



**ABRA A BOCA E
PREVINA-SE**


Pró-reitoria de Gestão de Pessoas


Divisão de Saúde e Qualidade de Vida


PROVIDA

Informações: DSQV (telefone: 3210-5118)

UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DA AMAZÔNIA
Reitor: Marcel Botelho

**PRÓ-REITORIA DE GESTÃO E DESENVOLVIMENTO DE
PESSOAS**

Pró-Reitor: Saulo Wanzeler

**PRÓ-REITOR ADJUNTO DE GESTÃO DE PESSOAS EM
EXERCÍCIO**

Pró-reitor adjunto: Victor Oliveira

DIVISÃO DE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

Gerente: Elisenda Libonati

EQUIPE DSQV

Adriele Failache (estagiária de Serviço Social)
Anderson Vieira (Eng. de Seg. do Trabalho)
Mayara Nepomuceno (estagiária de Téc. em Seg. do Trabalho)
Cleber Coelho (Téc. em Seg. do Trabalho)
Diana Leal (Odontóloga)
Edilene Aranha (Técnica de Enfermagem)
Edilene Viana (Recreacionista)
Eduardo Borges (Auxiliar Administrativo)
Edgar Carvalho (Assistente em Administração)
Elisenda Libonati (Psicóloga)
Heloisa Mello (Médica)
Keila Chaar (Psicóloga)
Mylvia Kikuchi (Assistente Social)
Sérgio Flexa (Médico)
Priscilla Figueiredo (Odontóloga)
Rane Siqueira (Assistente do Médico)
Paula Aleixo (estagiária de Odontologia)
Sandra Gonçalves (Assistente Social)

Elaboração:

Serviço Odontológico da UFRA
Programa de Qualidade de Vida dos Servidores da UFRA-
PROVIDA



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DA AMAZÔNIA
PRÓ-REITORIA DE GESTÃO DE PESSOAS
DIVISÃO DE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA
SERVIÇO ODONTOLÓGICO

CAMPANHA MAIO VERMELHO



Fonte: www.maiovermelho.com.br
Ministério da Saúde

Belém
2019

CAMPANHA MAIO VERMELHO

A Campanha Maio vermelho trata-se de uma campanha alusiva ao Dia de Combate ao Câncer Bucal e ao Dia Mundial de Combate ao fumo que são celebrados em 31.05. As datas foram criadas pela Organização Mundial de Saúde (OMS), em 1987, e reforçam a importância de prevenir essa doença mantendo uma boa saúde bucal e evitando cigarros e bebidas alcoólicas.

O CÂNCER BUCAL

O câncer da boca (também conhecido como câncer de lábio e cavidade oral) é um tumor maligno que afeta lábios, estruturas da boca, como gengivas, bochechas, céu da boca, língua (principalmente as bordas) e a região embaixo da língua. É mais comum em homens acima dos 50 anos, sendo o quarto tumor mais frequente no sexo masculino na região Sudeste. A maioria dos casos é diagnosticada em estágios avançados (Instituto Nacional do Câncer -INCA, 2018).

Estima-se que em 2018 ocorreram 14.700 novos casos de câncer bucal no Brasil, sendo 11.200 em homens e 3.500 em mulheres (INCA, 2018) e segundo dados do Ministério da Saúde no ano de 2015 ocorreram 5.898 mortes por em virtude desta doença sendo 4.672 homens e 1.226 mulheres.

O tabagismo, consumo regular de bebidas alcoólicas, exposição ao sol sem protetor, excesso de gordura corporal e infecção pelo HPV (Papiloma Vírus Humano) aumentam o risco de desenvolver o câncer de boca.

SINAIS E SINTOMAS DO CÂNCER BUCAL

- Lesões (feridas) na cavidade oral ou nos lábios que não cicatrizam por mais de 20 dias, que podem apresentar sangramentos e estejam crescendo;

- Manchas/placas vermelhas ou esbranquiçadas na língua, gengivas, céu da boca ou bochechas;
- Nódulos (caroços) no pescoço;
- Rouquidão persistente;
- Nos casos mais avançados observa-se: Dificuldade de mastigação e de engolir, dificuldade na fala, sensação de que há algo preso na garganta e dificuldade para movimentar a língua.

FIQUE ATENTO A ESSES SINAIS E A MUDANÇAS NA COLORAÇÃO OU ASPECTO DA SUA BOCA. NO CASO DE ANORMALIDADES, PROCURE UM DENTISTA OU MÉDICO PARA O EXAME COMPLETO DE SUA BOCA.

PREVENÇÃO E DIAGNÓSTICO PRECOCE DO CÂNCER BUCAL

Para prevenir esta doença é importante evitar o consumo de fumo e bebidas alcoólicas, ter alimentação rica em frutas verduras e legumes, usar protetor solar e boné, manter boa higiene bucal sem cáries, doenças da gengiva ou próteses machucando, usar preservativo (camisinha) na prática do sexo oral. A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que a prevenção pode ajudar a reduzir a incidência de câncer em até 25% até 2025.

É muito importante o diagnóstico precoce, através de exames de rotina realizados por profissionais de saúde. Dessa forma as lesões na boca podem ser diagnosticadas no início, antes de se transformarem em câncer, aumentando as chances de cura.

Por isso a importância de visitar um dentista regularmente para manutenção de sua saúde bucal e em casa realizar o autoexame bucal para prevenção do câncer.

COMO FAZER O AUTO EXAME?

De frente para um espelho em área iluminada e após realizar sua higiene bucal faça o autoexame. Você deve observar durante este exame:

- Mudanças na cor da pele e mucosa da boca;
- Manchas que não desaparecem;
- Feridas que não cicatrizam há mais de 20 ou 30 dias
- Aftas prolongadas ou inchaços, caroços ou ínguas no pescoço.



Fonte: www.sorriaqui.com.br