Se somos todas diferentes,

Porque é que o nosso cancro há-de ser igual?

O meu é diferente do teu

Se somos todas diferentes, porque é que o nosso cancro há de ser igual?

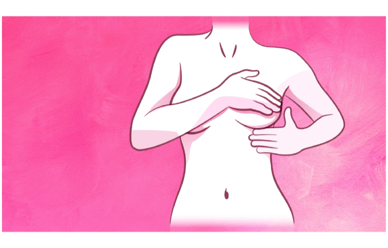
A Campanha **"O Meu é Diferente do Teu"** é uma iniciativa da **AstraZeneca** e da **Daiichi-Sankyo**, em parceria com a Associação Careca Power, a Associação EVITA, a *Breast Cancer in Young Women Foundation*, a Liga Portuguesa Contra o Cancro, a Sociedade Portuguesa de Oncologia e a Sociedade Portuguesa de Senologia.

Não há dois cancros da mama iguais. Tal como não há duas pessoas iguais. Por trás de cada diagnóstico há uma história, um percurso e um corpo que reage à sua maneira. O que resulta para uma pessoa pode não fazer sentido para outra — porque o cancro da mama não é uma só doença, mas várias, cada uma com o seu rosto. É por isso que dizemos: o meu é diferente do teu.

O que é o Cancro da Mama?[1]

O cancro da mama é uma doença que surge quando algumas células da mama começam a crescer de forma descontrolada formando tumores. Embora afete maioritariamente as mulheres, também pode surgir nos homens.[1]

Mas falar de cancro de mama é muito mais do que falar de uma única doença. Existem diferentes subtipos, com características e necessidades distintas, o que significa que cada diagnóstico, cada percurso e cada experiência são únicos.[1]



O cancro da mama é o tipo de cancro mais frequente nas mulheres e afeta milhares de pessoas todos os anos em Portugal.[2]

EM PORTUGAL
1 EM CADA 8 MULHERES

Será diagnosticada com cancro da mama ao longo da sua vida.[3]

Sinais e Sintomas[1,4,5]

O cancro da mama pode manifestar-se através de uma combinação de sinais e sintomas, sendo frequentemente identificado pela presença de um nódulo na mama, que geralmente é indolor. Os sinais e sintomas do cancro da mama podem incluir:

01

Qualquer nódulo, massa ou espessamento na mama ou na axila, geralmente indolor.

02

Alteração do tamanho ou forma da mama, incluindo inchaço da mama, mesmo que não se sinta nenhum nódulo.

03

Pele a descamar, inchada, avermelhada ou escurecida na mama, no mamilo ou na aréola, acompanhada de comichão, formigueiro, depressões ou enrugamento da pele (aspeto de "casca de laranja").

04

Dor na mama ou no mamilo com outros sinais e sintomas associados (a dor mamária isolada raramente é uma manifestação de cancro da mama)

05

Alterações na forma do mamilo, incluindo a sua inversão (mamilo virado para dentro) ou o seu achatamento.

06

Saída de líquido ou secreção pelo mamilo que não seja leite materno.

Cuidados a Ter

Conhecer o nosso próprio corpo e reconhecer possíveis alterações ou sinais de alerta é fundamental para uma identificação precoce do cancro da mama, que é um dos principais aliados na redução do impacto da doença.[1]

Embora nem todos os casos de cancro da mama possam ser prevenidos, adotar **hábitos de vida saudáveis** e conhecer a **história familiar** são passos importantes. Adicionalmente, a **auto-palpação**, **o acompanhamento médico** e a participação nos **programas de rastreio** são fundamentais para aumentar a probabilidade de detetar a doença numa fase inicial.[1,4]

Autopalpação[6]

Rastreio[7]

Atualmente, em Portugal, o rastreio foi alargado para mulheres entre os

45 e os 74 anos

através de mamografias realizadas de

2 em 2 anos

O diagnóstico precoce pode melhorar significativamente as possibilidades de melhor prognóstico. O rastreio é a melhor forma de detetar a doença em fases iniciais, permitindo obter melhores resultados com tratamentos mais eficazes, menos agressivos e invasivos.

Diagnóstico[8]

O diagnóstico de cancro da mama resulta de um conjunto de etapas que permitem confirmar a presença da doença, caracterizar o tumor e orientar a escolha do tratamento mais adequado. O diagnóstico do cancro da mama assenta numa abordagem integrada que combina:

- **Avaliação clínica**
- **Exames de imagem (mamografia, ecografia e, quando indicado, ressonância magnética)**
- **Biópsia para confirmação do diagnóstico**
- **Caracterização biológica do tumor através de análises anatomopatológicas**
- **Exames de estadiamento e testes genéticos, quando clinicamente indicados**

Como podemos classificar o cancro da mama?

Quando falamos de cancro da mama, falamos muitas vezes de uma única doença. Mas, na realidade, **o cancro da mama pode ter diferentes características biológicas.** Estas características ajudam os profissionais de saúde a compreender melhor cada caso e podem ser importantes para orientar o acompanhamento e as opções terapêuticas.[9]

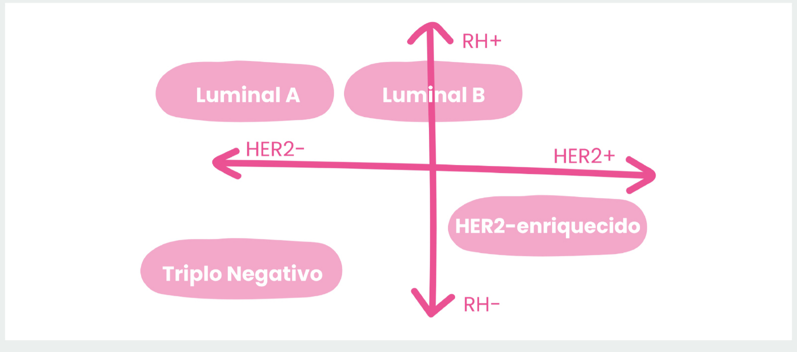
É por isso que conhecer o subtipo pode fazer diferença.[9-11]

O cancro da mama pode ser classificado de acordo com a presença ou ausência de **recetores moleculares específicos na superfície das células tumorais:**[9]

RH = Recetor Hormonal

HER2 = Recetor do Fator de Crescimento Epidérmico Humano 2

De acordo com a presença ou não destes recetores nas células tumorais, existem **4 subtipos diferentes de cancro da mama:**[9–11]



Luminal A

É o subtipo mais prevalente.
40-50%

Geralmente cresce devagar, tem bom prognóstico e responde bem à hormonoterapia.

Luminal B

Pode ter ou não positividade para o HER2
20-30%

Mais agressivo que o Luminal A, com maior risco de recorrência e pior prognóstico. Cresce mais rápido e responde pior à hormonoterapia.

HER2-enriquecido

Alta expressão de HER2 na superfície das células
15-20%

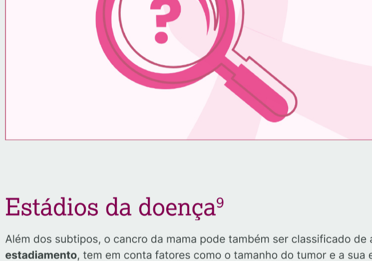
Tumores mais agressivos, com maior risco de metastização. Frequentemente de alto grau e com elevada taxa de crescimento, mas respondem bem a tratamentos direcionados anti-HER2.

Triplo Negativo

Sem expressão para os RH e para o HER2
10-20%

Tumores também agressivos, de alto grau, com crescimento rápido e maior risco de metastização. Subtipo de tumor mais comum em mulheres mais jovens (<40 anos).

Adaptado de 9-11



Sabia que?[12]

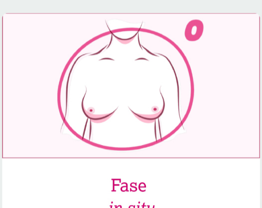
Nos últimos anos passou a reconhecer-se um novo subgrupo dentro do cancro da mama, **o HER2-low.**
Trata-se de tumores que apresentam **níveis baixos de HER2** e que, até há pouco tempo, eram **classificados apenas como HER2-negativos.**

Cerca de **60%** dos cancros Luminal A, Luminal B e Triplo Negativo, classificados como HER2-negativos, são também HER2-low.

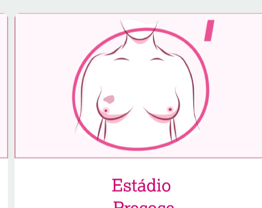
Estádios da doença[9]

Além dos subtipos, o cancro da mama pode também ser classificado de acordo com a extensão da doença. Esta classificação, conhecida como **estadiamento**, tem em conta fatores como o tamanho do tumor e a sua eventual **propagação para gânglios linfáticos ou outras partes do corpo.**

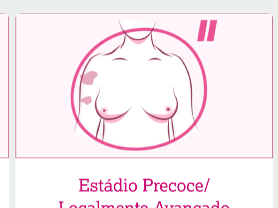
No cancro da mama há 5 estádios designados com números de 0 a IV.



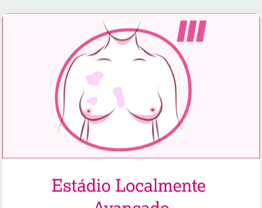
Fase *in situ*



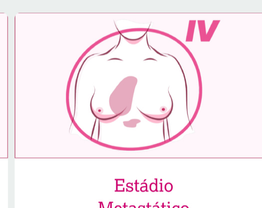
Estádio Precoce



Estádio Precoce/ Localmente Avançado



Estádio Localmente Avançado

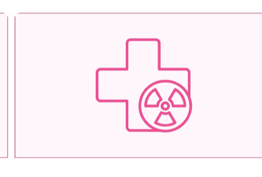


Estádio Metastático

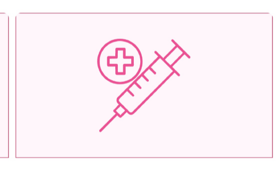
Tratamento[1*]

Nos últimos anos, tem existido muita inovação associada ao **tratamento do cancro da mama**. Atualmente, o tratamento da doença é cada vez mais individualizado e personalizado. Este inclui:

Cirurgia para remover o tumor da mama



Radioterapia para reduzir o risco de recidiva na mama e nos tecidos circundantes



Tratamentos orais ou intravenosos para destruir as células cancerígenas e prevenir a progressão da doença, incluindo hormonoterapia, quimioterapia ou terapêuticas biológicas direcionadas (alvo)

*Para mais informações consulte o seu médico.

Perguntas para levar à consulta

Falar com a equipa médica e esclarecer dúvidas é uma parte importante do percurso.
Estas são algumas perguntas que pode considerar levar para a consulta:

- **Qual é o meu subtipo de cancro da mama?**
- **Que biomarcadores foram avaliados?**
- **O que significa o estadio da minha doença?**
- **Que opções de tratamento existem para o meu caso?**
- **Como será administrado o tratamento, com que frequência e durante quanto tempo?**
- **Porque considera que esta é a melhor opção de tratamento para mim?**
- **Como posso gerir da melhor forma os efeitos secundários destes tratamentos?**
- **Que exames de acompanhamento serão realizados ao longo do tratamento e o que deverão demonstrar?**
- **Como será avaliada a resposta ao tratamento e o que será considerado um resultado positivo?**
- **Que sinais ou sintomas devo vigiar?**
- **Existem recursos ou associações de doentes que me possam apoiar?**
- **Há alguma pergunta importante que eu não tenha feito e que considere que deveria fazer?**

Descarregar *checklist*

Sociedade Portuguesa de Oncologia — **Aceder**

Sociedade Portuguesa de Senologia — **Aceder**

Breast Cancer in Young Women Foundation — **Aceder**

Associação Careca Power — **Aceder**

evita — **Aceder**

Liga Portuguesa Contra o Cancro — **Aceder**

Voltar ao topo

Abreviaturas e referências

HER2: Recetor do Fator de Crescimento Epidérmico Humano 2; **RH:** Recetores Hormonais.

1. World Health Organization (WHO), 2026. Breast cancer. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer. Acedido em outubro de 2026;
2. Globocan 2024. Portugal Fact Sheet. Disponível em: https://gco.iarc.who.int/media/globocan/factsheets/populations/620-portugal-fact-sheet.pdf. Acedido em outubro de 2026;
3. Registo Oncológico Nacional (RON). Cancro da Mama – Epidemiologia. Ministério da Saúde. Disponível em: https://ron.min-saude.pt/pt/tumor/top5/mama/epidemiologia. Acedido em outubro de 2026;
4. Katsura C, Ogunmwonyi I, Kankam HKN, Saha S. Breast cancer: presentation, investigation and management. Br J Hosp Med (Lond). 2022;83(2):1-7;
5. National Cancer Institute (NCI). Breast Cancer Signs and Symptoms. National Institutes of Health (NIH). Published December 2, 2025. Disponível em: https://www.cancer.gov/types/breast/symptoms. Acedido em outubro de 2026;
6. Oliveira M. Auto-exame da mama: conheça-se para reconhecer. Stop Cancer Portugal. 2010 Oct 25. Disponível em: https://stopcancerportugal.com/2010/10/25/auto-exame-da-mama-conheca-se-para-reconhecer/. Consultado em outubro de 2026;
7. SNS 24. Rastreio do Cancro da Mama. Serviço Nacional de Saúde. Disponível em: https://www.sns24.gov.pt/pt/tema/prevencao-e-cuidados-de-saude/rastreio-do-cancro-da-mama/. Acedido em outubro 2026;
8. Liga Portuguesa Contra o Cancro (LPCC). Cancro da Mama – Diagnóstico. Disponível em: https://www.ligacontracancro.pt/cancro-da-mama-diagnostico/. Acedido em outubro de 2026;
9. Sociedade Portuguesa de Oncologia (SPO). Manual de Oncologia. Disponível em: https://www.sponcologia.pt/download/manual_oncologia_spo.pdf. Acedido em outubro de 2026;
10. National Center for Biotechnology Information (NCBI). Breast Cancer – StatPearls. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK583808/. Acedido em outubro de 2026;
11. Nascimento, R. G. & Otoni, K. M. Histological and molecular classification of breast cancer: what do we know? Mastology. 2020;30:e20200024. Disponível em: https://mastology.org/journal/article/view/945/896. Acedido em outubro de 2026;
12. Modi S, *et al*. N Engl J Med. 2022;387:9-20;
13. National Breast Cancer Foundation. Breast cancer in young women. Disponível em: https://www.nationalbreastcancer.org/breast-cancer-in-young-women. Acedido em outubro de 2026.

Veeva ID: PT-25093 aprovado a 10/2026