

Saúde em dia  
**JOCATEC**

**DE  
ZEM  
BRO**

**LARANJA**

Mês de prevenção ao câncer de pele

CAUSA NÓS APOIAMOS  
ESSA



JOCATEC



O último mês do ano chegou com o objetivo de conscientizar e alertar a sociedade sobre o câncer de pele. O tema da campanha de 2022 da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) é “Não espere até sentir na pele.”



A mobilização pelo Dezembro Laranja começou em 2014, por iniciativa da SBD, inspirando-se no alcance que o Outubro Rosa e o Novembro Azul tiveram.

## Ah o verão!

Não podemos esquecer da proteção. A estação mais quente do ano pode ser uma vilã para a nossa saúde. Por isso, falar dos cuidados fundamentais com a pele é sinônimo de prevenção.

O sol produz os raios UVB (ultravioleta B) e UVA (ultravioleta A) que, embora invisíveis, penetram profundamente na pele humana e podem provocar alterações nas células.

No caso do raio UVA, ele chega até a camada mais profunda da pele, a derme. As suas ondas são capazes de ultrapassar as nuvens. Então, não se engane! Mesmo em dias nublados você está recebendo essa radiação. Já os raios UVB atingem a camada mais superficial da pele, causando queimaduras e vermelhidão.

O efeito cumulativo da exposição excessiva ao sol é um grande fator de risco para o câncer de pele.





# A pele é o maior órgão do corpo humano

A pele humana é uma estrutura formada por células que revestem nosso corpo e tem funções específicas como as sensoriais, a regulação térmica e a proteção e barreira contra agentes externos.

O câncer de pele é o crescimento anormal e descontrolado de células que compõem esse órgão devido, principalmente, à exposição excessiva ao sol sem a devida proteção.

Segundo o Instituto Nacional de Câncer (INCA), cerca de 185 mil novos casos da doença são registrados no país, anualmente. Este montante representa cerca de 30% dos tumores malignos descobertos no Brasil.

O câncer de pele é a neoplasia mais frequente no Brasil. E os tipos mais comuns são os carcinomas basocelulares e os espinocelulares (com maior frequência, mas menor gravidade), e os melanomas que são menos frequentes, no entanto mais graves por causa do risco de metástase.



# Atenção!



Existem alguns fatores de risco para o câncer de pele, como a exposição excessiva ao sol, o histórico da doença na família, ter pintas displásicas ou atípicas e fazer tratamento com medicamentos imunossupressores. Indivíduos que possuem pele e olhos claros também são mais propensos a desenvolverem a doença.

A prevenção requer cuidados simples e fáceis. Por isso, atenção aos que você não pode esquecer:

- Evitar exposição ao sol entre 10h e 16h.
- Usar proteção adequada, como roupas, bonés ou chapéus de abas largas, óculos escuros com proteção UV, sombrinhas e barracas.
- Aplicar na pele filtro solar com fator de proteção de, no mínimo, 30 antes de se expor ao sol. Lembre-se de reaplicá-lo a cada duas horas.
- Usar filtro solar próprio para os lábios. Em dias nublados, também é importante o uso de proteção.



Caso apareça algum sinal suspeito, manchas na pele que coçam, ardem, descamam ou sangram ou feridas que não cicatrizam em quatro semanas, a recomendação é procurar o médico o mais rápido possível.

**As chances de cura são de até 90% quando há o diagnóstico precoce.**



MÊS DE PREVENÇÃO AO  
CÂNCER DE PELE

DEZEMBRO  
LARANJA

NOS APOIAMOS



JOCATEC

