

SECRETARIA ESTADUAL DE SAÚDE DE PERNAMBUCO
SECRETARIA EXECUTIVA DE ATENÇÃO À SAÚDE
DIRETORIA DE POLÍTICAS ESTRATÉGICAS
GERÊNCIA DE SAÚDE DO HOMEM E DO IDOSO (DA PESSOA IDOSA)

CONVERSANDO SOBRE PREVENÇÃO DE CÂNCERES



Um olhar para a saúde da população masculina

Secretaria de
Saúde



GOVERNO DO ESTADO
PERNAMBUCO

Personagens



Enfermeira Isabela



Biomédico Luiz



**Nutricionista
Marina**



**Cirurgião-dentista
Álvaro**



Joana



Marcos



João



Ivan

Durante uma ação educativa na Associação de Moradores, foram discutidas formas de prevenir algumas doenças crônicas, entre elas, alguns tipos de cânceres. A ação foi realizada pela enfermeira Isabela, o biomédico Luiz, a nutricionista Marina e o cirurgião-dentista Álvaro, profissionais que atuam na Unidade Básica de Saúde (UBS) do Bairro. Após as explicações surgiram algumas dúvidas.



Tenho duas dúvidas. Se o resultado do PSA estiver alterado, significa que tenho câncer de próstata? Outra coisa, na minha idade, de que jeito preciso fazer a limpeza do pênis?



João

Não, Seu João. A alteração do PSA pode estar relacionada a outras situações de saúde. Por isso é importante passar por uma consulta médica para avaliar os resultados dos exames e investigar a causa da alteração.



Biomédico Luiz

Em relação a limpeza do pênis, Seu João, toda higiene íntima precisa sempre ser realizada, independente da idade. Para limpeza do pênis o uso de água e sabão neutro são suficientes. Lembrando que é preciso puxar o prepúcio (pele que envolve a cabeça do pênis), passar água e sabão sobre a superfície da pele suavemente, até eliminar o “sebinho” acumulado (sujeira), evitando assim uma infecção.



Enfermeira Isabela



Independente da idade, caso perceba alguma ferida no pênis que não cicatriza, corrimento, mal cheiro e/ou sangramento, a pessoa deve procurar a unidade de saúde mais próxima de sua casa para uma consulta de avaliação.

Existem outras formas de prevenir os cânceres?



Joana

E na prevenção do câncer de pênis?
Tem mais alguma orientação específica?



Marcos



**Nutricionista
Marina**

Os hábitos saudáveis são importantes na prevenção de uma série de doenças crônicas, inclusive dos cânceres. A prática de exercícios físicos, o consumo de alimentos saudáveis, não ingerir bebida alcoólica e não fumar, são atitudes importantes para prevenção de doenças. Além disso, o uso de preservativos, seja ele de uso interno ou externo (camisinha) durante as relações sexuais também auxilia na prevenção ao câncer de pênis e do câncer do colo do útero.

Evitar alimentos ricos em gordura, açúcar e sal, como frituras e doces. Consumir mais alimentos ricos em fibras, vitaminas e minerais, como frutas, legumes e verduras, além de ingerir cerca de 2 litros de água por dia.

Eu e meu marido Marcos estamos esperando um filho e já temos um adolescente que acabou de fazer 14 anos. Soubemos que a vacina de HPV protege contra várias doenças. Nosso filho também pode tomar, ou é só para meninas?



Joana

Pode sim Joana, é indicada para meninos (de 11 a 14 anos) e para meninas (de 9 a 14 anos). O ideal é que a vacina seja aplicada antes de iniciar a vida sexual.



Biomédico Luiz

Sobre o seu bebê, quando ele nascer, ainda na maternidade, vocês devem observar se a pele que cobre a cabeça do pênis é móvel. Caso não seja, chamamos de fimose, e vocês devem avisar aos profissionais que estiverem acompanhando vocês.



Enfermeira Isabela

Ah, muito obrigado pelas informações, vou trazer meu filho para tomar a vacina e orientá-lo sobre a higiene íntima. Também vamos observar a pele da cabeça do pênis do bebê.



Marcos

Então além de nos cuidarmos seguindo as recomendações de higiene, alimentação e vacinação, também é importante consultar o dentista ao observar qualquer tipo de alteração apenas no dente e na língua?



Ivan

Ivan, independente da presença de qualquer queixa ou alteração, o usuário deve passar por consulta odontológica ao menos uma vez ao ano para avaliação. Caso seja identificado algum tipo de lesão nos lábios ou em qualquer parte interna da boca durante a consulta odontológica, e se necessário, o paciente poderá ser encaminhado a um Centro de Especialidades Odontológicas (CEO) ou mesmo para um serviço hospitalar para o tratamento adequado. Lembrando que algumas doenças, como o câncer de boca, podem ser tratadas precocemente ou evitadas com uma boa higiene bucal.



**Cirurgião-dentista
Álvaro**



João

Também fico agradecido, vou prestar mais atenção em como eu faço minha higiene íntima e da boca e qualquer coisa eu procuro vocês aqui do posto, obrigado.

Nós da equipe agradecemos a participação de vocês, e estamos à disposição nos serviços da Atenção Básica. Reforçamos a importância de continuarmos respeitando as orientações de segurança em relação ao risco de transmissão de doenças, sobretudo, do novo Coronavírus, mantendo sempre o uso de máscara, o distanciamento físico e a lavagem frequente das mãos.

Biomédico Luiz



Sugestão de leitura:

Autocuidado e saúde do homem: saúde sexual:

http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/folder/autocuidado_homem_saude_sexual.pdf

Câncer do Colo do Útero: é preciso falar disso:

<https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//cancer-do-colo-do-utero-e-preciso-falar-disso-2015.pdf>

Câncer de Próstata: vamos falar sobre isso?

https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//cartilha_cancer_prostata_2017.pdf

Saúde integral do homem:

http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/folder/saude_integral_homem.pdf

Ficha Técnica:

Textos:

Luana Olegário da Silva - Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva - UPE

Sayanne Kalline dos Santos Clemente - Residência Multiprofissional em Atenção Básica e Saúde da Família - ASCES/Unita

Revisão:

Valeria Pastor Alexandre de Araújo - Gerente de Saúde do Homem e do Idoso (da Pessoa Idosa) - GSHI/DPE/SEAS/SES-PE

Ilustração e Diagramação:

Gleyson Lacerda - Designer - Superintendência de Comunicação/SES-PE

Data:

Março/2021

Secretaria de
Saúde



GOVERNO DO ESTADO

PERNAMBUCO