

# 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 descobrissem 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://www.territoriopress.com.br/noticia/1135/outubro-rosa-7-mitos-sobre-o-cancer-de-mama-que-precisam-parar-de-circular-em-03/05/2026> 11:54