

Terça-Feira, 23 de Junho de 2026

## **Endocrinologia e câncer de mama**

**MARIANA RAMOS**

### **Mariana Ramos**

O Outubro Rosa é um movimento mundial que chama atenção para a prevenção e o diagnóstico precoce do câncer de mama. Muito se fala sobre mamografia, autoexame e acompanhamento ginecológico, mas um ponto que nem sempre recebe destaque é a relação entre a endocrinologia e essa doença que impacta tantas mulheres.

A endocrinologia é a especialidade médica que estuda os hormônios e suas funções no organismo. No caso do câncer de mama, a ligação é direta: os hormônios sexuais femininos, especialmente o estrogênio e a progesterona, desempenham papel central no desenvolvimento e evolução de muitos tumores mamários.

### **Hormônios e risco de câncer de mama**

O estrogênio é fundamental para a saúde da mulher, mas sua exposição em excesso pode aumentar o risco de câncer de mama. Esse excesso pode ocorrer em situações como:

- Menarca precoce (primeira menstruação antes dos 12 anos);
- Menopausa tardia (após os 55 anos);
- Uso prolongado de reposição hormonal sem acompanhamento adequado;
- Obesidade, já que o tecido adiposo também produz estrogênio;
- Endocrinologia no tratamento do câncer de mama.

Outro aspecto importante é o cuidado com a saúde metabólica durante e após o tratamento. Pacientes submetidas à quimioterapia, radioterapia ou bloqueio hormonal podem ter alterações no metabolismo da glicose, colesterol, ossos e tireoide — áreas que fazem parte do acompanhamento endocrinológico.

### **O papel da prevenção**

O câncer de mama não pode ser prevenido em todos os casos, mas há fatores que reduzem significativamente os riscos:

- Manter o peso adequado;
- Praticar atividade física regularmente;
- Ter uma alimentação equilibrada;

- Evitar o tabagismo e o consumo excessivo de álcool;
- Realizar exames periódicos conforme a faixa etária e histórico familiar.

O acompanhamento conjunto entre ginecologistas, oncologistas e endocrinologistas amplia a visão sobre a saúde da mulher e garante um cuidado mais completo.

### **Outubro Rosa: um convite ao autocuidado**

Neste Outubro Rosa, reforçamos que a endocrinologia tem um papel essencial na saúde da mulher, não apenas no equilíbrio hormonal, mas também na prevenção e no acompanhamento de doenças como o câncer de mama. Cuidar dos hormônios é cuidar da saúde de forma integral.

**Mariana Ramos** é *endocrinologista*.