

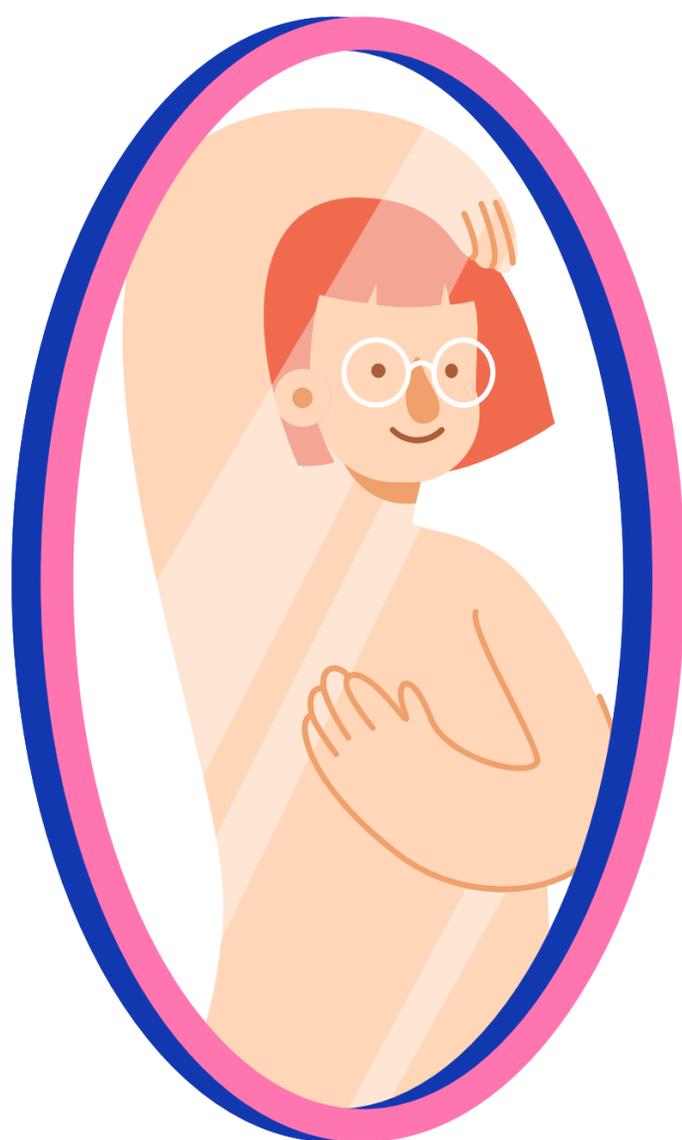
# A prevenção é o melhor caminho

O **diagnóstico precoce** e a **prevenção** são as melhores estratégias para aumentar a chance de cura e a sobrevivência das pessoas com câncer de mama.

## Como funciona o diagnóstico?

→ A **mamografia** é o exame mais indicado para descoberta da doença e, por isso, deve ser feito anualmente.

→ A técnica do **autoexame** não é mais recomendada. No entanto, é muito importante tornar o toque nas mamas um hábito e, em caso de alguma alteração, procurar esclarecimento médico.



## É possível prevenir?

Sim, é possível! Alguns fatores podem aumentar a chance de desenvolvimento da doença:

- Ingestão de bebida alcoólica;
- Sobrepeso;
- Obesidade na pós-menopausa;
- Exposição à radiação ionizante (raios X, por exemplo);
- Tabagismo.



Alguns hábitos podem ajudar você a se prevenir do câncer de mama - e de outras doenças:

- Praticar exercícios físicos regularmente;
- Manter uma alimentação saudável;
- Evitar fumar;
- Evitar o consumo de bebida alcoólica em excesso.

## Como funciona o tratamento?

Existem algumas formas de tratamento para a doença, que podem variar de tipo para tipo. São elas:

- **Radioterapia:** Terapia feita por irradiação das áreas afetadas.
- **Terapia hormonal:** Terapia administrada com hormônios.
- **Cirurgia:** Intervenção cirúrgica para retirada do tumor.
- **Quimioterapia:** Tratamento com base em medicamentos.

## A corretora de planos de saúde que cuida de gente

A Pipo acredita que uma corretora pode guiar as pessoas para as melhores escolhas em saúde. Consultoria especializada para escolha e otimização de benefícios, gestão em um só lugar e cuidado de saúde para o seu time, todos os dias.

[FALE COM A PIPO](#)

