

DEZEMBRO

Laranja

Mês de prevenção ao
câncer de pele



2024

AUTORES

Ana Caroline Dos Santos Calandrini

Aline Vitória Sá de Souza

Thaynara Rodrigues Gomes

Vitória Eduarda Gonçalves Wariss

George Alberto da Silva Dias

Biatriz Araújo Cardoso Dias



Esta obra é disponibilizada nos termos da Licença Creative Commons - Atribuição - Não Comercial - Compartilhalgual

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP) **Sistema de Bibliotecas da UEPA / SIBIUEPA**

Dezembro Laranja: mês de prevenção ao câncer de pele / Ana Caroline Dos Santos Calandrini ...[et al.]. – Belém: UEPA, 2024. 10 p.: il.

Guia Rápido de Saúde elaborado por discentes e docentes da Universidade do Estado do Pará (UEPA) pertencentes ao grupo de pesquisa Saúde, Ambiente e Movimento na Amazônia (SAMOVA).

ISBN: 978-65-01-04541-2

1. Câncer de pele. 2. Conscientização. 3. Prevenção. I. Calandrini, Ana Caroline dos Santos *et al.* II. Universidade do Estado do Pará.

CDD 22.ed. 616.994052

Ficha Catalográfica elaborada por: Roselene Garcia Duarte Noguchi / CRB-2 1086

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS - A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizada desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do código penal

SUMÁRIO



APRESENTAÇÃO	04
CÂNCER DE PELE	05
TIPOS	06
SINTOMAS	07
FATORES DE RISCO E PREVENÇÃO	08
REFERÊNCIAS CONSULTADA	09

APRESENTAÇÃO

Bem-vindo ao Guia Rápido de Saúde dedicado ao Dezembro Laranja, que surgiu no Brasil a partir da campanha de prevenção ao câncer de pele promovida pela Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD).

A iniciativa tem como objetivo principal conscientizar a população sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce dessa doença.

A prevenção do câncer de pele é fundamental devido à sua alta incidência e aos riscos associados a essa patologia. A exposição excessiva e sem proteção aos raios ultravioletas (UV), é apontada como uma das principais causas desse tipo de câncer. Por isso, é necessário conscientizar a população sobre a importância do uso de protetor solar, roupas adequadas e evitar a exposição solar nos horários de maior intensidade.

Apesar dos esforços, ainda há diversas dificuldades no combate a essa doença. Dentre elas, pode-se citar a falta de informação sobre os riscos e prevenção do câncer de pele e a dificuldade no acesso à saúde. Além disso, o diagnóstico tardio é uma grande dificuldade, uma vez que muitos indivíduos só buscam auxílio médico quando a doença já se encontra em estágios avançados, dificultando seu tratamento.

A prevenção é a melhor forma de evitar a ocorrência do câncer de pele e garantir a saúde da pele a longo prazo.



CRESCIMENTO ANORMAL E
DESCONTROLADO DAS
CÉLULAS DA PELE



É O CÂNCER MAIS COMUM
ENTRE OS BRASILEIROS

CÂNCER DE PELE



TIPOS:

- CARCINOMAS BASOCELULARES
- CARCINOMAS ESPINOCELULARES

E

O MAIS PERIGOSO:

MELANOMA



Afinal, o sol não é bom
para a pele?

Sim, porém a exposição solar deve
ser realizada com MODERAÇÃO e
tomando os devidos cuidados



Por que a campanha
é em Dezembro?

Porque nesse período começa o
VERÃO em vários países do
hemisfério sul

TIPOS

CARCINOMA BASOCELULAR

- TIPO MAIS PREVALENTE
- FREQUENTE EM REGIÕES EXPOSTAS AO SOL (FACE, ORELHAS, PESCOÇO, COURO CABELUDO, OMBROS E COSTAS)
- BAIXA LETALIDADE
- PODE SER CURADO COM DETECÇÃO PRECOCE
- GERALMENE APRESENTA-SE COMO UMA PÁPULA VERMELHA, BRILHOSA, COM UMA CROSTA CENTRAL QUE PODE SANGRAR COM FACILIDADE



CARCINOMA ESPINOCELULAR

- PODE SE DESENVOLVER EM TODAS AS PARTES DO CORPO
- MAIS COMUM NAS ÁREAS EXPOSTAS (ORELHAS, ROSTO, COURO CABELUDO E PESCOÇO)
- TEM COLORAÇÃO VERMELHA E PODE PARECER COM UMA VERRUGA OU COM UMA FERIDA ESPESSA E DESCAMATIVA, QUE NÃO CICATRIZA

MELANOMA

- TIPO MENOS FREQUENTE
- MAIS ALTO ÍNDICE DE MORTALIDADE
- ALTAS CHANCES DE CURA, SE DETECTADO PRECOCEMENTE
- COSTUMA TER A APARÊNCIA DE UMA PINTA OU DE UM SINAL EM TONS ACASTANHADOS OU ENEGRECIDOS, QUE MUDAM DE COR, DE FORMATO OU DE TAMANHO.



SINTOMAS

O câncer da pele pode se assemelhar a pintas, eczemas (pele seca, vermelha e com coceira) ou outras lesões benignas.

Assim, conhecer bem a pele e saber em quais regiões existem pintas, faz toda a diferença na hora de detectar qualquer irregularidade.

Somente um exame clínico feito por um médico especializado ou uma biópsia podem diagnosticar o câncer da pele, mas é importante estar sempre atento aos seguintes sintomas:

- uma lesão na pele de aparência elevada e brilhante, translúcida, avermelhada, castanha, rósea ou multicolorida, com crosta central e que sangra facilmente;
- uma pinta preta ou castanha que muda sua cor, textura, torna-se irregular nas bordas e cresce de tamanho;
- uma mancha ou ferida que não cicatriza, que continua a crescer apresentando coceira, crostas, erosões ou sangramento.

FATORES DE RISCO

- Histórico familiar
- Pessoas de pele e olhos claros e com cabelos ruivos ou loiros;
- Pessoas que trabalham frequentemente expostas ao sol sem proteção adequada
- Exposição prolongada e repetida ao sol na infância e adolescência

PREVENÇÃO

- Evite exposição prolongada ao sol entre 10h e 16h;
- Use sempre proteção adequada, como bonés ou chapéus de abas largas, óculos escuros, barraca e filtro solar com fator mínimo de proteção 15. Usar filtro solar apenas uma vez durante todo o dia não protege por longos períodos. É necessário reaplicá-lo a cada duas horas, durante a exposição solar. Mesmo filtros solares “à prova d’água” devem ser reaplicados.
- Não faça uso de câmaras de bronzeamento

Em atividades ao ar livre:

- Não deixe de usar: chapéus de abas largas, camisas de manga longa e calça comprida;
- Se puder, use óculos escuros e protetor solar;
- Procure lugares com sombra;
- Sempre que possível evite trabalhar nas horas mais quentes do dia.

REFERÊNCIAS CONSULTADAS

Brasil. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. Dezembro Laranja: campanha reforça cuidados contra o câncer de pele. Brasília: Ministério da Saúde, 2023.

Brasil. Ministério da Saúde. **Dezembro Laranja: prevenção e detecção precoce do câncer de pele.** Brasília: Ministério da Saúde, 2022.

Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD). **Dezembro Laranja**, 2023
Disponível em: <https://www.sbd.org.br/dezembrolaranja/> Acessado em 10 de dez. 2023.

Guia Rápido de Saúde elaborado por discentes e docentes da
Universidade do Estado do Pará (UEPA) pertencentes ao grupo
de pesquisa Saúde, Ambiente e Movimento na Amazônia
(SAMOVA).

