

CAMPANHA DE CONSCIENTIZAÇÃO E SAÚDE

INFORMATIVO INTERNO OBRIGATÓRIO — CONFORME LEGISLAÇÃO FEDERAL

Aviso de Utilidade Pública: Em cumprimento à legislação vigente, este informativo apresenta as diretrizes oficiais de prevenção e combate ao HPV e ao Câncer. A prevenção salva vidas.

1. Prevenção do Câncer de Colo do Útero e HPV

O terceiro tipo de câncer mais comum entre as mulheres no Brasil.

Cerca de 90% dos casos de câncer de colo de útero estão diretamente ligados à infecção pelo Papilomavírus Humano (HPV), transmitido no contato pele a pele durante relações sexuais desprotegidas.

Sinais e Sintomas (Fase Avançada):

- Sangramento vaginal suspeito
- Dor vaginal após relações sexuais
- Dor abdominal com queixas urinárias/intestinais
- Corrimento ou secreção vaginal atípica

Estratégias de Prevenção:

- **Vacinação (SUS):** Meninas (9 a 14 anos) e Meninos (11 a 14 anos). Protege contra subtipos de alto risco (16 e 18).
- **Uso de Preservativos:** Essencial em todas as relações.
- **Exame Papanicolau:** Rastreamento obrigatório para mulheres a partir de 25 anos com vida sexual ativa.

2. Câncer de Mama (Movimento Outubro Rosa)

Principal causa de morte por câncer entre o público feminino no Brasil.

Causado pela multiplicação desordenada de células anormais na mama. O diagnóstico precoce aumenta drasticamente as chances de cura. Embora raro, também afeta homens (1% dos casos).

Sinais de Alerta ao Observar:

- Presença de nódulos (caroços) endurecidos e indolores
- Vermelhidão, inchaço ou pele em aspecto "casca de laranja"
- Secreção mamilar espontânea ou mamilo repuxado
- Pequenos nódulos nas axilas ou pescoço

Prevenção e Diagnóstico:

- **Autoexame Mensal:** Fundamental para conhecer o corpo (não substitui o médico).
- **Mamografia:** Recomendada a cada 2 anos para mulheres entre 50 e 69 anos.
- **Hábitos Saudáveis:** Atividade física, alimentação adequada, controle de peso e evitar álcool/tabaco reduzem o risco em 30%.

3. Câncer de Próstata (Movimento Novembro Azul)

O segundo tipo de câncer mais comum entre os homens no Brasil.

Doença de evolução extremamente silenciosa na fase inicial. Quando os sintomas aparecem, assemelham-se ao crescimento benigno da próstata. O diagnóstico precoce aumenta as chances de cura em 90%.

Sintomas (Finais e Avançados):

- Dificuldade, dor ou ardor ao urinar
- Necessidade de urinar muitas vezes (dia/noite)
- Dor óssea ou insuficiência renal (fase severa)

Diretrizes de Rastreamento Anual:

- **Homens a partir dos 50 anos:** Devem realizar exames preventivos anualmente.
- **Grupo de Risco (a partir dos 45 anos):** Histórico familiar, obesidade ou sedentarismo.
- **Exames Críticos:** Toque retal (rápido e indolor) e exame de sangue PSA.

Nota da Saúde Ocupacional: O preconceito e a desinformação continuam sendo os maiores obstáculos. Não coloque sua longevidade em risco por falta de prevenção.

Promovido por: Anvisseg — Saúde, Segurança e Conformidade Corporativa

Este material atende às exigências de divulgação de campanhas de saúde preventiva nas empresas. Cole no mural da sua unidade.