

I SEMINÁRIO - 12 DE ABRIL 2014

AMAR A VIDA - PREVENIR
CANCRO
CANCRO
CANCRO
CANCRO
CANCRO
CANCRO
CANCRO
CANCRO

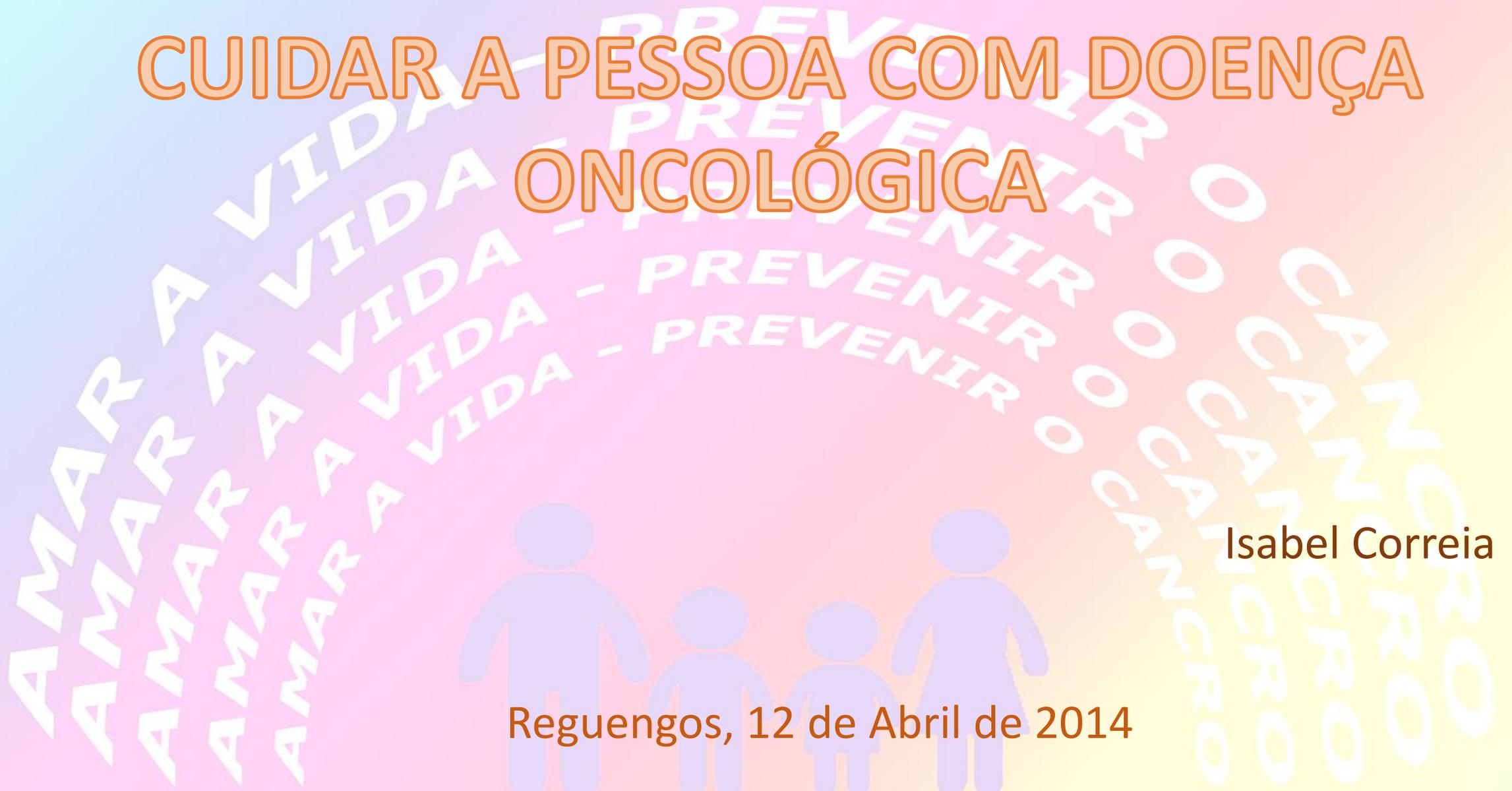


I SEMINÁRIO - 12 DE ABRIL 2014

CUIDAR A PESSOA COM DOENÇA ONCOLÓGICA

Isabel Correia

Reguengos, 12 de Abril de 2014



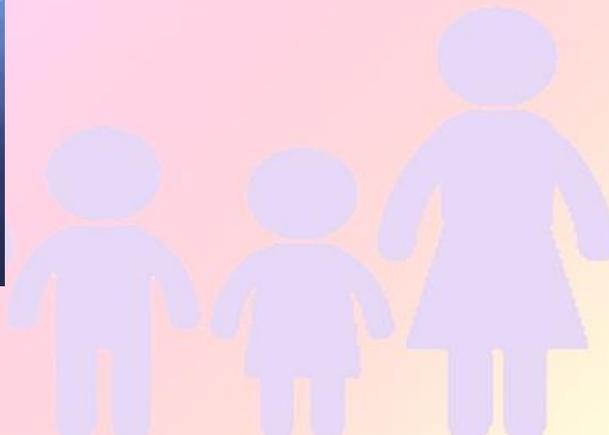
O QUE É O CANCRO?

ONCOGENE

(GENE QUE CONTROLA O CRESCIMENTO E REGULAÇÃO DOS TECIDOS):

PROTOONCOGENES **ON**

ANTIONCOGENES **OFF**



O QUE É O CANCRO?

CARCINOGENESE

(CÉLULAS NORMAIS TRANSFORMAM-SE EM CÉLULAS CANCERIGENAS)

AGENTE ONCOINICIADOR - **Modificam o ADN** (benzopireno, um dos componentes do fumo do cigarro e alguns vírus oncogênicos, entre outros)

AGENTE ONCO PROMOTOR) - **Alteram a informação genética** atuam sobre as células iniciadas, transformando-as em malignas (hormonas, produtos naturais, drogas)

Agente oncoacelerador - caracteriza-se pela multiplicação descontrolada e irreversível das células alteradas. Atua no estágio final do processo.

O QUE É O CANCRO?

SISTEMA IMUNITÁRIO

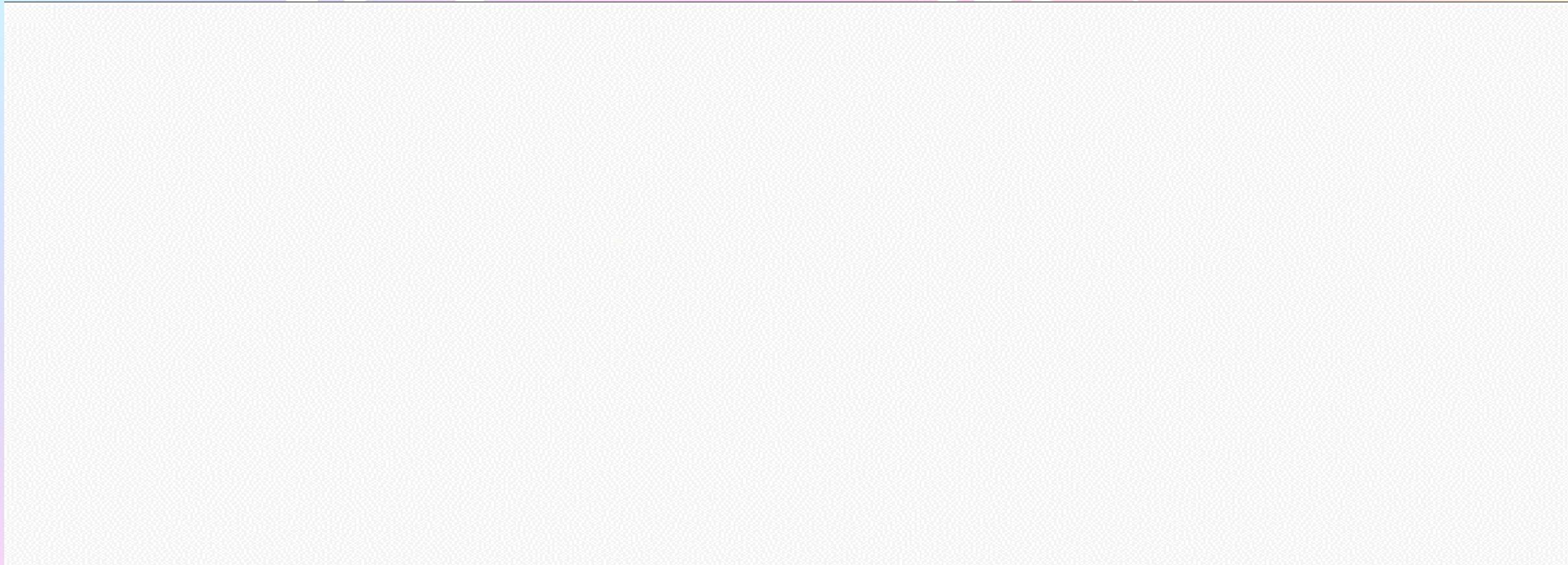
AGENTES REVERSIVEIS

Inibem o efeito dos agentes promotores; pela via das células que destroem carcinogénenos químicos (drogas, enzimas, vitaminas)



I SEMINÁRIO - 12 DE ABRIL 2014

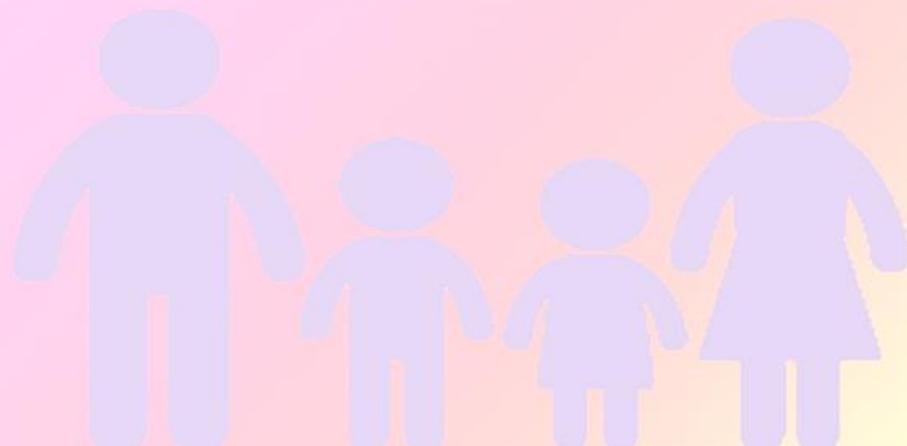
O QUE É O CANCRO?



I SEMINÁRIO - 12 DE ABRIL 2014

ESTATÍSTICAS

UMA EM CADA TRÊS PESSOAS VAI TER CANCRO



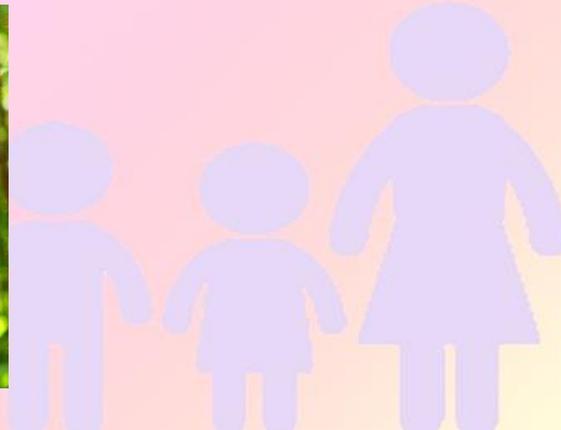
PREVENÇÃO

HÁBITOS DE VIDA SAUDÁVEIS

- ALIMENTAÇÃO



- EXERCÍCIO FÍSICO



I SEMINÁRIO - 12 DE ABRIL 2014

PREVENÇÃO

- VIDA FAMILIAR / AFECTIVA



- VIDA SOCIAL



- ESPIRITUAL



I SEMINÁRIO 12 DE ABRIL 2014

PREVENÇÃO

DESPISTE PRECOCE

AUTO EXAME DA MAMA

1. Na frente do espelho

Fique de frente para o espelho com os braços ao longo do corpo.



Olhe para suas mamas e procure por caroços, depressões, formas anormais ou quaisquer outras alterações de aparência.



Repita o procedimento com os braços elevados acima da cabeça.



Com as mãos nos quadris e com seus músculos peitorais esticados, procure por caroços ou alterações.

Finalmente, incline-se e observe mais uma vez se há alterações nas suas mamas.

2. Deitada



ombro esquerdo. Examine toda a sua mama com a mão direita.

Deite-se de barriga para cima em uma posição confortável e coloque um travesseiro embaixo de seu



Mantenha os dedos esticados em cima de seu seio e pressione firmemente de modo delicado, médio e forte, em movimentos circulares menores e maiores.

Após, coloque o travesseiro embaixo do ombro direito e examine sua mama direita.

3. No chuveiro



Ao tomar banho, verifique se há caroços ou endurecimento em suas mamas e axilas. Se as mãos estiverem ensaboadas deslizarão mais facilmente sobre a pele molhada. Examine suas mamas usando o mesmo procedimento que na posição deitada.



RASTREIO DO COLO DO ÚTERO

(Iniciar entre os 20 e os 30 anos)

AUTO EXAME DO TESTÍCULO

Rastreio do cancro da mama: mamografia nas mulheres com idades 50 e os 69 anos;

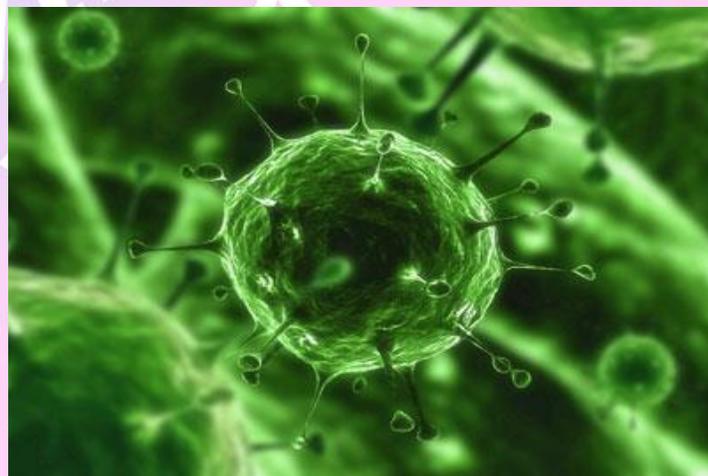
Rastreio do cancro coloretal: pesquisa de sangue oculto nas fezes em homens e mulheres com idades compreendidas entre os 50 e os 74 anos

FACTORES DE RISCO

GENETICOS
(oncogenes)



VIRUS E INFEÇÕES



IDADE



I SEMINÁRIO - 12 DE ABRIL 2014

FACTORES DE RISCO

ESTILOS DE VIDA

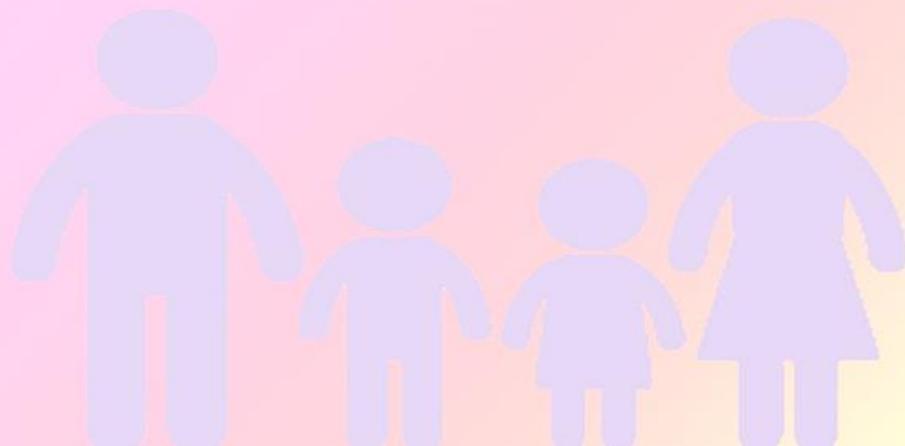
CONSUMO DE ÁLCOOL



ALIMENTAÇÃO

TABAGISMO

SEDENTARISMO



CANCRO
CANCRO
CANCRO
CANCRO
CANCRO

FACTORES DE RISCO

Fatores Carcinogénicos

FACTORES AMBIENTAIS

TABACO



RADIAÇÕES SOLARES

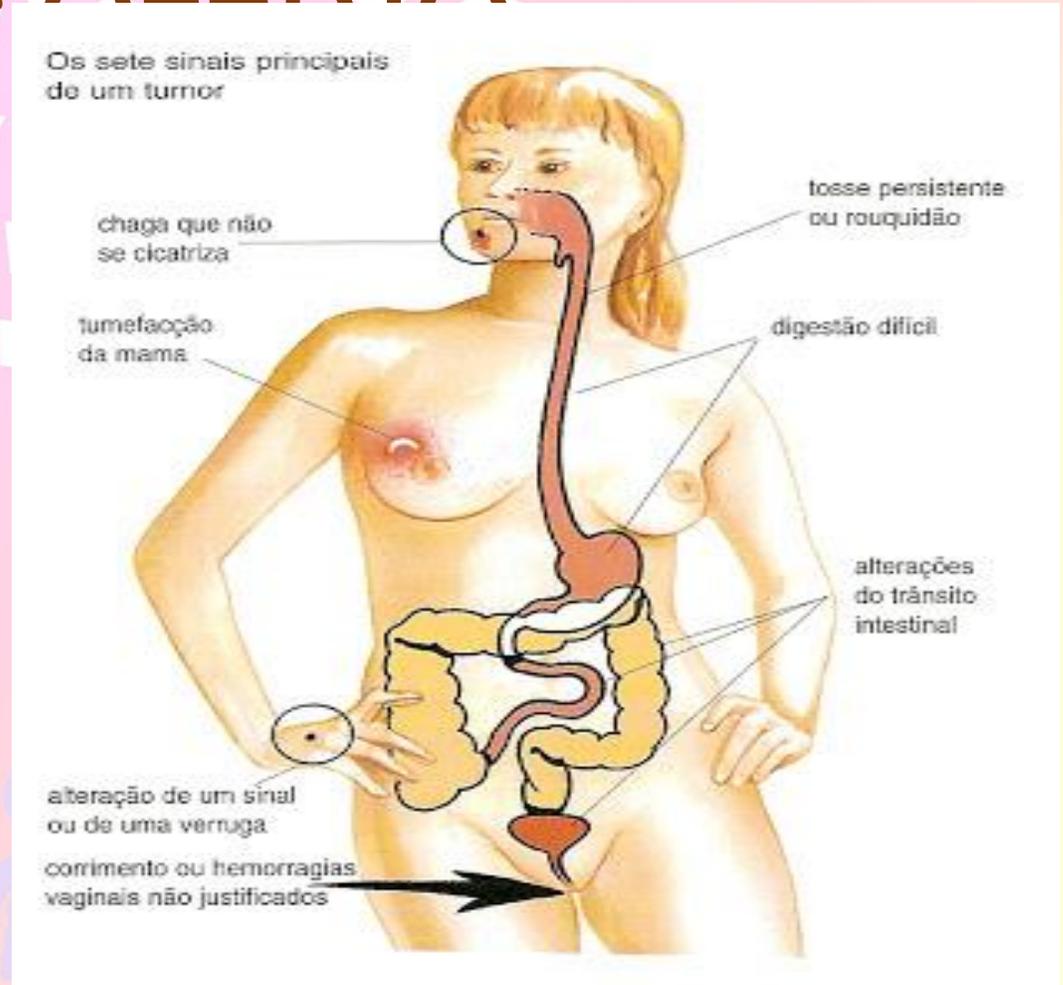


AMIANTO



SINAIS DE ALERTA

- ➔ Mudança de hábitos digestivos e/ou intestinais
- ➔ Dificuldade na cicatrização de uma ferida
- ➔ Perda anormal de sangue ou de outros líquidos do corpo, como leite (sem que esteja grávida ou a amamentar)
- ➔ Espessamento ou palpação de um nódulo em qualquer local
- ➔ Indigestão ou dificuldade em engolir
- ➔ Cansaço e falta de apetite
- ➔ Alterações bruscas de peso sem causa aparente



CUIDAR A PESSOA COM DOENÇA ONCOLÓGICA A NOTÍCIA

REAÇÕES EMOCIONAIS

- MEDO/INCERTEZA
- CHOQUE
- NEGAÇÃO
- TRISTEZA (DEPRESSÃO)
- REVOLTA
- CULPABILIZAÇÃO



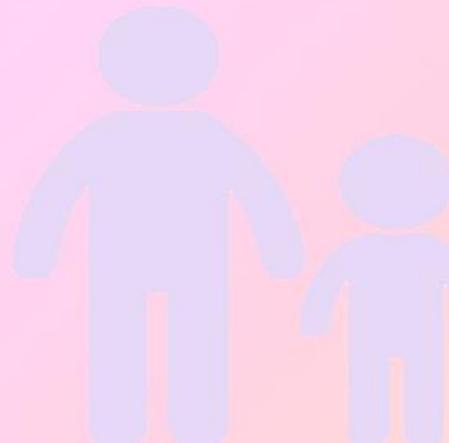
I SEMINÁRIO - 12 DE ABRIL 2014

CUIDAR A PESSOA COM DOENÇA ONCOLÓGICA

CUIDAR



AMAR A VIDA - PREVENIR
AMAR A VIDA - PREVENIR
AMAR A VIDA - PREVENIR
AMAR A VIDA - PREVENIR



I SEMINÁRIO - 12 DE ABRIL 2014

CUIDAR A PESSOA COM DOENÇA ONCOLÓGICA

PESSOA

CONHECER

AJUDAR



I SEMINÁRIO - 12 DE ABRIL 2014

CUIDAR A PESSOA COM DOENÇA ONCOLÓGICA

ESTAR COM...



CUIDAR A PESSOA COM DOENÇA ONCOLÓGICA

ESPERANÇA



<http://www.youtube.com/watch?v=lu3fGsRZjpQ>

