



## Dezembro Laranja, mês de conscientização sobre o câncer de pele

O câncer de pele é o tipo mais comum no mundo. Em um país tropical como o Brasil, onde o sol e o calor predominam durante a maior parte do ano, o quadro não é diferente: foram mais de 5.500 mil casos de melanoma registrados pelo Inca em 2016. A nível mundial, os números são alarmantes. Segundo a Organização Mundial da Saúde, cerca de 132 mil casos do melanoma são registrados anualmente, com 55 mil óbitos. E a contagem tem aumentado cada vez mais.

Aqui no Brasil, o câncer de pele já é uma questão de saúde pública. A campanha quer informar e conscientizar a população sobre os riscos dos tumores cutâneos, principalmente o melanoma, que, embora menos frequente, é mais agressivo, tem maior poder de metástase e é responsável pela vasta maioria dos óbitos causados por tumores cutâneos.

O melanoma tem origem nos melanócitos, células que produzem a melanina, pigmento que dá cor à pele. A manifestação da doença se dá com o surgimento de uma pinta escura, de bordas irregulares, que também pode coçar ou descamar. Em casos de uma pinta ou sinal que já existia, ocorre o aumento do tamanho, alteração na cor e no tamanho da lesão, que passa a apresentar bordas irregulares.

A exposição elevada aos raios ultravioleta é a principal causa do melanoma, e quem possui pele clara e/ou com muitas manchas está mais vulnerável à doença. O excesso de raios UV pode levar à mutação do DNA dos melanócitos. Se não for diagnosticado precocemente, o melanoma pode avançar para os nódulos linfáticos e ou-

tros órgãos do corpo, como fígado e cérebro. Por isso, quanto mais cedo for diagnosticado, maior a chance de recuperação. Em fase inicial, ele deve ser tratado com a cirurgia de remoção da lesão e, depois disso, com uma segunda cirurgia para remoção de das margens em volta da lesão para garantir que o tumor não volte naquele local. De todos os tratamentos, é considerado o mais simples e menos agressivo. Por isso, o diagnóstico precoce é tão importante: ele evita que o paciente tenha que se submeter a tratamentos mais intensos, como a quimioterapia, terapia alvo e/ou imunoterapia.

### Tratamento

Como dito anteriormente, a cirurgia é o tratamento menos agressivo, indicado para melanomas diagnosticados precocemente. Dependendo do estágio, a radioterapia e a quimioterapia também podem ser utilizadas. No quadro de metástase, o controle da doença é muito mais difícil. Nesses casos, a estratégia é aliviar os sintomas e melhorar a qualidade de vida do paciente.

### Prevenção

A boa notícia é que o câncer de pele é de fácil prevenção pelo controle dos fatores de risco.

- Evitar exposição prolongada ao sol entre 10h e 16h.
- Procurar lugares com sombra.
- Usar proteção adequada, como roupas, bonés ou chapéus de abas largas, óculos escuros com proteção UV, sombrinhas e barracas.
- Aplicar na pele, antes de se expor ao sol, filtro (protetor) solar com fator de proteção 30, no mínimo. É necessário reaplicar o filtro solar a cada duas horas, durante a exposição ao sol, bem como após mergulho ou grande transpiração. Mesmo filtros solares "à prova d'água" devem ser reaplicados e usar filtro solar próprio para os lábios.

## Campanha Nacional de Prevenção ao HIV/Aids e outras Infecções Sexualmente Transmissíveis

Dezembro Vermelho, campanha instituída pela Lei nº 13.504/2017, marca uma grande mobilização nacional na luta contra o vírus HIV, a Aids e outras IST (infecções sexualmente transmissíveis), chamando a atenção para a prevenção, a assistência e a proteção dos direitos das pessoas infectadas com o HIV.

Aids é a doença causada pela infecção do Vírus da Imunodeficiência Humana (da sigla em inglês HIV). Esse vírus, do tipo retrovírus, ataca o sistema imunológico, que é o responsável por defender o organismo de doenças.

Os pacientes soropositivos, que têm ou não Aids, podem transmitir o vírus a outras pessoas pelas relações sexuais desprotegidas, pelo compartilhamento de seringas contaminadas ou de mãe para filho durante a gravidez e a amamentação, quando não tomam as devidas medidas de prevenção. Por isso, é sempre importante fazer o teste e se proteger em todas as situações.

### Tratamento

Todas as pessoas diagnosticadas com HIV têm direito a iniciar o tratamento com os medicamentos antirretrovirais, imediatamente, e, assim, poupar o seu sistema imunológico. Esses medicamentos (coquetel) impedem que o vírus se replique dentro das células T CD4+ e evitam, assim, que a imunidade caia e que a Aids apareça.

Para saber mais aponte a câmera do seu celular para o Qrcode ao lado.

