



CÂNCER MAMA: PRINCIPAIS FATORES DE RISCO E A IMPORTÂNCIA DO EXAME CLÍNICO DAS MAMAS

BREAST CANCER: MAIN RISK FACTORS AND THE IMPORTANCE OF CLINICAL BREAST EXAMINATION

Isabela Santos Lima¹

Maria Fernanda Oliveira Carvalho¹

Joelma Galvão da Silva²

O câncer de mama é o mais comum entre mulheres, com exceção do câncer de pele não melanoma, sendo um importante problema de saúde pública. A doença envolve diversos fatores de risco, tanto modificáveis quanto não modificáveis, e destaca-se a importância da conscientização e da realização de exames clínicos periódicos para a detecção da doença. O objetivo é revisar os principais fatores de risco e sua prevalência, além de destacar a importância do exame clínico das mamas na detecção precoce e na redução da morbimortalidade. Trata-se de um estudo descritivo, documental e bibliográfico, baseado na análise de artigos científicos, livros e dados secundários do Ministério da Saúde, com buscas realizadas em bases como BVS e PubMed, no período de 2020 a 2025. Os descritores utilizados foram: “neoplasia da mama”, “diagnóstico precoce” e “fatores de risco”. Registraram-se 21.129 óbitos por câncer de mama no Brasil em 2024. Cerca de 5% a 10% dos casos estão associados a mutações genéticas e ao histórico familiar, enquanto aproximadamente 20% a 30% estão relacionados a fatores modificáveis, como sedentarismo, uso de contraceptivos hormonais, alimentação inadequada, obesidade, tabagismo, consumo de álcool e exposição à radiação ionizante. Fatores reprodutivos e hormonais, como menstruação, parto e lactação, também podem influenciar. A idade é um fator relevante, com maior incidência entre 50 e 69 anos. A detecção precoce envolve o rastreamento com mamografia bienal entre 50 e 74 anos, além de exames como ultrassonografia e biópsia. A exposição prolongada ao estrogênio e à progesterona favorece o crescimento tumoral, sendo a menopausa precoce e a gravidez fatores protetores. Mutações nos genes BRCA1 e BRCA2 comprometem o controle do crescimento celular e aumentam o risco

¹ Discente do curso de Medicina no Centro Universitário de Mineiros
isabela.santos07607@academico.unifimes.edu.br

¹ Discente do curso de Medicina no Centro Universitário de Mineiros
mariafernandaoc31@academico.unifimes.edu.br

² Docente do curso de Medicina no Centro Universitário de Mineiros



da doença. Além disso, alimentação inadequada e obesidade estão cada vez mais associadas, devido ao aumento de dietas ricas em gordura e ao excesso de peso entre as mulheres. O câncer de mama pode evoluir de forma silenciosa, tornando essencial a detecção precoce. O exame clínico das mamas (ECM) permite a identificação de alterações suspeitas por meio da inspeção, palpação e avaliação dos linfonodos. Avaliam-se assimetrias, alterações no formato, retrações cutâneas, lesões, nódulos suspeitos e secreção papilar. O câncer de mama é um relevante problema de saúde pública, com alta incidência e impacto na mortalidade feminina. A identificação de fatores de risco e a adoção de hábitos saudáveis são fundamentais para a prevenção. O ECM e a mamografia são essenciais para o diagnóstico precoce, melhorando o prognóstico, sendo necessárias ações de conscientização e ampliação do acesso à saúde.

Palavras-chave: Neoplasia da Mama. Diagnóstico Precoce. Fatores de risco.

Keywords: Breast neoplasia. Early diagnosis. Risk factors.