

LARANJA

DEZEMBRO

VERMELHO

A PREVENÇÃO
ESTÁ EM SUAS

MÃOS



PREFEITURA MUNICIPAL DE
ALVINLÂNDIA



O que é o câncer de pele?

É o câncer mais frequente no mundo e no Brasil. Ele ocorre quando as células da pele se multiplicam sem controle. Pode ser classificado como:

Melanoma: mais raro e pode levar à morte.

Não melanoma: mais frequente e menos grave, porém pode causar deformações no corpo.

Ambos têm cura se descobertos logo no início.

CÂNCER DE PELE

Como **identificar** o câncer de pele?

O **câncer de pele não melanoma** ocorre principalmente nas áreas do corpo mais expostas ao sol, como rosto, pescoço e orelhas. Apresenta-se como:

- Manchas na pele que coçam, ardem, descamam ou sangram.
- Feridas que não cicatrizam em quatro semanas.

Já o **melanoma** pode aparecer em qualquer parte do corpo, na pele ou mucosas, na forma de manchas, pintas ou sinais. Para ajudar a identificá-las, existe a regra do **ABCDE**:



A
ASSIMETRIA
(FORMATO)

BENIGNO



simétrico

MALIGNO



assimétrico

B
BORDAS



bordas regulares



bordas irregulares

C
CORES



uma cor só



mais de uma cor

D
DIÂMETRO
(TAMANHO)



menor que 6mm*



maior que 6mm

*tamanho da largura de um lápis

E
EVOLUÇÃO



mudança rápida na aparência (tamanho, forma, cor ou espessura).

Portanto, é importante conhecer seu corpo e ficar atento a **qualquer** mudança ou anormalidade **na sua pele**.

Ao perceber qualquer alteração suspeita na pele, consulte um médico.

É importante lembrar que:

- Qualquer pessoa pode desenvolver câncer de pele, mas aquelas com pele muito clara, albinas, com vitiligo ou em tratamento com imunossupressores, são mais sensíveis ao sol.
- Em dias nublados, também é importante o uso de proteção.
- As tatuagens podem esconder lesões, portanto, merecem atenção.
- É necessário reaplicar o protetor solar a cada duas horas, durante a exposição solar, bem como após mergulho ou grande transpiração. Mesmo protetores solares "à prova d'água" devem ser reaplicados.



CÂNCER DE PELE

Quais são os **principais fatores** que aumentam o risco de câncer de pele?

- Exposição prolongada e repetida ao sol (raios ultravioletas - UV), principalmente na infância e adolescência.
- Ter pele e olhos claros, com cabelos ruivos ou loiros, ou ser albino.
- Ter história familiar ou pessoal de câncer de pele.



O sol é bom para a saúde, mas, em excesso, pode provocar envelhecimento precoce, lesões nos olhos e câncer de pele.

Como **se proteger** do câncer de pele?

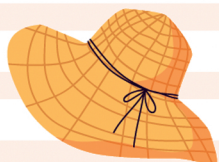


- Evitar exposição prolongada ao sol entre 10h e 16h.
- Procurar lugares com sombra.
- Usar proteção adequada, como roupas, bonés ou chapéus de abas largas, óculos escuros com proteção UV, sombrinhas e barracas.
- Aplicar na pele, antes de se expor ao sol, filtro (protetor) solar com fator de proteção 15, no mínimo.
- Usar filtro solar próprio para os lábios.



ÓCULOS DE SOL

30%
NÍVEL DE PROTEÇÃO
★★★★



CHAPÉU DE PRAIA

45%
NÍVEL DE PROTEÇÃO
★★★★



GUARDA-SOL

80%
NÍVEL DE PROTEÇÃO
★★★★



PROTETOR SOLAR

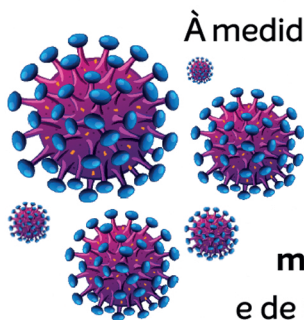
75%
NÍVEL DE PROTEÇÃO
★★★★

COMO SE PROTEGER DO SOL NA PRAIA?

DEZEMBRO VERMELHO



O vírus da imunodeficiência humana (HIV), é uma Infecção Sexualmente Transmissível (IST) e é o agente causador da Síndrome da Imunodeficiência Adquirida, infecção crônica mais conhecida como AIDS. **A pessoa contaminada com o HIV pode passar vários anos sem apresentar sintomas.**



À medida que o vírus se multiplica, o sistema imunológico fica comprometido e, assim, mais vulnerável e contrair outras doenças infecciosas.

O diagnóstico precoce e o início do uso da medicação impedem o vírus de se multiplicar e de matar as células de defesa do nosso organismo.

SE LIGA!

- Todas as pessoas podem contrair o HIV: jovens, pessoas maduras e até idosos.
- Se você teve relações sexuais sem preservativo, você pode ter o vírus e outras ISTs.
- O HIV pode estar em qualquer pessoa que se expôs ao risco.

É melhor saber e tratar do que adoecer e ter complicações graves.

HIV/AIDS E IST



ASSIM PEGA

- Sexo vaginal sem camisinha
- Sexo anal sem camisinha
- Sexo oral sem camisinha
- Uso de seringa por mais de uma pessoa
- Transfusão de sangue contaminado
- Durante a gravidez ou parto, quando a gestante está infectada, sem tratamento
- Na amamentação, mesmo se a mãe estiver em tratamento do HIV/AIDS
- Instrumentos que furam ou cortam não esterilizados.

ASSIM NÃO PEGA

- Sexo com uso correto da camisinha
- Beijo no rosto ou na boca
- Contato com suor e lágrima
- Picada de inseto
- Aperto de mão ou abraço
- Compartilhar sabonete/toalha/lençóis
- Compartilhar talheres/copos
- Compartilhar assento de ônibus
- Usar a mesma piscina
- Usar o mesmo banheiro
- Doação de sangue
- Pelo ar



PREVENÇÃO

O uso correto dos preservativos é a melhor maneira de se prevenir de todas as ISTs.
Os preservativos são distribuídos gratuitamente nas Unidades Básicas de Saúde (UBSs).

A **PEP** (Profilaxia Pós-Exposição) é uma medida de prevenção ao risco de infecção pelo HIV, para a pessoa que teve uma relação sexual sem proteção ou cujo preservativo se rompeu. Essa profilaxia consiste em um conjunto de medicamentos que pode reduzir o risco de infecção de HIV, quando a pessoa procura o serviço de atendimento e faz o uso da medicação, nas primeiras 72 horas após a relação sexual desprotegida.

Já a **PrEP** (Profilaxia Pré-Exposição) consiste na tomada diária de um comprimido que permite ao organismo estar preparado para enfrentar um possível contato com o HIV. A PrEP não protege de outras Infecções Sexualmente Transmissíveis (tais como sífilis, clamídia e gonorreia) e, portanto, deve ser combinada com outras estratégias de prevenção, como a camisinha.

Para saber mais sobre estas profilaxias, entre em contato com a UBS mais próxima.

HIV/AIDS E IST

NÃO FIQUE NA DÚVIDA

Faça o teste rápido nas UBSs

O teste é rápido, seguro, gratuito e sigiloso



SINTOMAS



FEBRE



INFECÇÃO NA BOCA



DOR DE GARGANTA



PERDA DE PESO



IRRITAÇÃO NA PELE



NÁUSEA



DORES NAS ARTICULAÇÕES



AUMENTO DE SUOR

VOCÊ SABE A DIFERENÇA ENTRE HIV E AIDS?

HIV

Sigla em inglês que significa **Vírus da Imunodeficiência Humana**. É o **vírus causador da AIDS**. Com o tratamento adequado, ele pode não se desenvolver.

AIDS

Sigla em inglês que significa **Síndrome da Imunodeficiência Adquirida**. É o nome dado à **síndrome causada pelo vírus**, que enfraquece o sistema imunológico e favorece o desenvolvimento de doenças oportunistas.



DE ZEM BRO

Vermelho

DIA MUNDIAL DE LUTA
CONTRA O HIV/AIDS

USE CAMISINHA.
PREVINA-SE!
FAÇA O TESTE.



dezembro laranja

Conscientização sobre os cuidados e diagnóstico do
câncer de pele



PREFEITURA MUNICIPAL DE
ALVINLÂNDIA