

CÂNCER DE TIREÓIDE



Não é preciso  
morrer de medo

Recorte seguindo a linha tracejada

## Auto-exame da tireóide

**Aprenda a fazê-lo e a identificar os sintomas.**

Recorte o cartão ao lado e coloque-o no seu quarto ou banheiro, em um lugar visível, para que você lembrar de fazer o auto-exame periodicamente..

### **E nunca se esqueça:**

O auto-exame não substitui os exames periódicos que você deve fazer com o seu endocrinologista.

Mais informações:



0800 77 123 73

[www.cancerdetireoide.com.br](http://www.cancerdetireoide.com.br)

Uma campanha da:



Sociedade Brasileira  
de Endocrinologia  
e Metabologia

Apoio:



CÂNCER DE TIREÓIDE

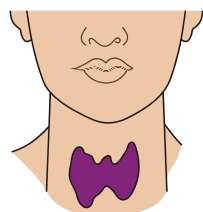


Não é preciso  
morrer de medo

# Mas é preciso estar atento!

## A importância da tireóide para a sua saúde

A tireóide é uma glândula em forma de borboleta que fica localizada no pescoço, logo abaixo da cartilagem conhecida por “pomo-de-adão” (gogó).



Embora relativamente pequena, a tireóide é importante para o funcionamento de vários órgãos como o coração, fígado, rins, ovários, etc. Essa glândula produz os hormônios denominados T3 e T4, que são o “combustível” das células do nosso organismo. Problemas na tireóide podem fazê-la produzir em excesso esses hormônios (hipertireoidismo), ou em quantidade insuficiente (hipotireoidismo).

### Alguns sintomas do HIPERTIREOIDISMO

Com o excesso do hormônio tireoideano, todo o nosso corpo começa a funcionar mais rápido.

- Dorme-se pouco
- O coração dispara
- O intestino solta
- O indivíduo fica agitado
- Sente-se com muita energia, embora apresente-se cansado
- Os cabelos crescem com maior facilidade, mas há queda acentuada de fios
- As unhas enfraquecem
- Sente-se mais calor

### Alguns sintomas do HIPOTIREOIDISMO

Ao contrário, pela falta do “combustível”, tudo começa a funcionar mais lentamente.

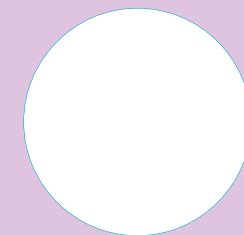
- Depressão
- O coração bate mais devagar
- O intestino prende
- Na mulher, a menstruação fica irregular e ela deixa de ovular
- Diminuição da memória
- Cansaço excessivo
- Dores musculares e nas juntas
- Sonolência excessiva
- Pele seca e queda de cabelos
- Ganho de peso
- Aumento do colesterol no sangue

## O que é o câncer de tireóide?

- O câncer de tireóide é um tumor maligno de crescimento localizado dentro da glândula tireóide.
- Não é um tipo de câncer comum: nos EUA, de cada 100 tumores, apenas 1 corresponde a esse tipo.
- Assim como no câncer de mama, a grande maioria dos pacientes de câncer de tireóide são mulheres, geralmente acima dos 35 anos.
- As perspectivas de tratamento são excelentes.
- No entanto, algumas vezes este tipo de câncer pode reaparecer ou se espalhar por outras partes do corpo. Por isso, os médicos recomendam que quem teve câncer de tireóide seja submetido a exames de rotina pelo resto da vida.

## Como é o diagnóstico?

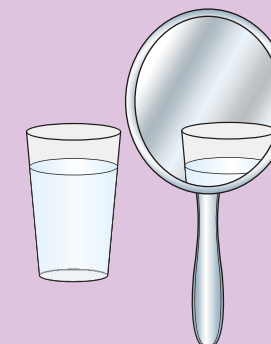
- Em geral, o câncer de tireóide é descoberto pelo próprio paciente.
- Por isso é importante aprender a fazer o auto-exame (veja na próxima página) e, ao encontrar qualquer protuberância ou nódulo na base do pescoço, consultar imediatamente o endocrinologista.
- Seu médico também poderá notar um nódulo ou protuberância durante um exame de rotina.
- Depois de concluir o exame físico, seu médico vai pedir mais exames para um diagnóstico conclusivo.
- É importante realizar todos os exames, seguindo atentamente as orientações do seu médico.



## Só é preciso um exame simples:

**Aprenda a fazer o auto-exame. Ele pode salvar sua vida.**

Material necessário: copo com água e um espelho (se possível, com cabo).



### Procedimentos:

- 1 Segure o espelho e procure no seu pescoço a região logo abaixo do “pomo-de-adão” (mais conhecido como gogó). Sua tireóide está localizada aí.
- 2 Incline a cabeça para trás para que o pescoço fique mais exposto e focalize essa região no espelho.
- 3 Beba um gole de água.
- 4 Com o ato de engolir, a tireóide sobe e desce. Observe se existe algum aumento ou saliência na tireóide.  
**Atenção:** não confunda a tireóide com o “gogó”. Lembre-se que a glândula está logo abaixo. Repita este teste várias vezes até ter certeza.
- 5 Ao notar qualquer alteração, consulte o seu endocrinologista.

