



CONSCIENTIZAÇÃO MOBILIZAÇÃO

salvam
vidas.



vidas

salvam

ações

Para mais informações, acesse:

www.conscientizarmais.com.br

O DIAGNÓSTICO PRECOCE FAZ A DIFERENÇA!

VÁ AO MÉDICO REGULARMENTE E, EM CASO DE SUSPEITA, CONTE COM O HOSPITAL ERASTO GAERTNER E SEU TIME DE ESPECIALISTAS.

Paciente SUS:

Procure a Unidade Básica de Saúde mais próxima da sua residência.

Paciente Convênio:

Agende a sua consulta ou exame no Hospital Erasto Gaertner.

CONSULTAS:
(41) 3361-5035
(41) 98742-6199

EXAMES:
(41) 3361-5045
(41) 98772-9124

Realização
 ERASTO GAERTNER

Patrocínio
Sistema Fiep  **SESI**

 **Copacol**
 **UNICURITIBA**
CENTRO UNIVERSITÁRIO CURITIBA

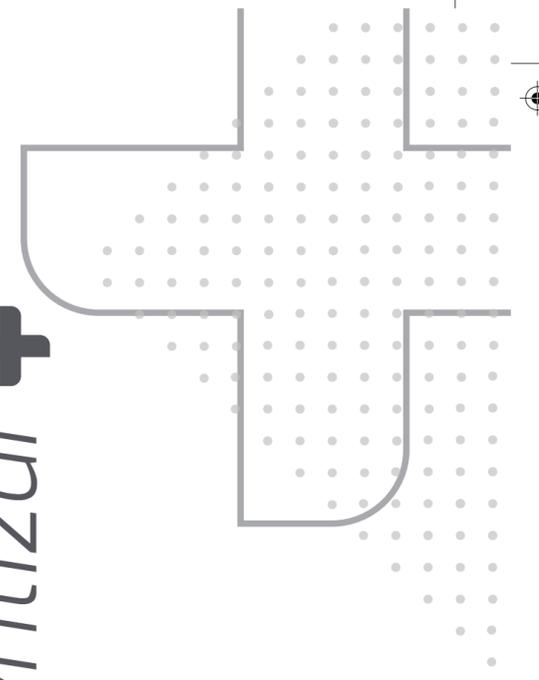
 **Nossa Saúde**
 **FoBras**
criada em 1952

Apoio
 **REDE FEMININA**
DE COMBATE AO CÂNCER
 **ESPECIALISTAS DA ALEGRIA**



Conscientizar+

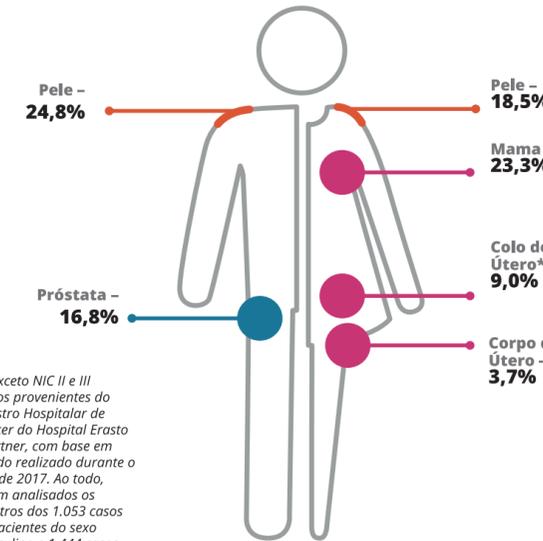
/Mobilização
/Engajamento
/Responsabilidade social
/Saúde
/Bem-estar



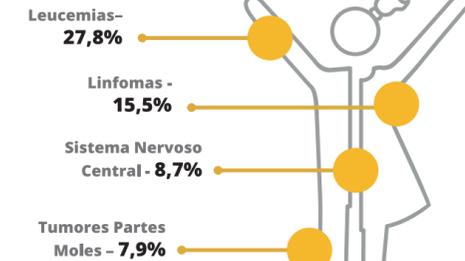
Conscientizar

O projeto

O Projeto Conscientizar + tem como principal objetivo **mobilizar a sociedade** para causas que envolvem responsabilidade social e saúde, engajando-a em projetos e ações que promovam o bem-estar coletivo. O Hospital Erasto Gaertner, referência em Oncologia no sul do país, manterá o foco de suas ações no **diagnóstico precoce dos principais tipos de câncer** com maior incidência na população.



(*) Exceto NIC II e III. Dados provenientes do Registro Hospitalar de Câncer do Hospital Erasto Gaertner, com base em estudo realizado durante o ano de 2017. Ao todo, foram analisados os registros das 1.053 casos de pacientes do sexo masculino e 1.444 casos de pacientes do sexo feminino.



Classificação realizada de acordo com a International Classification of Childhood Cancer (ICCC), para ser usado com a terceira edição da Classificação Internacional de Doenças para Oncologia (CID-O). Os dados são provenientes do Registro Hospitalar de Câncer do Hospital Erasto Gaertner, com base em estudo realizado entre 2013 e 2017. Ao todo, foram analisados os registros de 504 casos em crianças e adolescentes.

ESTUDO DE SOBREVIDA
Nos quadros abaixo, pode-se observar o percentual de pacientes que, após cinco anos do término do tratamento, foram curados do câncer no Hospital Erasto Gaertner. Este percentual de sobrevivência é diretamente proporcional ao estágio do câncer no momento do diagnóstico (registrado ao dar entrada na instituição).

ESTÁGIO DA DOENÇA	CASOS	2010 A 2013
I	556	88,8%
II	831	79,4%
III	841	59,4%
IV	474	32,7%

O DIAGNÓSTICO PRECOZE É FUNDAMENTAL PARA AUMENTAR AS CHANCES DE CURA



A campanha Setembro Dourado existe para conscientizar a sociedade sobre a **importância do diagnóstico precoce do câncer em crianças e adolescentes**. Falar sobre o câncer infantojuvenil é, sobretudo, falar sobre o tempo, já que ele desenvolve-se rapidamente e os sintomas muitas vezes assemelham-se aos das doenças comuns da infância.

QUANTO MAIS CEDO É DESCOBERTO, MAIORES SÃO AS CHANCES DE CURA.

FIQUE ATENTO aos sinais, principalmente quando não cessam em poucas semanas:

- Palidez, dor nas juntas, febre persistente, emagrecimento e fraqueza.
- Sangramentos em geral, especialmente nas gengivas.
- Pupila branca (sinal do olho do gato).
- Caroços, tumores, inguas, bola ou aumento de volume na barriga ou em músculos.
- Vômitos súbitos, sem náuseas, acompanhados de dor de cabeça, perda de equilíbrio e transtorno da visão.

DICA importante!

Aproveite o momento do banho para **apalpar suavemente a barriga e as regiões das inguas** (virilha e axilas).

CÂNCER DE MAMA

- Comer alimentos que contêm vitamina A e reduzir o consumo de gorduras, tentando manter seu peso normal;
- Evitar primeira gestação após os 30 anos;
- Tomar hormônios apenas com indicação e acompanhamento médico;
- Realizar autoexame mensal e exame médico periódico (anual) conforme indicação médica;
- Não fumar e não ingerir álcool.

AUTOEXAME das mamas / O que devo procurar?

- Diante do espelho, com os braços levantados, **verifique a uniformidade da pele**, certificando-se da ausência de inchaço, mudanças na coloração, calombos ou qualquer outra alteração.
- Com o braço atrás da cabeça, toque com as pontas dos dedos o seio, as axilas e os mamilos. Verifique a **ocorrência de dor em algum local, de nódulos, de caroços** ou de **líquidos** que saiam dos mamilos.
- Deitada em sua cama**, com o braço atrás da cabeça, toque os seios, as axilas e os mamilos com as pontas dos dedos.
- Os seios devem ser examinados em **todas as direções**.



CÂNCER DE COLO DE ÚTERO

- Fazer o exame preventivo ginecológico uma vez ao ano e realizar higiene íntima diária;
- Educação sexual;
- Retardar o início da atividade sexual e evitar grande número de parceiros;
- Prevenir doenças sexualmente transmissíveis e tomar a vacina do HPV;
- Não fumar e não ingerir álcool.

FOCO NO diagnóstico precoce!



O câncer de próstata é **um dos mais frequentes no homem**, manifestando-se principalmente após os 50 anos. O câncer de próstata progride lentamente e, **geralmente, causa sintomas apenas quando a doença já está avançada**. Assim como em outros tipos de câncer, há vantagem no diagnóstico precoce pois as chances de cura aumentam.

- Realizar os **exames de rastreamento** (toque retal e coleta de PSA - antígeno prostático específico em exame de sangue) por volta dos 50 anos, e aos 45 anos, se existirem fatores de risco associados. **Repetir os exames a cada um ou dois anos;**
- Um resultado de exame de PSA normal não significa ausência de câncer. O toque retal é de **extrema importância** para um diagnóstico preciso;
- Existem outras causas para elevação do PSA, como inflamações e infecções da próstata;
- É importante **evitar** nos dois dias que antecedem a coleta de sangue para dosagem de PSA: andar a cavalo, de moto ou bicicleta, manter relações sexuais, ser submetido ao exame de toque retal e estar em tratamento para infecção urinária.

CÂNCER DE PÊNIS

Pode ser **evitado através da limpeza apropriada do órgão**, com água e sabão. A higiene inadequada é uma das maiores causas da doença.

DICA importante!

Para prevenir o câncer de pênis, **realize a higiene diária** com água e sabão e sempre após as relações sexuais. Lembre-se de que **é normal existir uma pequena diferença** de tamanho e de altura entre um testículo e outro.

CÂNCER DE TESTÍCULO

É o tumor maligno mais comum em homens entre 20 e 40 anos. Fique atento a possíveis **nódulos endurecidos nos testículos** e **realize o autoexame após o banho**: palpe cuidadosamente cada testículo. Rode suavemente os testículos entre os dedos polegar e indicador, em busca de nódulos sólidos, mudança de tamanho ou dor excessiva.



Dezembro Laranja é o mês dedicado à prevenção do câncer de pele, que é **o tipo mais frequente entre a população brasileira** e também no mundo todo. **Começa a ser desenvolvido a partir da infância e adolescência**, ocorre

por ação da radiação ultravioleta dos raios solares e manifesta-se geralmente em jovens e idosos. Pessoas de pele e olhos claros ou que se expõem ao sol com frequência correm mais risco de desenvolver a doença.

FOCO NA PREVENÇÃO!

- Evitar exposição excessiva** ao sol, principalmente das 10h às 16h;
- Usar protetor solar** (mínimo fator 15) e aplicar novamente a cada duas horas;
- Proteja-se** com chapéu ou boné, roupas claras e folgadas;
- Fazer autoexame** regular da pele;
- Manter alimentação saudável** e rica em vitaminas.

FAÇA O autoexame na pele.

Em um local bem iluminado, de frente para o espelho, procure em todo o corpo:

- Pintas, verrugas (de nascença ou não), manchas e crostas;
- Fique alerta às modificações de espessura, superfície, cor, tamanho, coceira ou sangramento;
- Especial atenção às pintas e verrugas negras.

DICA importante!

Os bronzeadores sem filtro solar deixam a pele mais sensível aos raios UV e **sentar-se à sombra não garante total proteção**. Também é muito importante usar bloqueador solar nas crianças, ensinando-as a se protegerem do sol.