

# REFERÊNCIAS

ANDERSON, Benjamin O.; BEVERS, Therese B.; CARLSON, Robert W. Clinical Breast Examination and Breast Cancer Screening Guideline. JAMA, [S. l.], v. 315, n. 13, p. 1403-1404, 2016. DOI: 10.1001/jama.2016.0686. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2510905>. Acesso em: 7 mar. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Exame clínico das mamas. Brasília, DF: Ministério da Saúde, [s. d.]. Disponível em: <https://linhasdecuidado.saude.gov.br/portal/cancer-de-mama/atencao-especializada/planejamento-terapeutico/exame-clinico-mamas/>. Acesso em: 7 mar. 2026.

CALLIES, Dannica; SCHIEVELBEIN, Danielle; ELVERSON, Cynthia; OSAE-LARBI, Judith. Clinical breast exam training using tactly accurate computer simulation among healthcare providers in Ghana. International Journal of Africa Nursing Sciences, [S. l.], v. 20, art. 100716, 2024. DOI: 10.1016/j.ijans.2024.100716. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S221413912400061>. Acesso em: 7 mar. 2026.

COLEMAN, E. A.; HEARD, J. K. Clinical breast examination: an illustrated educational review and update. Clinical Excellence for Nurse Practitioners, [S. l.], v. 5, n. 4, p. 197-204, jul. 2001. DOI: 10.1054/xc.2001.24219. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11458314/>. Acesso em: 7 mar. 2026.

GONÇALVES, Carla Vitola; DIAS-DA-COSTA, Juvenal Soares; DUARTE, Geraldo; MARCOLIN, Alessandra Cristina; GARLET, Gerson; SAKAI, Alan Felipe; BIANCHI, Mônia Steigleder. Exame clínico das mamas em consultas de pré-natal: análise da cobertura e de fatores associados em município do Rio Grande do Sul, Brasil. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 24, n. 8, p. 1783-1790, 2008. DOI: 10.1590/S0102-311X2008000800007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/5HQmGTqCvHX3SPsST5mMFFg/>. Acesso em: 7 mar. 2026.

GONÇALVES, Leila Luíza Conceição; BARROS, Andréa Carla dos Santos; INAGAKI, Ana Dorcas de Melo; ABUD, Ana Cristina Freire. Avaliação da prática do exame clínico pélvico e de mamas realizados por enfermeiros. REME: Revista Mineira de Enfermagem, Belo Horizonte, v. 13, n. 2, p. 244-248, 2009. DOI: 10.5935/2316-9389.2009.v13.50541. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/reme/article/view/50541>. Acesso em: 7 mar. 2026.

UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS; UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO. Exame clínico das mamas. In: Atenção integral à saúde da mulher. São Luís: UNA-SUS/UFMA, [s. d.]. Disponível em: [https://repositorio.unasus.ufma.br/provab\\_2017/ssr2/atencao\\_integral\\_saude\\_mulher/und2/33.html](https://repositorio.unasus.ufma.br/provab_2017/ssr2/atencao_integral_saude_mulher/und2/33.html). Acesso em: 7 mar. 2026.

# EQUIPE

*Adbha Chagas Rodrigues*  
*Ana Paula Souza da Silva*  
*André Guayanaz Lauriano*  
*Anna Beatriz do Nascimento Souza*  
*Ayla Novaes Oliveira*  
*Bianca Dargam Gomes Vieira*  
*Bruna Fernanda de Souza Ribeiro*  
*Camilly dos Santos Moraes*  
*Diego Pereira Rodrigues*  
*Gabriela dos Santos Azevedo*  
*Gabriel Henrique Mattosinhos Vieira dos Santos*  
*Julia de Miranda Bezerra*  
*Juliana Amaral Machado*  
*Karolliny Silveira Schott*  
*Letícia Nunes Pinto*  
*Lorena Lima Damasceno*  
*Marcella Izidoro Viana*  
*Marcella Reis Marques de Souza*  
*Márcia Vieira dos Santos*  
*Maria Clara Abril Hruschka*  
*Maria Eduarda Teodoro Araujo*  
*Maria Rita Jardim da Silva*  
*Raquel Dias Botelho Borborema*  
*Stephanie Vanessa Penafort Martins Cavalcante*  
*Tatiana Socorro dos Santos Calandrini*  
*Thaís Queiroz Pires Machado*  
*Valdecyr Herdy Alves.*

# EXAME CLINICO NAS MAMAS:

*prática de enfermagem*

**1º Encontro Mês da Mulher**

Da EEAAC



# Qual é o exame clínico?



O exame clínico das mamas (ECM) é uma avaliação realizada pelo profissional de saúde para detectar alterações estruturais ou sintomáticas nas mamas, como nódulos, retrações, secreções e sinais de possível doença mamária – inclusive câncer de mama.

## ETAPAS DO EXAME

### Preparação para o paciente:

É de extrema importância de obter o consentimento e a autorização da paciente e além disso, direcionar a paciente em um ambiente reservado onde ela consiga se sentir confortável e ficar sentada para a execução do exame.

### Inspeção:

Com a paciente sentada, avalie visualmente as mamas em diferentes posições, observando a assimetria mamária, alterações na pele (como eritema, edema ou aspecto de “casca de laranja”), retração do mamilo ou da pele e/ou deformidades.



### Palpação:

Realizada com a paciente em decúbito dorsal e com um dos braços atrás da cabeça realize a palpação da seguinte maneira:

Método circular (ou espiral): A palpação começa na parte externa da mama e segue em movimentos circulares em direção ao mamilo.

Método vertical (linhas paralelas): A palpação é feita de cima para baixo, cobrindo toda a mama em linhas paralelas.

Método radial: A palpação segue linhas que partem do mamilo para fora, como os raios de um sol.

Por que fazer de forma sistemática? Porque isso ajuda a: examinar todo o tecido mamário, evitar falhas no exame, aumentar a chance de detectar nódulos ou alterações precocemente

### Expressão mamilar

Consiste na compressão suave da aréola e do mamilo para verificar a presença de secreções. Caso haja secreção, deve-se observar: Cor; Quantidade; Se ocorre espontaneamente ou apenas à compressão.



## SINAIS DE ALERTA

Durante o exame, é importante observar:

- Nódulos endurecidos e irregulares;
- Retração da pele ou do mamilo;
- Secreção papilar espontânea (especialmente sanguinolenta);
- Linfonodos axilares aumentados;
- Alterações cutânea.

## PAPEL DO ENFERMEIRO

O enfermeiro possui papel fundamental da saúde e detecção precoce do câncer de mama, atuando em:

- Educação em saúde;
- Realização do exame clínico das mamas;
- Orientação sobre autocuidado;
- Encaminhamento para exames complementares quando necessário.

## AUTO-AVALIAÇÃO

A auto avaliação das mamas contribui para que a mulher reconheça alterações em seu próprio corpo, favorecendo a procura precoce por atendimento de saúde. Embora não substitua exames clínicos ou de imagem.

