

PSICOLOGIA E TRABALHO

Uma Publicação AGP/NAIS em parceria com o Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde e Qualidade de Vida (UESB)

DEZEMBRO LARANJA: PREVENÇÃO E DETECÇÃO PRECOCE DO CÂNCER DE PELE

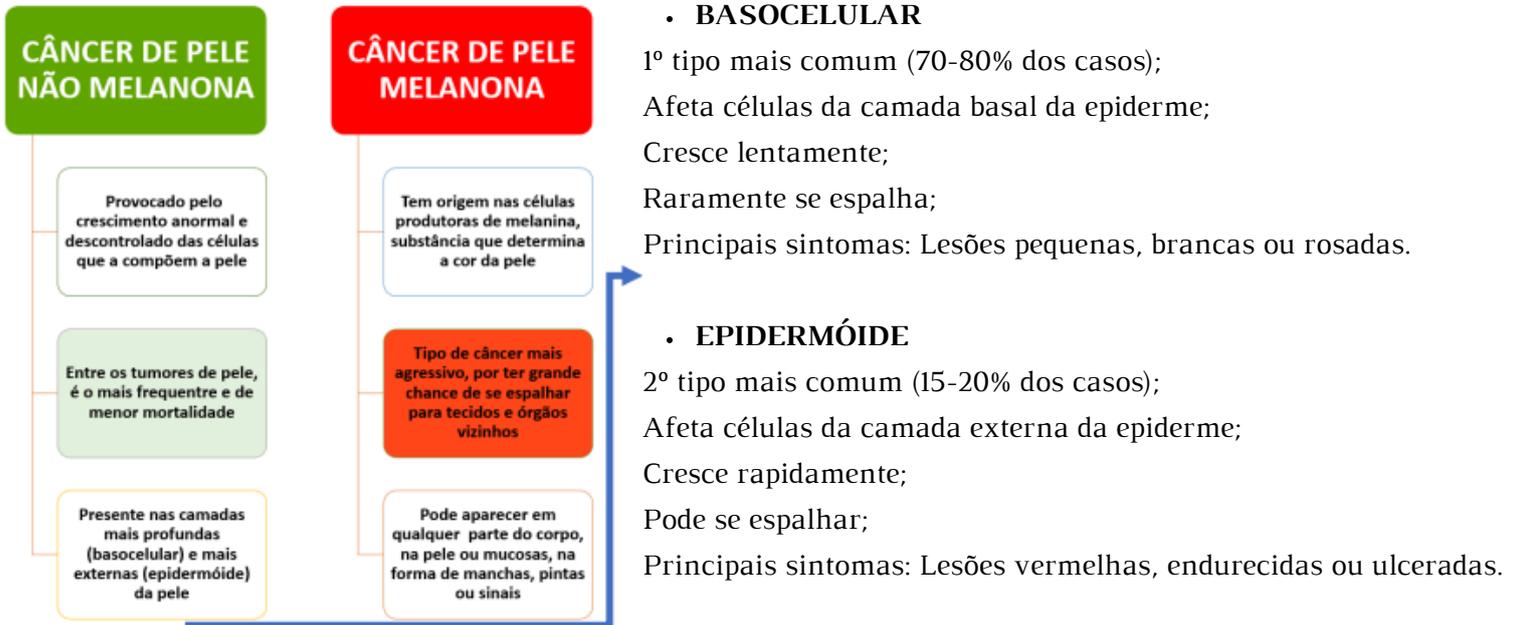
O Brasil, país tropical, possui altas exposições solares praticamente o ano inteiro, o que contribui para vários benefícios corporais advindos da absorção da Vitamina D. Entretanto, essa incidência, em demasia e sem proteção adequada, acarreta um dos maiores problemas de saúde pública: o câncer de pele, o tipo de câncer mais frequente no Brasil. A Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) escolheu dezembro, mês marcado pelo início do verão nos países do hemisfério sul, para instituir a campanha “Dezembro Laranja”, buscando a prevenção e detecção precoce do câncer no maior órgão do corpo humano.



INFORMAÇÕES EPIDEMIOLÓGICAS SOBRE O CÂNCER DE PELE

- O Instituto Nacional do Câncer (INCA) aponta que o câncer de pele é o tipo de câncer mais frequente no Brasil;
- Estima-se que 700 mil casos de câncer surgiram anualmente entre 2023 e 2025;
- As estimativas de incidência do câncer de pele não melanoma em 2020 foi de 176.930, sendo 83.770 homens e 93.160 mulheres, o que corresponde a 31,3% de todos os tumores malignos registrados no país;
- Já para o tipo melanoma a estimativa, neste mesmo período, foi de 8.450, sendo 4.200 homens e 4.250 mulheres;
- A exposição prolongada e repetida ao sol aumenta o risco para o câncer de pele, especialmente entre as pessoas que possuem pele clara, olhos claros, cabelos ruivos ou loiros, ou que são albinas;
- Pessoas de pele negra também precisam se cuidar, mesmo que a incidência seja menor;
- Fatores de risco: indivíduos com histórico familiar, doenças de pele prévias, sistema imune debilitado e exposição à radiação artificial;
- O horário de exposição maléfica ao sol compreende o intervalo entre 10h e 16h.

TIPOS DE CÂNCER DE PELE E SUAS CARACTERÍSTICAS: ENTENDA AS DIFERENÇAS



PRINCIPAIS SINTOMAS DO CÂNCER DE PELE: SINAIS DE ALERTA

- Surgimento de manchas que coçam;
- Surgimento de manchas que escamam;
- Surgimento de manchas que sangram;
- Sinais ou pintas que mudam de tamanho;
- Sinais ou pintas que mudam de forma ou cor;
- Feridas que não cicatrizam em 4 semanas.

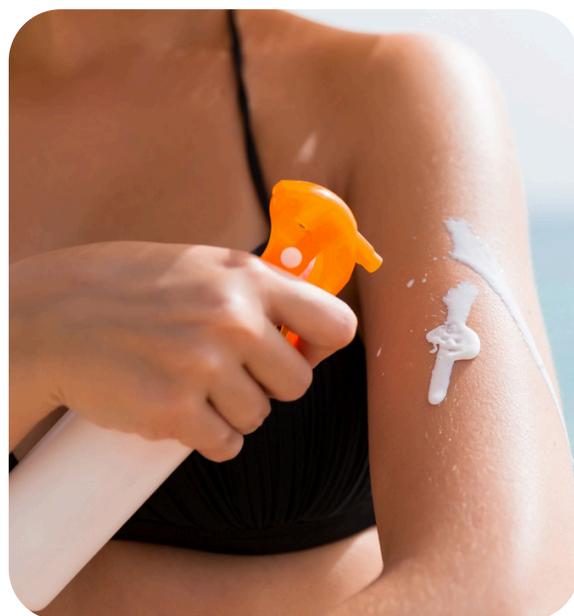


CUIDADOS PREVENTIVOS PARA PREVENIR O CÂNCER DE PELE

- É essencial adotar práticas preventivas para a prevenção e detecção precoce do câncer de pele;
- Utilizar roupas de proteção, como chapéus, bonés, óculos de sol e roupas com proteção UV;
- Evitar a exposição ao sol entre 10h e 16h, quando os raios UV são mais intensos;
- Uso regular de protetor solar com fator de proteção adequado;
- Utilizar guarda-sóis e sombrinhas ao ar livre;
- Realizar exames regulares.

CULTURA DE APOIO AO CUIDADO A SAÚDE DA PELE

- Divulgar informações sobre os problemas de pele;
- Quando diagnosticado precocemente, o câncer de pele tem chance de cura de 90%;
- Promover mutirões para fazer exames;
- A Unidade Básica de Saúde (UBS) é a porta de entrada de atenção à saúde da pele;
- Promover um espaço de escuta e acolhimento;
- Estimular o engajamento dos funcionários em serviços de diagnóstico precoce e prevenção;
- Abordar a temática saúde da pele e promover o cuidado em todos os setores;
- Possibilitar aos funcionários a participação em palestras, debates e atividades com profissionais de saúde para abordar sobre as principais doenças e formas de prevenção;
- Acessar e disseminar o boletim informativo produzido pelo NAIS, em parceria com o Grupo de Estudo e Pesquisa em Saúde e Qualidade de Vida da UESB.



CONHECER PARA ENFRENTAR! CONHECER PARA PREVENIR!
CONHECER PRA INCORPORAR COMPORTAMENTOS SAUDÁVEIS!

Expediente

ANTÔNIO CARLOS SANTOS SILVA, AMANDA FERREIRA SANTOS, BRUNA SENA LOPES, RONEY CLEBER SANTOS SILVA, ADRIANA FERREIRA DA SILVA CHAVES OLIVEIRA, CÁSSIO CRISTIANO DAMASCENO SANTOS, ECLAUDIANE MORAES VIEIRA, REINAN SANTOS SILVA PINHEIRO, JÉSSICA SOUZA SILVA

EDIÇÃO: JAQUELINE BARRETO E ANA CLARA ANDRADE

CONTATO: NAIS@UESB.EDU.BR

CONTATO: SAUDEEMBJS@GMAIL.COM



AGP
Assessoria Especial de
Gestão de Pessoas

NAIS
Núcleo de Atenção
Integral ao Servidor



Referências

- LIMA JÚNIOR, I. A. et al. Câncer de pele: uma revisão de literatura. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, [S. l.], v. 6, n. 4, p. 2493–2501, 2024.

Material de Apoio

- BRASIL. Dezembro Laranja: prevenção e detecção precoce do câncer de pele. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/prevencao-ao-cancer/dezembro-laranja-prevencao-e-deteccao-precoce-do-cancer-de-pele>