

O que eu preciso saber sobre o câncer de Pele?

- O câncer de pele é o tipo de câncer mais comum no Brasil.

Ele é dividido em dois tipos:

- **Melanoma:** é o **mais grave** e pode aparecer em qualquer parte do corpo, na pele ou mucosas, na forma de manchas, pintas ou sinais que não mudam;
- **Não melanoma:** **mais frequente e menos grave.** Ocorre principalmente nas áreas do corpo mais expostas ao sol na forma de manchas que coçam, ardem, descamam ou sangram e feridas que não cicatrizam.



Fique atento aos sinais de alerta!



Feridas na pele que não cicatrizam em 4 semanas;

Manchas que coçam, ardem, descamam ou sangram;

Lesão brilhante ou avermelhada na pele;

Mudança na textura da pele ou dor;

Manchas, pintas ou sinais que mudam de tamanho, forma ou cor.



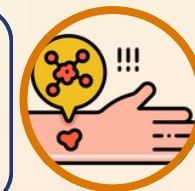
Quanto mais cedo é descoberto, mais fácil é tratar.

Quais são os principais fatores de risco?



Longos períodos expostos ao sol de forma repetida e sem proteção adequada, especialmente durante a infância e a adolescência;

Pessoas que apresentam muitas manchas ou pintas na pele.



Pessoas com histórico familiar ou pessoal de câncer de pele;

Pessoas de pele e olhos claros, de cabelos ruivos, loiros ou albinos;



Como prevenir?



Evitar exposição prolongada ao sol entre 10h e 16h;



Evitar exposição prolongada à luz artificial usando protetor solar mesmo em ambientes fechados;



Procurar lugares com sombra;



Quando no sol, usar roupas, bonés ou chapéus de abas largas, óculos escuros com proteção UV, sombrinhas e barracas;



Aplicar na pele, antes de se expor ao sol, protetor solar com fator de proteção 30, no mínimo;



Usar protetor solar próprio para os lábios.

Lembre-se!

50% do efeito do protetor solar diminui com o tempo, portanto, reaplique a cada 2h ou depois de entrar na água.

0 mês de dezembro é dedicado à conscientização e prevenção contra o câncer de pele.

Percebeu algo diferente na sua pele?

Procure o profissional de saúde mais próximo a você!



Dezembro
Laranja



FIQUE DE OLHO

CÂNCER DE PELE RELACIONADO AO TRABALHO

