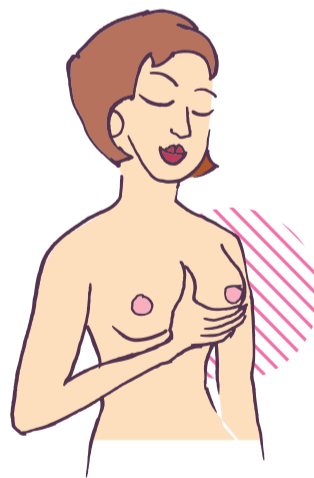
A// Mantenha uma vida saudável

- Prática regular de exercícios físicos: é uma recomendação básica para prevenir o cancro da mama, já que o excesso de peso aumenta o risco de desenvolver a doença.
- Evitar a obesidade (Inatividade e excesso de peso são a causa de 33% de casos do cancro da mama).
- O consumo de álcool, mesmo em quantidade moderada, é contraindicado, pois é fator de risco para esse tipo de tumor.



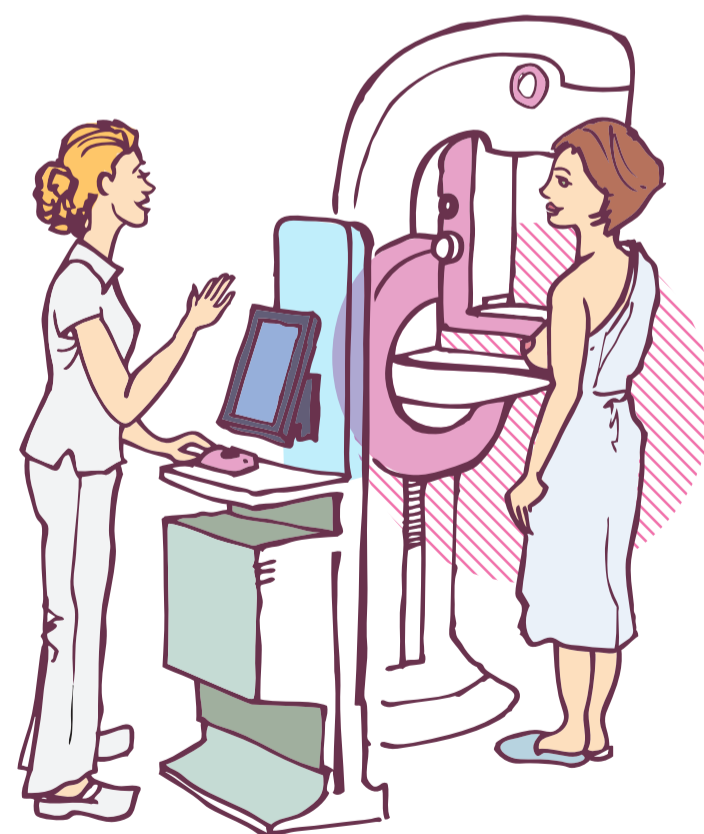
B// O autoexame da mama

Analise a sua mama e esteja atenta a mudanças. Ora, quando alguma anomalia é encontrada, há que recorrer ao seu médico.



C// Programa de Rastreio do cancro da mama

- As mulheres de 50 a 69 anos são convidadas a realizar de forma gratuita uma mamografia de 2 em 2 anos. (Programme Mammographie)
- As imagens são interpretadas por 2 radiologistas diferentes.
- Se tem menos de 50 ou mais de 69 anos, peça ao seu médico para fazer uma mamografia regularmente.



- Se tem factores de risco como por exemplo história familiar, consulte o seu médico, pois pode ter de iniciar a prevenção antes da idade abrangida.

> Sejam optimistas! Desde 2000, mais de 3000 mulheres sobreviveram ao cancro da mama no Luxemburgo.

EUROPA DONNA INTERNACIONAL:

EUROPA DONNA – A Coligação Europeia do Cancro da Mama é uma organização independente sem fins lucrativos cujos membros são grupos filiados de países da Europa.

A Coligação trabalha no sentido de:

- Sensibilizar a opinião pública para a problemática do cancro da mama
- Mobilizar as mulheres Europeias para que em uníssono exerçam uma actividade política visando o melhoramento das políticas nacionais de rastreio, de prevenção, de optimização dos tratamentos e um aumento do financiamento destinado à pesquisa científica.

Europa Donna representa os interesses das mulheres europeias em relação ao cancro da mama junto das autoridades locais e nacionais, bem como das instituições da União Europeia.



OS OBJECTIVOS DE EUROPA DONNA LUXEMBOURG

Estar presente para as pessoas afetadas

- Realizar os dez pontos do programa de Europa Donna Internacional.
- Representar os interesses das mulheres afetadas para exigir das autoridades políticas nacionais e dos profissionais de saúde a realização de centros de cancro da mama especializados, onde podem ser tratados segundo as recomendações Europeias.
- Sensibilizar o público para a problemática do cancro da mama e assim reduzir as ansiedades ligadas à doença e obter uma atitude responsável de todas as mulheres para a sua saúde.
- Meter à disposição material de informação para facilitar a compreensão dos métodos de diagnóstico e dos tratamentos assim que dos cuidados e do apoio por enfermeiras especializadas (Enfermeira Breast Care) ou outras profissões de saúde.

ISBN 978-99959-658-5-3

Edição: 2012

Publicado por:

Europa Donna Luxembourg asbl

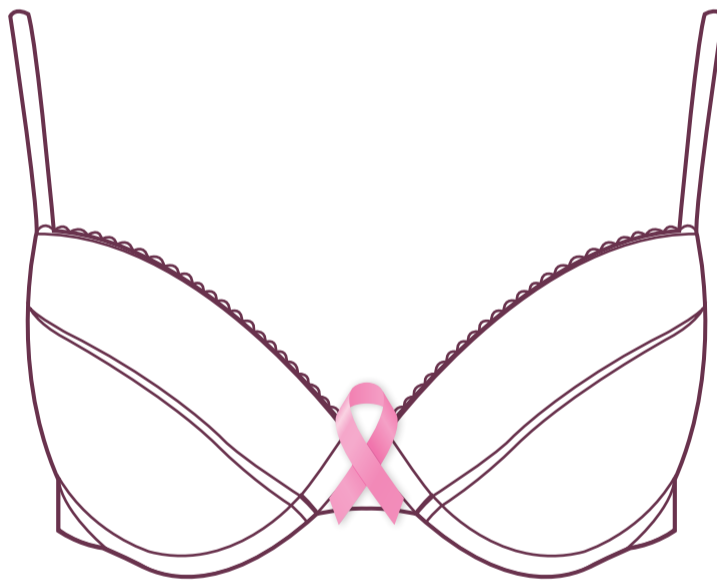
B.P. 818, L-2018 Luxembourg

Concepção & Disposição:

Marc Wilmes Design S. à r.l.

10 PONTOS DE PROGRAMA DE EUROPA DONNA

- 01// Promover a divulgação e intercâmbio de informação, actualizada e factual, sobre o cancro da mama em toda a Europa.
- 02// Promover a sensibilização relativamente às questões de mama.
- 03// Realçar a necessidade de rastreio e a detecção precoce adequados.
- 04// Promover a aplicação de tratamentos de acordo com os avanços científicos mais recentes.
- 05// Assegurar a prestação de cuidados de apoio de qualidade, durante o tratamento e posteriormente.
- 06// Defender a formação adequada dos profissionais de saúde.
- 07// Defender e reconhecer publicamente as boas práticas e promover o seu desenvolvimento.
- 08// Exigir a avaliação regular da qualidade do equipamento médico.
- 09// Assegurar que todas as mulheres tenham pleno conhecimento das opções de tratamento que lhe são propostas, incluindo a sua participação em ensaios clínicos e o seu direito a uma segunda opinião.
- 10// Fomentar a investigação sobre o cancro da mama.



VOCÊ PRECISA DE APOIO?

Entre em contato com nós!

Se você quer ser membro ativo, pode transferir 25 € com a menção „membre“.
Para apoiar as nossas acções, cada donativo sera bem-vindo.
A coligação é, conforme a decisão grão-ducal de 26 de Janeiro 2010, reconhecida como organização de caridade. Doações são deduzíveis fiscalmente.

CCPL LULL: LU09 1111 2127 0581 0000
CCRA LULL: LU92 0090 0000 4628 8007



Você não está sozinha!

> CANCRO DA
MAMA

EUROPA DONNA LUXEMBOURG asbl
Coalizão Europeia contra o Cancro da mama

Contato:

EUROPA DONNA LUXEMBOURG asbl
B.P. 818, L-2018 Luxembourg
Gsm: 621 47 83 94



E-mail: europadonna@pt.lu
Site: www.europadonna.lu

Facebook: www.facebook.com/pages/Europa-Donna-Luxembourg-asbl/158611937499361

Folheto produzido com o
apoio de:


ArcelorMittal

