



**Prefeitura Municipal da Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
Estado de São Paulo

**Resposta do Executivo 263/2023**

OFÍCIO Nº 0735/2023-GAP

Protocolo 37326 Envio em 27/10/2023 11:02:20

Paraguaçu Paulista-SP, 26 de outubro de 2023.

A Sua Excelência o Senhor  
Paulo Roberto Pereira  
Presidente da Câmara Municipal  
Rua Guerino Mateus, 205, Jardim Paulista  
19703-060 Paraguaçu Paulista-SP

**Assunto: Requerimento nº 276/2023-SO, de autoria da Vereadora Graciane da Costa Oliveira Cruz.**

Senhor Presidente:

Em atenção ao requerimento supracitado, que solicita informações sobre as ações voltadas ao Outubro Rosa no município, em relação aos questionamentos 1, 2, 3, 4, 5 e 6, segue em anexo o Memorando nº. 762/2023, com informações do Departamento Municipal de Saúde, gestor da política pública em questão.

Certos da atenção de Vossa Excelência, apresentamos nossos protestos de alta estima e distinta consideração.

Atenciosamente.

**ANTONIO TAKASHI SASADA (ANTIAN)**  
Prefeito

ATS/ETNN/sasp  
OF





**Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Departamento de Saúde**  
*Estado de São Paulo*

**Memorando 762/2023**

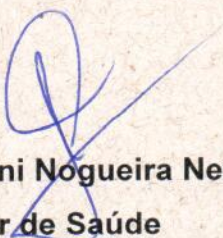
Paraguaçu Paulista, 23 de outubro de 2023.

**Ao Exmo.Sr.**  
**Antônio Takashi Sasada**  
Prefeito Municipal

Assunto: **Resposta ao Requerimento 276/2023**

Excelentíssimo Senhor

Segue anexo as respostas das Coordenadoras das Unidades de saúde sobre o  
Requerimento de Sessão 276/2023 da Vereadora Graciane de Madureira.

  
**Egydio Tonini Nogueira Neto**  
Diretor de Saúde

**ETNN/Dprs**  
**MI**





**Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Departamento de Saúde**  
**Estado de São Paulo**

**Requerimento de Sessão 276/2023**

Estância Turística de Paraguaçu Paulista, 20 de Outubro de 2023

**De: ESF BFI**

**Para: Diretor do Departamento de saúde**  
**Ilmo. sr. Egydio Tonini Nogueira Neto**

**Resposta ao Requerimento de Sessão 276/2023**

As seguintes respostas seguem a ordem dos questionamento do Requerimento.

1) Sim

2) Na ESF Barra Funda 1, oferecemos coleta de papanicolau 3 vezes na semana ou livre demanda conforme necessidade da paciente e mamografia diariamente. Os ACS fazem a convocação de mulheres com exames de papanicolau atrasado. Realizaremos um grupo como dia D do Outubro Rosa no dia 24/10/2023 as 14:00 hrs.

3) Realizaremos um grupo com mulheres no dia 24/10/2023 às 14:00 hrs, com oferta de papanicolau e mamografia.

4) Até a data de 20/10/2023 foram coletados 169 Preventivos.

Jan:15; Fev:13; Mar:13; Abril:16; Maio: 24; Junho:17; Julho: 13; Agosto: 30; Set: 20; Out: 8. Mamografia não temos a quantidade exata pois é um exame solicitado pela médica e enfermeira e encaminhado á UAM.

5) O ano todo são oferecidos mamografia quando se tem indicação do exame e preventivo é oferecido por todos os funcionários e feito convocação pelos ACS dos que se encontram em atraso.

6) Esse ano até o momento tivemos 2 casos de preventivos com alteração no resultado. Ambos foram encaminhados para UAM já com agendamento feito pela unidade para continuidade no tratamento com Ginecologista.

Atenciosamente,

Ana Claudia Constantino Farias de Novaes  
Enfermeira Coren 390.190

ESF-BARRA FUNDA | RUI OSCAR BRESSANE S/N  
TEL:3361-9627





**Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Departamento de Saúde**  
**Estado de São Paulo**

**MEMORANDO 07/2023**

**A/C Departamento de Saúde**

Paraguaçu Paulista, 23 de Outubro de 2023

Venho por meio deste responder ao Requerimento 276/2023 da Vereadora Graciane a este Departamento de Saude, as seguintes informações:

1- O Departamento de Saude representado pelas Unidades de Saude todo ano realiza ações voltadas ao Outubro Rosa.

2- Foram realizadas neste mês de Outubro em 10/10/23 coleta no Onibus, e nesta unidade ESF BFII ofertamos coleta de Papanicolau e Mamografia todos os dias com horario flexivel, conforme as necessidades das pacientes, os ACS fazem busca ativa as mulheres faltosas, assim como em Sala de Espera são realizados falas de prevenção e convocação para as mulheres que vão passar em consulta médica.

3- Nesta unidade BFII realizamos no dia 20/10/23 às 14:00 hrs o grupo referente ao Outubro Rosa, onde foi realizado Coleta de Papanicolau e Solicitação de Mamografia, Orientações quanto a Prevenção de Câncer de Mama, assim como foi servido um lanche para todas as mulheres presentes. Sera realizado por esta unidade uma Palestra sobre Prevenção de Câncer de Mama no dia 28/10/23 às 20:00 hrs na Igreja Batista da Familia de Paraguaçu Paulista -SP

4- Foram realizados ate a presente data 23/10/23 o total de 187 coletas de Papanicolau, embora um numero bem acima deste foram agendados, mas muitas mulheres faltam e outras são muitas resistentes a realizar o exame. Quanto a quantidade de Mamografia não posso precisar, devido ser solicitada pelo médico e tambem enfermeira e muitas são solicitadas pela Unidade da Mulher.

5- Seguimos o ano todo o protocolo estabelecido pelo Ministério da Saúde para realização do exame papanicolau.

A recomendação é a realização do exame Papanicolau em mulheres de 25 a 64 anos que já tiveram ou tem atividade sexual, a cada 3 anos, após dois exames anuais negativos.

O Agentes de Saude em visita domiciliar fazem busca ativa e convocação de mulheres faltosas.

6- Neste ano não tive caso de Preventivos alterados para câncer de colo de Utero, e quando tem alteração todos são encaminhados para Unidade da Mulher para consulta com Ginecologista.

Atenciosamente:

ENF: DAMARES GUIMARAES DOARTE  
COREN: 523317





# *Estância Turística de Paraguaçu Paulista*

## *Departamento de Saúde*

*Estado de São Paulo*

**Paraguaçu Paulista, 19 de OUTUBRO de 2023**

**MEMORANDO INTERNO 02/2023**

**De ESF V Antonio Pertinhez**

Rua José Ricardo Pelizer nº40

**A/C Departamento de Saúde**

1-Sim

2-Na ESF V Antônio Pertinhez, oferecemos coleta de papanicolau e oferta de mamografia diariamente em horários flexíveis conforme a necessidade da paciente os ACS fazem convocação de mulher com exame de papanicolau atrasado Realizaremos um grupo com mulheres no dia 27/10/23 as 9:00.

3-Realizaremos um grupo com mulheres no dia 27/10/23 as 9:00.

4-Ate a data de 19/10/23 foram coletados 224 preventivos.

Jan:23, fev:06, mar:34, abril:38, junho:17, julho:10, agosto:21, set:22, out:23  
Mamografia não temos a quantidade correta pois e solicitado pela médica e enfermeira e não temos controle de quantidade desse exame .

5-O ano todo são oferecidos mamografia quando se tem indicação do exame e preventivo é oferecido por todos os funcionários e feito convocações pelos ACS dos atrasados.

6-Esse ano não tive nenhum caso de preventivo alterado para câncer de colo de útero e quando tem alguma alteração são todos encaminhado para atendimento médico.

Thaise Ramos Vieira.





**Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Departamento de Saúde**  
**Estado de São Paulo**

**Memorando interno nº 02/2023**

**Paraguaçu Paulista, 23 de Outubro de 2023.**

Em resposta ao Requerimento 276/2023 de autoria da Vereadora Graciane, encaminhado pelo Departamento de Saúde:

1- Sim

2- Na ESF Vila Nova VI, aumentamos a oferta de exame preventivo (papanicolau) e guia para exame de mamografia neste mês de outubro. Ambos estão sendo realizado diariamente, em horários flexíveis. Além da convocação de mulheres com exames de preventivo em atraso realizado pelos ACS.

3- Realizaremos um grupo de mulheres no dia 27/10/23 as 14hs.

4- Até a data de 20/10/2023 foram realizados 160 preventivos.

Janeiro: 11; Fevereiro: 15; Março: 15; Abril: 15; Maio: 20; Junho: 14; Julho: 18; Agosto: 22; Setembro: 12; Outubro: 18.

Mamografia não temos a quantidade correta, por é solicitado tanto pela médica, quanto pela enfermeira.

5- Durante todo o ano são oferecidos mamografias quando se tem indicação do exame, e exame de preventivo para toda as mulheres. Além da convocação realizada pelos ACS no dia a dia, durante as Visitas domiciliares.

6- Esse ano não tivemos em nossa unidade nenhum caso de preventivo alterado para cancer de colo de utero, e quando tem algum exame com alteração são todos encaminhados para atendimento medico.

Atenciosamente,

**Kelly Pacheco Leme Ribeiro**  
**Enfermeira Administrativa**  
**Vila Nova 6**  
**COREN: 458281**

**ESF Vila Nova VI**  
**Rua Francisco da Ruz Cambraia, 520 - Vila Nova - Paraguaçu Paulista - SP**  
**Cep: 19.703 - 188 Fone/Fax: (18) 3361 - 9631 - e-mail: vilanova6@eparaguacu.sp.gov.br**





**Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Departamento de Saúde**  
**Estado de São Paulo**

**Memorando interno nº05/2023**

**A/C: Dpto Saúde**

Paraguaçu Paulista, 19 de outubro de 2023

Venho através deste, conforme solicitado em Requerimento de Sessão 276/2023 informar que:

As ações do Outubro Rosa é realizada em parceria com outros profissionais e outros locais pertencentes ao território de abrangência. Ficando assim definido este ano de 2023, no dia 20/10 realizaremos no CRÁS. Convidando a população para participar. Além das mulheres que já frequentam as atividades que eles realizam, os ACS convidam as mulheres possuem mais resistência a comparecerem à Unidade regularmente.

E será realizado no dia 27/10 em parceria com a empresa Louis Dreyfus uma palestra com as funcionárias locais.

Ressaltando que esta parceria com outros setores sempre existiu e como o trabalho é contínuo o Outubro Rosa serve apenas para salientar o que realizamos durante todo o ano tentando conscientizar a população da importância do exame. Isso é feito nas visitas domiciliares dos ACS, sala de recepção durante as consultas, nos atendimentos médicos e da enfermagem. Oferecemos coleta de papanicolau e oferta de mamografia (quando se tem indicação do exame) o ano todo diariamente em horários flexíveis, conforme a necessidade da paciente ambos exames são ofertados e orientados por todos os funcionários. Não existe número exato de coletas mensal dos preventivos, pois DE ACORDO COM PROTOCOLO DO MINISTÉRIO DA SAÚDE: Após dois exames negativos com intervalos anuais, o **exame deverá ser feito a cada 3 anos**. Mulheres com mais de 64 anos e que nunca realizaram o exame citopatológico: realizar dois exames com intervalo de um a três anos. Se ambos forem negativos, essas mulheres podem ser dispensadas de exames adicionais. Com isso realizamos busca ativa de acordo com a necessidade individual de cada paciente, os ACS fazem convocação de mulher com exame de papanicolau atrasado rotineiramente.

Até a data de 19/10/23 foram coletados 223 preventivos.

-JANEIRO:15,FEVEREIRO:11,MARÇO:21,ABRIL:15,MAIO:28,JUNHO:32,  
JULHO:24,AGOSTO:28,SETEMBRO:29,OUTUBRO:20

Esse ano não tive nenhum caso de preventivo alterado para câncer de colo de útero e quando tem alguma alteração são todos encaminhados para atendimento médico.

Na oportunidade elevo os votos de estima e consideração.

Atenciosamente,

Verena Katriana de Nóbrega  
Enfermeira  
COREN/SP: 199960





**Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Departamento Municipal de**

**Memorando Interno nº 008/2023**

Paraguaçu Paulista, 19 de outubro de 2023

**Ilmo Sra**  
**Deise Preira Ramalho**  
**Coordenação Atenção Básica**

Assunto : Informações quanto ações Outubro Rosa

Conforme solicitado por este departamento, informamos que nossas ações voltadas ao Outubro Rosa está programada para dia 24/10/2023. Mensalmente são ofertadas uma média de 15 vagas semanais para preventivo, no entanto devido faltas, são coletados uma média de 20/mês, mamografias são solicitadas a todo público acima de 40 anos, ou 35 anos com histórico familiar. As orientações do auto exame são feitas nas consultas médicas e com enfermeira na rotina diária.

Sem mais para o momento e colocando-me à inteira disposição de Vossa Senhoria para esclarecimentos complementares e auxílio no que for preciso .

**Thatiana Renata Z. Guerino**  
Enfermeira UESF VIII  
Jardim das Oliveiras





# **Estância Turística de Paraguaçu Paulista**

## **Departamento de Saúde**

Estância Turística de Paraguaçu Paulista, 19 de novembro de 2023

Sr. Egydio Tonini Nogueira Neto

Diretor de Saude

**Resposta ao Memoriando 276/2023**

1. Sim

2. Na ESF IX Conceição de Monte Alegre é ofertado e realizado coleta de exame Prevenção ao Colo Utero (PCCU) e solicitação de Mamografia diariamente e agendamento, em horários flexíveis conforme a disponibilidade da paciente. Também solicitados as ACS para convocação das pacientes faltosas ( exames em atrasos).

3. Realizaremos grupo de paciente no dia 27/10/23 as 09:00 para orientações e coleta de exames PCCU e solicitação de mamografia.

4. Em relação ao exame papanicolau ate momento foi realizado 40 exames, sendo: jan: 0, fev. 04, março: 11, abril: 03, maio: 05, junho: 05, julho: 01, agosto: 05, setembro: 03, outubro: 03. Já mamografia pouca quantidade, sem quantidade exata, pois é solicitada pela enfermeira e médica.

5. Este trabalho de incentivo e informação sobre a importância da realização dos exames é realizado anualmente, oferecido nas consultas, sala de espera, rodas de conversas, pré consultas, em visitas domiciliares. Mamografia de acordo com a necessidade e avaliação médica ou enfermagem. .

6. Em nossa unidade ate o momento, não tivemos casos de resultado de preventivos alterados para câncer de colo de útero. Porem quando ha alguma alteração no exame ( infecção) é avaliada pela médica da unidade ou encaminhada para atendimento especializado \_ Unidade da Mulher.

Atenciosamente

Larissa Rosa Gonçalves Pilan

Enf 144255 - ESF IX Conceição de Monte Alegre.





**Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Departamento de Saúde**  
*Estado de São Paulo*

**Memorando Nº 04 /2023**

Estância Turística de Paraguaçu Paulista, 19 de Outubro de 2023

**A Coordenação APS**

**Deise Ramalho**

**Departamento de Saúde de Paraguaçu Paulista - SP**

Em resposta ao Requerimento de Sessão 276/2023, subscrevo abaixo.

1) e 2) Todos anos é realizado um intensivo na busca de diagnóstico precoce do câncer de colo uterino e em mamas com exames de Papanicolaou, Mamografia, Exames bioquímicos dependendo da queixa da paciente.

3) Unidade de Saúde Sapezal

4) Foram realizados no período de 3 anos conforme preconização do MS (Ministério da Saúde) o intervalo máximo a depender do diagnóstico do exame (10/2021 a 10/2023 até essa data) 40 coletas de PPCU e 21 exames de Mamografia. Tivemos 2 pacientes com alterações importantes e que já se encontram em monitoramento em serviço especializado.

5) Semanalmente é postado banners digital em grupo do whatzap da Unidade de Saúde onde abrange inúmeros assuntos relacionados a saúde feminina bem como outros grupos da comunidade; em acolhimentos da enfermagem são realizados abordagens de prevenção com a saúde humana, incentivando sempre práticas de mudanças de hábitos com intuito na longevidade saudável, no intuito de melhora na qualidade de vida, redução no uso de medicações e tratamentos de médio e alta complexidade.

*"O significado que você escolhe dar a sua vida, determina a qualidade dela"*

Sendo só para o momento, colocamo-nos a disposição para quaisquer esclarecimentos.

Atenciosamente,

\_\_\_\_\_  
Cátia C. A. Leite Lourencetti  
COREN 84191  
Enfª ESF Sapezal





**Prefeitura Municipal da Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Estado de São Paulo**

**Memorando nº 76/2023**

Em resposta ao requerimento de sessão 276/2023, A pedido da Vereadora Graciane da Costa. Segue informações.

**1-) Foram realizadas ações pelo Departamento Municipal de Saúde, voltadas ao Outubro Rosa no município?**

Sim

**2-) Em caso de resposta afirmativa ao item "1" quais foram as ações realizadas?**

Ubs Popular agendou os pacientes de sua area para realizar preventivo papanicolau na UAM, no onibus dia 10/10/2023.

E na Unidade Popular durante os mês de outubro estamos realizando exame preventivo papanicolau e entrega de pedido de exame mamografia.

**3-) Quais unidades realizaram as ações? Descrever as unidades e quais ações foram/serão realizadas.**

Ubs Popular agendou os pacientes de sua area para realizar preventivo papanicolau na UAM, no onibus dia 10/10/2023.

E na Unidade Popular durante os mês de outubro estamos realizando exame preventivo papanicolau e entrega de pedido de exame mamografia.

**4-) Quantos exames de mamografia e papanicolau foram realizados do início do ano e do início do mês de outubro até a presente dada? Discriminar a quantidade mês a mês.**

Não se aplica na UBS popular, os exames são realizados na UAM.

**5-) Como é realizado esse trabalho de incentivo e informações sobre a importância da realização dos exames de rotina, não somente no mês de outubro?**

São feito busca ativa nos pacientes publico alvo pelos ACS, com orientação para agendamento de exames para ser realizados nos pacientes de nosso territorio.





**Prefeitura Municipal da Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Estado de São Paulo**

São liberados exames de mamografia por demanda espontânea na unidade, sob a orientação de enfermeiras, e a pedido médico na Unidade popular.

São ofertados exames de preventivo papanicolau de rotina durante todo ano.

**6-) Quantas mulheres em nosso município foram diagnosticadas com esses tipos de câncer (câncer de mama e do colo do útero)? Discriminar cada tipo.**  
Não tenho essa informação (UBS Popular)

Sem mais, ficamos a disposição.

Paraguaçu Paulista, 18 de Outubro de 2023.

  
**Mariza Moreira**  
Enfermeira  
Coren/SP: 231.082  
Mariza Moreira  
Enfermeira  
UBS Popular





**Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Departamento de Saúde**  
Estado de São Paulo

**Memorando Interno 01/2023**

**De: Unidade da Mulher**

**Para: Departamento Municipal de Saúde**

Paraguaçu Paulista, 20 de outubro de 2023.

Em resposta ao Requerimento 276/2023 solicitando informações sobre as ações voltadas ao Outubro Rosa no município:

- 1- Sim,
- 2- Na Unidade da Mulher teve a participação do **Ônibus Volante de Coleta de Preventivo**, e oferta de agendamento de mamografia para todas as mulheres que compareceram na Unidade;
- 3- Unidade da Mulher Ônibus coleta de preventivo e agendamentos de mamografia;
- 4- Foram realizados 210 preventivos de janeiro a outubro de 2023 e 54 coletas de mulheres só no dia 10/10/23 no ônibus do preventivo, também teste rápido para Sífilis e HIV realizado em parceria com a equipe do SAE. Tivemos 1051 mamografias realizadas de janeiro a outubro de 2023, de 01/10/23 a 19/10/23 foram realizadas 92 mamografias e temos ainda agendamentos para ocorrer até o final do mês de outubro. No ano passado no mesmo período foram realizadas 996 de janeiro a outubro de 2022, sendo 55 a mais disponibilizados neste ano. Ofertamos horário estendido para que as unidades pudessem agendar mas não tivemos demanda, pois todas as Unidades de saúde já realizam diariamente os agendamentos de mamografia para as pacientes que passam por elas, e na Unidade da mulher também já realizamos o agendamento na hora que a paciente passa por consulta com médico ou enfermeira, sem contar as que são mulheres acima de 50 anos que já podem solicitar na recepção sem nenhuma dificuldade apenas trazer os documentos pessoais;
- 5- Na Unidade da Mulher o ano todo é voltado para atendimento e acolhimento de mulheres que pertençam à área central e zona rural que necessitam realizar

Unidade de Atendimento da Mulher – CNES 3321347  
Rua Barão do Rio Branco, 350, Centro – Paraguaçu Paulista/SP  
Fone: (18) 3361 9611 Email: uam@eparaguacu.sp.gov.br





**Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Departamento de Saúde**  
Estado de São Paulo

seus exames de preventivo, e realiza mamografia das pacientes de todas as Unidade de Saúde do Município; não somente em outubro, o mês de Outubro foi escolhido para reforçar e conscientizar as mulheres sobre a importância da prevenção, para isso temos a **Campanha OUTUBRO ROSA** em todo país.

- 6- Não temos como dar esta informação, pois nosso serviço consiste em consulta de ginecologia e mastologia, onde os médicos fazem encaminhamento para investigar casos oncológicos, onde o agendamento é realizado pela Regulação do Departamento de Saúde.

Sem mais, e estamos à disposição para esclarecimentos que se fizerem necessários.

Deize Soares de Oliveira  
Enfer. Responsável pela Unidade da Mulher

Deize Soares de Oliveira  
Enfermeira  
COREN: 078.814





**Estância Turística de Paraguaçu Paulista**  
**Departamento de Saúde**  
**Estado de São Paulo**



**DE: FLÁVIA C. N. IMBRIANI – ENFERMEIRA DA ESF VILA NOVA 3**  
**PARA: GRACIANE DE MADUREIRA**

Paraguaçu Paulista, 20 de outubro de 2023.

Em resposta ao requerimento feito pela vereadora informo que:

Nesta Unidade durante todo o ano são realizadas ações de incentivo a prevenção de Câncer de mama e Câncer de colo uterino e detecção precoce, no entanto no mês de outubro as ações são intensificadas.

Esse ano elaboramos um impresso que fornece orientações quanto a prevenção de câncer e detecção precoce entregue a todas as pacientes (foto em anexo), além disso fizemos orientações em sala de espera (foto em anexo), e busca ativa pelos Agentes de Saúde nas casas em que a paciente está com a coleta em atraso. A unidade também elaborou um brinde entregue a todas as pacientes que realizaram coleta de preventivo neste mês de outubro.

A unidade procura sempre ofertar o exame durante o atendimento de diferentes profissionais e adequar a coleta ao horário mais propício para cada paciente.

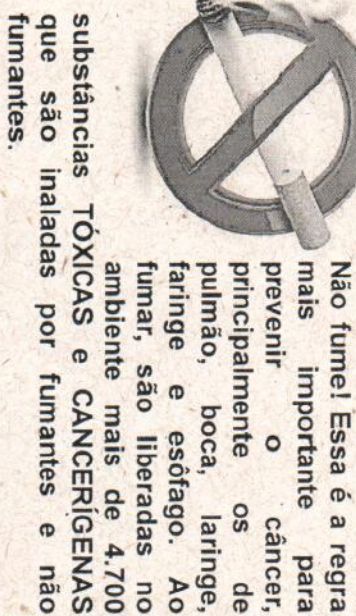
Em 2023 até o momento foram realizadas 218 coletas de citológico, sendo 29 em janeiro, 14 em fevereiro, 43 em março, 29 em abril, 19 em maio, 15 em junho, 9 em julho, 27 em agosto, 8 em setembro e 25 em outubro.

As mamografias são solicitadas pelo médico e pela enfermeira conforme avaliação de cada caso, segundo orientações do ministério da saúde.









linguiça, bacon,  
salame, mortadela,  
peito de peru  
defumado, pois não há  
limite seguro de  
ingestão.



**O ALEITAMENTO MATERNO,** considerada a 1ª mais completa em nutrientes. A amamentação exclusiva até os seis meses de vida **PROTEGE** as mães contra câncer de mama e as crianças contra a **OBESIDADE INFANTIL**.

**Pratique atividades físicas** como parte da rotina diária. A atividade física consiste na iniciativa de se movimentar, de acordo com a rotina de cada um. Você pode, por exemplo caminhar, andar de bicicleta, dançar, levar o cachorro para passear ou nadar.



Estar acima do peso aumenta as chances de uma pessoa desenvolver câncer. Por isso, é importante **CONTROLAR O PESO** por meio de uma boa alimentação e manter-se ativo.

As mulheres entre 25 e 64 anos devem fazer o EXAME PREVENTIVO GINECOLÓGICO regularmente. Tão importante quanto fazer o exame é saber o resultado e seguir as orientações médicas.

As mulheres com 40 anos ou mais devem se submeter ao EXAME DE SUAS MAMAS mensalmente no banho ou quando deitada (autoexame) e MAMOGRAFIA anualmente. Aquelas que estiverem entre 50 e 69 anos devem ainda realizar a mamografia regularmente (anualmente ou a cada dois anos,



Em caso de alterações suspeitas das mamas, a mulher precisa procurar um médico.

Evite ou limite a ingestão de bebidas alcoólicas. Seu consumo em qualquer quantidade, aumenta o risco de desenvolver câncer.



prolongada ao sol entre 10h e 16h, e use sempre proteção adequada, como chapéu, barraca e protetor solar, inclusive nos lábios. Se for inevitável a exposição ao sol durante a jornada de trabalho, use chapéu de aba larga, camisa de manga longa e calça comprida.

Fumo, bebidas alcoólicas, exposição prolongada ao sol, alimentação gordurosa e falta de higiene bucal também estão relacionados ao câncer de boca. Fique alerta a qualquer lesão na boca que não cicatrize por mais de 15 dias.

Alguns tipos de vírus, bactérias e parasitas associados a infecções crônicas estão presentes no processo desenvolvimento do câncer, com destaque para o papilomavírus humano (HPV).

A VACINAÇÃO CONTRA HPV (crianças de 9 a 14 anos) é uma estratégia de prevenção e além disso, o uso de preservativos pode contribuir muito na prevenção da infecção pelo HPV, associada ao câncer do colo do útero, pênis, ânus, orofaringe e boca.



**"PREVENIR, É MELHOR QUE REMEDIAR"**  
Já dizia o ditado



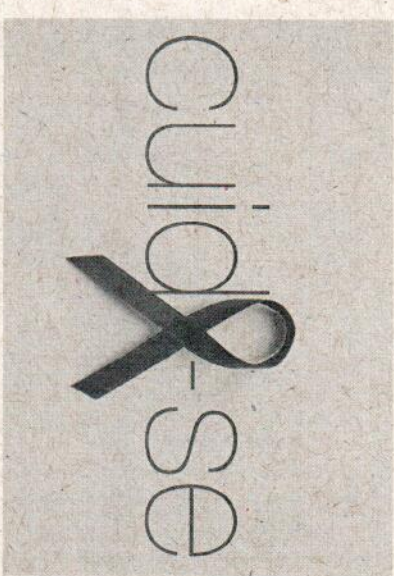


## ESF VILA NOVA 3

## Câncer, dá para prevenir?



**Saúde da Família**



**Mudar alguns hábitos  
já é cuidar e prevenir.  
Começar pode não ser  
fácil, mas qualquer  
mudança já traz  
benefícios!**

Fonte: [www.inca.gov.br](http://www.inca.gov.br)





