

Outubro Rosa: 7 mitos sobre o câncer de mama que precisam parar de circular

Antes, eles eram espalhados no boca a boca ou em textos impressos que circulavam entre as mulheres; hoje, eles estão nas redes sociais e são compartilhados livremente em correntes e grupos de WhatsApp. Estamos falando dos boatos sobre o câncer de mama, que não ajudam em nada nas campanhas sérias de prevenção da doença – que causa mais de 450 mil mortes por ano no mundo, de acordo com a OMS (Organização Mundial da Saúde), e acomete principalmente as mulheres (a cada 100 mulheres com câncer de mama, um homem tem a doença).

"Esses mitos são como um bumerangue e sempre voltam a circular, não importa o que seja feito em termos de difundir informação verdadeira", afirma Daniel Gimenes, oncologista do Grupo Oncoclínicas em São Paulo.

Para o especialista, a maior dificuldade é convencer as pessoas de que elas não devem acreditar em qualquer coisa que leem. "O problema é que, de tanto receberem, elas acabam confiando naquilo e achando que é verdade. Uma mentira falada tantas vezes acaba parecendo uma verdade para elas", diz.

A seguir, Gimenes esclarece os sete principais mitos sobre o câncer de mama que precisam parar de circular o quanto antes.

É preciso lavar os sutiãs com frequência para evitar o câncer de mama

A limpeza e a sujeira de sutiãs, tops ou quaisquer outras roupas usadas em contato com os seios não têm nenhuma relação com o câncer de mama.

"As causas do câncer de mama são relacionadas a histórico familiar, questões hormonais, obesidade. Não existe fundamento em associar vestimentas à doença", esclarece o oncologista.

O uso de sutiãs pretos em dias de sol aumenta o risco de câncer de mama

"Se isso fosse verdade, se descobririam cores que seriam benéficas e se curaria o câncer de mama com cromoterapia. Mas não é o caso. Nenhuma cor é relacionada com o desenvolvimento ou com a cura do câncer de mama", diz Gimenes.

Usar sutiã para dormir aumenta o risco de câncer de mama

Não existe nenhuma ligação entre os tumores do câncer de mama e o fato de os seios estarem "livres" ou "presos" durante o sono.

Sutiãs com aro usados com frequência causam risco de desenvolvimento de tumor nas mamas

Mesmo que os aros de arame acabem machucando os seios por causa do contato, as eventuais

feridas causadas por eles não se transformam em tumores, como o especialista explica: "O tumor ocorre como consequência de alterações genéticas que fazem as células se dividirem descontroladamente. É um processo interno."

Expor os seios ao sol, de topless, aumenta o risco de câncer de mama

Não há nenhuma relação entre o câncer de mama e a exposição ao sol. O oncologista alerta, porém, para o risco de câncer de pele nessa situação: "Se os seios forem expostos sem proteção solar passa a haver um risco de câncer de pele."

É importante, portanto, passar filtro solar nos seios - principalmente nos mamilos - e evitar a exposição direta aos raios do sol entre as 10h e às 16h.

Desodorantes antitranspirantes causam câncer de mama

"A relação entre câncer de mama e uso de desodorantes de todos os tipos é estudada há muitos anos e de maneira muito aprofundada, e nunca se encontrou nenhuma evidência científica que ligasse antitranspirantes ou qualquer outro destes produtos às causas da doença", afirma Gimenes.

Passar desodorante para dormir aumenta o risco de câncer de mama

Este é um hábito de muitas mulheres, que não precisam temer e podem continuar indo dormir perfumadas. A não-relação entre o uso de desodorantes e o desenvolvimento de câncer de mama vale para todos os horários do dia e da noite, inclusive durante o sono.

Fonte: Centro Paulista de Oncologia - Oncoclínicas

<https://territoriopress.com.br/noticia/1135/outubro-rosa-7-mitos-sobre-o-cancer-de-mama-que-precisam-parar-de-circular> em 17/02/2026 19:19