



CÂMARA MUNICIPAL DE PIRASSUNUNGA

Rua Joaquim Procópio de Araújo, 1645 - Tel. (0195) 61-2681 - FAX 61-2811

ESTADO DE SÃO PAULO

ENCAMINHE-SE AO SENHOR
PREFEITO MUNICIPAL

INDICAÇÃO

Nº 204/95

Sala das Sessões, 01/08/95.


PRESIDENTE

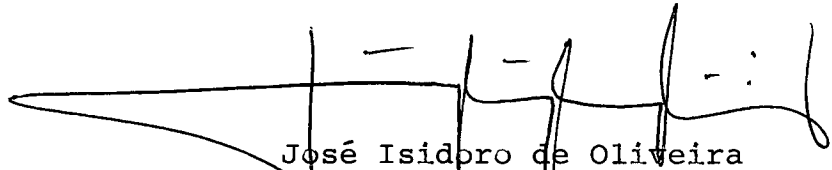
A informação é o maior remédio aos mais diversos tipos de doença.

Salientar que somos carente de informações , torna-se desnecessário, e com este escopo, apresento o cartaz com a Campanha "**SE TOQUE**" que é um auto exame de mamas, realizado pelas mulheres em seus aconchegos familiares, na sua casa.

Através das crianças nas escolas, nas filas de Postos de Saúde e Médicos ou outros dispositivos legais, com que chegue às mãos das mulheres Pirassununguenses o Cartaz educativo para a Campanha de "**SE TOQUE**".

Indico, pelos meios regimentais, o Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal, estude com a Secretaria pertinente estudos para a realização da proposta ora apresentada.

Sala das Sessões, 01 de agosto de 1995.


José Isidoro de Oliveira
Vereador

Se Toque. Defenda-se do Câncer de Mama

"A doença tem cura, se diagnosticada precocemente. Esta é a base de todas as campanhas de prevenção que chegam às mulheres, atualmente."

O diagnóstico de um tumor maligno nos seios, mesmo pequeno, ainda soa aos ouvidos de grande parte das mulheres como um caminho sem volta. Muitas imaginam-se condenadas ou com os seios mutilados, devido às cirurgias radicais. Entretanto, o avanço nos tratamentos e a prevenção mudaram estas perspectivas. Comprovou-se que 93% dos casos de câncer de mama são curáveis, se tratados quando ainda jovens.

O câncer afeta dois milhões de pessoas no mundo por ano. É a segunda causa de mortes, perdendo apenas para as doenças cardiovasculares. Uma pesquisa do Instituto Nacional do Câncer, realizada junto a 1.478 mulheres em todo país,

projeta para este ano uma cifra espantosa: 179 mil mulheres contrairão a doença. Destas, 34 mil terão câncer de mama.

SEGUNDO O IBCC

TODAS AS MULHERES CORREM O RISCO DE CONTRAIR A DOENÇA

Segundo o médico oncologista, diretor clínico e um dos fundadores do Instituto Brasileiro de Controle do Câncer (IBCC), João Sampaio Góes, o câncer é uma neoplasia (tumor), que costuma aparecer em pessoas com idades mais avançadas, o que não quer dizer que as jovens estejam seguras contra a doença. "Ele é o crescimento indiscriminado de células que a criança trouxe, de caráter embrionário. São células que não se diferenciaram, não amadureceram e que podem se manifestar a qualquer momento", afirma Góes.

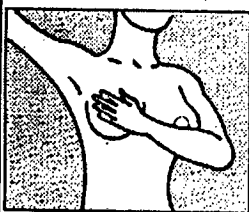
CONHEÇA SEU CORPO

APRENDA A TOCÁ-LO, PARA PREVENIR O CÂNCER

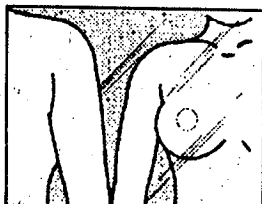
Para a cura do câncer, o único caminho é o diagnóstico precoce. Para isto, a mulher precisa conhecer o seu corpo e aprender a tocá-lo. Quanto mais cedo notar diferenças no seio, maiores serão as possibilidades de cura. A mulher deve se examinar mensalmente, depois de cada menstruação, deitada ou durante o banho, fazendo com as mãos, apalpações suaves nas mamas. Logo que perceba alguma alteração (presença de caroços), deve procurar uma instituição ou médico especialista em câncer (oncologista).

LÊ

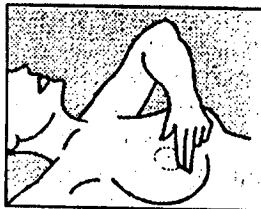
① AUTO-EXAME DAS MAMAS



① Examine suas mamas durante o banho, procurando nódulos. Com seus dedos esticados, pressione suavemente toda a superfície das mamas.



② Procure inchaço, depressão da pele ou alterações no mamilo de cada mama. Inicialmente com os braços caídos ao lado do corpo e posteriormente com os braços para o alto.



③ Examine suas mamas em posição deitada. Coloque a mão direita atrás de sua cabeça e com a mão esquerda e os dedos indicador e médio esticados pressione levemente a mama direita, com movimentos circulares, na periferia da mama e terminando no mamilo. Posteriormente, utilize o mesmo procedimento para examinar a mama esquerda.



④ Procure secreção nos mamilos. Aperte suavemente o mamilo de cada mama, com os dedos polegar e indicador. O aparecimento da secreção abundante ou sangüinolenta deverá ser relatado imediatamente a seu médico.