

CAMPANHA OUTUBRO ROSA



O câncer de mama não é um tema difícil de tratar, por ter oportunidade de falar abertamente pode ajudar a esclarecer mitos e verdade sobre o câncer de mama.

Um em cada três casos de câncer podem ser curados se for descoberto logo no início. Alguns tipos de cânceres, entre eles o de mama, apresentam sinais e sintomas em suas fases iniciais. Portanto detectá-lo precocemente traz melhores resultado no tratamento e ajuda a reduzir a mortalidade.



É possível reduzir os riscos de câncer de mama, mantendo peso corporal adequado, praticar atividades físicas e evitar consumo de bebidas alcoólicas e tabagismo. A amamentação também é considerada um fator protetor



QUAIS SINAIS E SINTOMAS

- Caroço (nódulo) endurecido, fixo e geralmente indolor. É a principal manifestação da doença, estando presente em mais de 90% dos casos.
- Alterações no bico do peito (mamilo).
- Pequenos nódulos na região embaixo dos braços (axilas) ou no pescoço.
- Saída espontânea de líquido de um dos mamilos.
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja.

!

Qualquer caroço na mama em mulheres com mais de 50 anos deve ser investigado!
Em mulheres mais jovens, qualquer caroço deve ser investigado se persistir por mais de um ciclo menstrual.

i Essas alterações precisam ser investigadas o quanto antes, mas podem não ser câncer de mama.

Todas as mulheres independentemente da idade, podem conhecer seu corpo para saber o que é e o que não é normal em suas mamas. A maior parte dos cânceres de mama é descoberto pelas próprias mulheres ou por seus parceiros.

COMO FAZER O ALTO EXAME

O AUTOEXAME

Aproximadamente 80% dos tumores são descobertos pela própria mulher ao apalpar suas mamas




- 1** DE PÉ EM FRENTE AO ESPELHO OBSERVE: O bico dos seios; superfície; o contorno das mamas.
- 2** AINDA EM PÉ EM FRENTE AO ESPELHO. Levante os braços. Observe se o movimento altera o contorno e a superfície das mamas.
- 3** DEITADA, COM A MÃO DIREITA, APALPE A MAMA ESQUERDA. Faça movimentos circulares suaves, apertando levemente com a ponta dos dedos.
- 4** DEITADA, COM A MÃO ESQUERDA, APALPE A MAMA DIREITA. Faça movimentos circulares suaves, apertando levemente com a ponta dos dedos.
- 5** NO BANHO, COM A PELE ENSABOADA. Com a pele molhada ou ensaboadada, eleve o braço direito e deslize os dedos da mão esquerda suavemente sobre a mama direita estendendo até a axila. Faça o mesmo na mama esquerda.

ALÉM DE ESTAREM ATENTA AO PRÓPRIO CORPO, É RECOMENDADO QUE AS MULHERES FAÇAM EXAME DE MAMOGRAFIA.

A mamografia é uma radiografia das mamas, capaz de visualizar alterações suspeitas. É recomendada para mulheres de 50 a 69 anos façam uma mamografia a cada dois anos. E para avaliação de alterações suspeitas, a mamografia diagnóstica/ultrassom das mamas poderá ser feita em qualquer idade. E nesse mês de outubro, campanha de conscientização com objetivo de estimular a participação da população no controle do Câncer de Mama e do Câncer de Colo de Útero, convidamos todas as mulheres a realizarem o exame de papanicolau. O exame será realizado todo o mês de Outubro nas Unidades Básicas de Saúde das 08:00 às 16:00 horas.

Segue a programação das datas.

OUTUBRO ROSA FAÇA SEU EXAME!



EM COMEMORAÇÃO AO OUTUBRO ROSA CONVIDAMOS TODAS AS MULHERES A REALIZAREM O EXAME DE PAPANICOLAU, NAS UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE.

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS: Cartão do SUS e CPF.	NA ZONA RURAL SERÃO REALIZADOS DIA:
Dia 05/10/2019 - ESF Novo Horizonte - ESF Central - ESF Morada Nova	05/10/2019 - Sonho Azul
Dia 26/10/2019 - ESF Divinéia	19/10/2019 - Antinha 26/10/2019 - Engenho Velho

HORÁRIO DE 8H ÀS 16H

DIGA SIM À VIDA!
TODOS JUNTOS NA LUTA CONTRA O CÂNCER DO COLO DE ÚTERO!!!




O câncer de mama tem cura!

DECLARE SEU AMOR POR VOCE E FAÇA O AUTOEXAME.

Cofen Coren #OUTUBROROSA



CAMPANHA DE PREVENÇÃO DO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO

PATRÍCIA THOMAZINI

ENFERMEIRA COORDENADORA DE
VIGILÂNCIA EM SAÚDE

Para maiores informações procure a Vigilância em Saúde
Rua Josina Laurentina de Oliveira, 230 Divinéia - Perdizes/MG
Fone (34) 3663-1258 - nuvepe@netperdizes.com.br