



## Dica de Saúde: DEZEMBRO LARANJA: PROTEJA-SE DO CÂNCER DE PELE!

O câncer de pele é um dos tumores mais frequentes no Brasil e, na maioria das vezes, atinge pessoas com mais de 40 anos de idade. O câncer de pele não melanoma é o mais comum e tem alta chance de cura, quando detectado e tratado precocemente.

A principal causa do câncer de pele é a exposição excessiva ao sol, por isso qualquer pessoa pode desenvolver.



### Os principais fatores de risco para o câncer de pele não melanoma são:

- Pele clara, com sardas, cabelos claros ou ruivos, olhos claros, albinos ou sensíveis à ação dos raios solares;
- Uso de medicamentos imunossupressores (reduzem o sistema imunológico);
- História pessoal ou familiar de câncer;
- Doenças cutâneas prévias, a exemplo de vitiligo;
- Trabalhadores sob exposição direta ao sol;
- Exposição prolongada e repetida ao sol;
- Exposição a câmeras de bronzeamento artificial.

### Por isso, a prevenção é fundamental e é sempre a melhor escolha para se proteger contra o câncer de pele! Veja algumas dicas que podem ser adotadas no seu dia a dia:



Fique atento quando as pintas, manchas ou outras lesões apresentarem alteração de aparência, coloração translúcida, avermelhada, castanha, rósea ou multicolorida, com crosta e que sangra facilmente, quando ocorrer mudança de cor, textura, irregularidade nas bordas e aumento de tamanho, bem como aquelas que crescem e apresentam coceira, crostas, ardência e sangramentos. Lembre-se de observar a palma das mãos, planta dos pés e couro cabeludo. Sempre que identificar alguma alteração na pele, pintas ou manchas, procure brevemente por um profissional de saúde, especialmente médicos ou enfermeiros.

### Equipe Multiprofissional da Atenção Integral à Saúde

**Fonte:**

BRASIL. Ministério da Saúde. **Câncer de pele: o que é, causas, sintomas, tratamento e prevenção.** Disponível em: [www.saude.gov.br/saude-de-a-z/cancer-de-pele](http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/cancer-de-pele). Acesso em: 19 nov. 2019. BRUNA, Maria Helena Varella. **Câncer de pele.** Disponível em: [www.drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/cancer-de-pele/](http://www.drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/cancer-de-pele/). Acesso em: 19 nov. 2019.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER. **Câncer de pele não melanoma.** Disponível em: [www.inca.gov.br/tipos-de-cancer/cancer-de-pele-nao-melanoma](http://www.inca.gov.br/tipos-de-cancer/cancer-de-pele-nao-melanoma). Acesso em: 19 nov. 2019.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLOGIA. **Câncer de pele.** Disponível em: [www.sbd.org.br/dermatologia/pele/doencas-e-problemas/cancer-da-pele/64/](http://www.sbd.org.br/dermatologia/pele/doencas-e-problemas/cancer-da-pele/64/). Acesso em: 19 nov. 2019.