

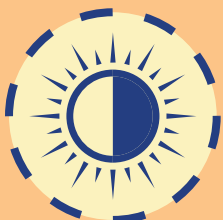
Como prevenir?



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



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



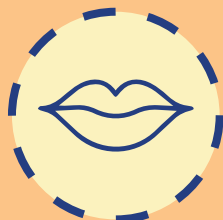
Procurar lugares com sombra.



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



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



Feridas na pele que não cicatrizam em 4 semanas.

Lembre-se!

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

Dezembro Laranja

O mês de dezembro é dedicado à conscientização e prevenção do câncer de pele.

Percebeu algo diferente na sua pele?

Procure uma unidade de saúde mais próxima de você!



GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Saúde



 **FIQUE ATENTO**

Câncer de pele relacionado ao trabalho



GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Saúde



O que 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 nas áreas do corpo mais expostas ao sol, principalmente, na forma de manchas que coçam, ardem, descamam ou sangram e feridas que não cicatrizam.



ATENÇÃO 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 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 com histórico familiar ou pessoal de câncer de pele.

Pessoas que apresentam muitas manchas ou pintas na pele.



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

