

PREVENÇÃO

O AUTOCUIDADO É VITAL:

- Realize exames regulares.
- Alimente-se de forma saudável.
- Pratique exercícios físicos.
- Evite tabagismo e consumo excessivo de álcool.
- Cuide da saúde mental.

Manter hábitos saudáveis pode reduzir a incidência de tumores.

REDE DE APOIO

A construção de uma rede de apoio entre amigos, familiares e profissionais de saúde é crucial. Discutir abertamente sobre saúde e bem-estar pode ajudar a reduzir o estigma associado ao cuidado masculino.

Locais para Atendimento e Exames de Próstata em Salvador

• Hospital Municipal do Homem

Rua Plínio de Lima, nº 1 – Mont Serrat | (71) 3797-1900

• Hospital Geral Roberto Santos

Rua Direto do Saboeiro, s/n - Cabula | 0800 071 3535

• Policlínica Narandiba

Avenida Edgar Santos, s/n – Narandiba | 0800 71 5353

• Hospital Santa Izabel

Praça Conselheiro Almeida Couto, 500 Nazaré
(71) 2203-8444

• Hospital da Mulher Mariada Luiza Costa dos Santos

(Ofertará atendimento aos homens transexuais).

Rua Barão de Cotegipe, Largo de Roma
0800 071 4000 e (71) 3034-5005

CAMPANHA NOVEMBRO AZUL

A Secretaria da Saúde do Estado da Bahia (SESAB) promoverá diversas ações durante o evento Novembro Azul em unidades de saúde em Salvador e outras cidades, como Camaçari, Lauro de Freitas e Alagoinhas. Consulte clínicas e hospitais privados na sua região para mais informações.

Cuide-se! Sua saúde é prioridade!

NOSSA REDE DE ATENÇÃO E APOIO AOS SERVIDORES

O PASVAP/SUDEPE/SEC pode ser acionado, sempre que necessário, para prestar suporte e orientações ao Gestor (a) e/ou Professor (a), em caso de qualquer necessidade de acompanhamento psicossocial, bem como, aos (às) estudantes, e familiares, bastando, para tanto, entrar em contato pelo e-mail: <saudedoprofessor@nova.educacao.ba.gov.br>; anexando as seguintes informações: nome, telefone, CPF, cadastro de matrícula, cargo, função, Unidade Escolar, Município e NTE de vinculação; bem como contatar pelo telefone: (71) 3115-1448.



GOVERNO
PRESENTE
FUTURO
PRA GENTE



cuidar da

SAÚDE
também é coisa de
HOMEM
NOVEMBRO AZUL

Novembro Azul: Mês de Prevenção do Câncer de Próstata

O câncer de próstata é uma das principais causas de morte entre homens no mundo, frequentemente ocupando a primeira ou segunda posição entre as causas de óbito, antes dos 70 anos. Sua detecção precoce é fundamental para aumentar as chances de tratamento bem-sucedido. A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera o câncer de próstata uma questão significativa de saúde pública, sendo o segundo câncer mais comum entre homens, globalmente. A campanha Novembro Azul tem como objetivo, não apenas a conscientização sobre a detecção precoce dessa doença, mas, também, o enfrentamento das barreiras culturais que muitos homens enfrentam ao cuidar de sua saúde.

MASCULINIDADE FRÁGIL E SAÚDE MASCULINA

A masculinidade frágil se refere a um conjunto de normas e expectativas que, muitas vezes, levam os homens a ignorarem a sua saúde física e emocional. A pressão para se mostrar forte e invulnerável pode resultar em resistência a procurar ajuda médica, realizar exames preventivos ou, ainda, discutir problemas de saúde.



FATORES DE RISCO E A MASCULINIDADE

Os fatores de risco para o câncer de próstata, tais como idade, histórico familiar e obesidade, podem ser exacerbados pela masculinidade frágil. Muitos homens evitam buscar informações sobre saúde ou realizar exames preventivos devido ao medo de serem vistos como fracos ou vulneráveis. Essa mentalidade pode impactar negativamente a detecção precoce de doenças e, conseqüentemente, a efetividade do tratamento.

IMPORTÂNCIA DA CONSCIENTIZAÇÃO

Conscientizar sobre a importância da saúde masculina, especialmente em relação ao câncer de próstata, é crucial. A campanha Novembro Azul busca a desestigmatização aos cuidados com a saúde, promovendo um ambiente onde os homens se sintam confortáveis para discutir suas preocupações e buscar ajuda.

HOMEM TAMBÉM SE CUIDA!

A taxa de incidência é maior nos países desenvolvidos, embora o Brasil apresente um número elevado, com estimativa de mais de 70 mil novos casos para o triênio de 2023 a 2025, segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA).



FATORES DE RISCO

- **IDADE:** o risco aumenta com a idade.
- **HISTÓRICO FAMILIAR:** ter parentes próximos com câncer de próstata aumenta o risco.
- **SOBREPESO E OBESIDADE:** estão associados a um maior risco de desenvolvimento da doença.
- **TABAGISMO:** fumar pode aumentar o risco.
- **FATORES HORMONAIS:** desequilíbrios hormonais podem contribuir.

SINAIS E SINTOMAS

PRESTE ATENÇÃO AOS SEGUINTE SINTOMAS:

- Dificuldade para urinar (demora em começar ou terminar).
- Aumento da frequência urinária.
- Sangue na urina.
- Diminuição do jato urinário.
- Sensação de queimação ao urinar.
- Dores corporais e ósseas.

EXAMES RECOMENDADOS

OS PRINCIPAIS EXAMES PARA DETECÇÃO DO CÂNCER DE PRÓSTATA SÃO:

- Toque retal: ajuda a verificar alterações na próstata.
- PSA (Antígeno Prostático Específico): Exame de sangue que mede níveis de PSA, podendo indicar anormalidades.
- A conscientização sobre o câncer de próstata e a realização de exames regulares são essenciais para a detecção precoce e o tratamento eficaz, contribuindo para a redução da mortalidade e melhoria da qualidade de vida dos homens afetados pela doença.