

NOVEMBRO AZUL E A SAÚDE DO TRABALHADOR

O movimento Novembro Azul teve origem em 2003, na Austrália, com o objetivo de chamar a atenção para a prevenção e o diagnóstico precoce de doenças que atingem a população masculina. No Brasil, a Campanha Novembro Azul iniciou em 2011 através do Instituto Lado a Lado pela Vida com intuito de conscientizar, ainda mais, a população masculina sobre a necessidade de cuidar do seu corpo e sua mente e alertar para a importância do diagnóstico precoce do câncer de próstata. Este é o 1º câncer mais incidente entre os homens excluindo-se o câncer de pele não melanoma e estima-se que, entre 2020 e 2022, 65.840 homens por ano serão afetados.

A detecção precoce é uma estratégia utilizada para encontrar um tumor em sua fase inicial e, assim, possibilitar maior chance de tratamento bem sucedido. A investigação ocorre por meio de exames clínicos, laboratoriais, endoscópios ou radiológicos de pessoas com ou sem sinais e sintomas sugestivos. No caso do câncer de próstata os exames são o toque retal e o exame de sangue para avaliar a dosagem do PSA (antígeno prostático específico).

Mas você sabia que o câncer de próstata também pode estar relacionado ao trabalho?

O câncer de próstata também está relacionado com a ocupação e a atividade econômica desempenhada pelo homem, como fundição de metais não ferrosos; tratamento de madeira; indústria de eletrônicos; fabricação de vidros; produção e aplicação de agrotóxicos arsenicais: herbicidas arsenicais orgânicos, inseticidas arsenicais orgânicos, dessecantes e desfolhantes arsenicais orgânicos, esterilizantes de solo arsenicais orgânicos e fungicida arsenical inorgânico para tratamento de madeira; produção e aplicação do inseticida malation; produção e refino de cádmio; produção de baterias, pilhas elétricas e pigmentos de cádmio; produção de materiais à base de PVC: tubulações, canos, batentes de portas e janelas, mangueiras de irrigação, peças automotivas, por exemplo; indústria de semicondutores e de eletrodos; radiologia, usinas nucleares; mineração subterrânea; produção de borracha; atividades noturnas e bombeiros.

Os principais cancerígenos no trabalho são o arsênio e seus compostos arsenicais, malation (agrotóxico inseticida), cádmio e seus compostos, radiação ionizante (x e gama), elemento radioativo (tório 232) e o trabalho noturno.

Dentre os fatores de risco citados anteriormente também estão a idade – uma vez que tanto a incidência quanto a mortalidade aumentam significativamente após os 50 anos -; pai ou irmão com câncer de próstata antes dos 60 anos e o excesso de gordura corporal.

(Fonte: Instituto Nacional do Câncer e o Instituto Lado a Lado pela Vida)

Portanto, cuide da sua saúde realizando exames regularmente, não deixe para o amanhã o que pode ser feito hoje.



A Clínica Renal de Roraima através da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA) e da Comissão de Biossegurança (CBio) realizará na data do dia 22 a 26 de novembro a Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho (SIPAT). O Cerest Estadual apoiará o evento com as seguintes palestras: Prevenção de



Acidentes com Materiais Perfurocortantes e Ergonomia no Ambiente de Trabalho.

O Ministério da Saúde realiza
9º ENCONTRO DA REDE NACIONAL DE ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE DO TRABALHADOR
9º RENASTÃO

Inscrições

30/11
02/12
14H

9º RENASTÃO - ENCONTRO DA REDE NACIONAL DE ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE DO TRABALHADOR
"Perspectivas e desafios da Vigilância de Ambientes e Processos de Trabalho no Sistema Único de Saúde"

O evento será promovido pela Coordenação-Geral de Saúde do Trabalhador, do Departamento de Saúde Ambiental, do Trabalhador e Vigilância das Emergências em Saúde Pública do Ministério da Saúde (CGSAT/DSASTE/MS), com o objetivo de promover a qualificação da Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNSTT) e da Rede Nacional de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador (Renast); discutir a estruturação das ações de vigilância de ambientes e processos de trabalho e as estratégias e perspectivas, entre as esferas de gestão, para assegurar a consolidação da área no SUS. Será realizado na modalidade híbrida (on-line e presencial) e reunirá profissionais, técnicos e gestores da Renast e dos Centros de Referência em Saúde do Trabalhador (Cerest), incluindo os representantes do controle social do SUS.

DEZEMBRO LARANJA E O CÂNCER DE PELE NO TRABALHO


Com a chegada do verão, os cuidados com a pele devem ser redobrados. Por isso, a campanha “Dezembro Laranja” acontece nessa época do ano que antecede a estação mais quente, com o objetivo conscientizar e prevenir o câncer de pele.

O câncer de pele é o mais frequente no mundo e no Brasil. Ocorre quando as células da pele se multiplicam sem controle e pode ser classificado em 2 tipos:

- ❖ **Melanoma** que é o mais raro e pode levar à morte.
- ❖ **Não melanoma** que é o mais frequente e menos grave, porém pode causar deformações no corpo.

A radiação ultravioleta contém a menor parte da energia solar. Ela é classificada em UVA, UVB e UVC (esta não chega à superfície terrestre). A radiação UVA corresponde quase à totalidade da radiação ultravioleta que chega até a Terra. Em menor escala, a radiação UVB também chega à superfície. Estas duas podem causar queimaduras solares.

Assim, **o câncer de pele também pode estar relacionado ao trabalho**, ou seja, aqueles trabalhadores em várias atividades ocupacionais podem se expor por quatro ou mais horas nos horários de pico estão propensos a desenvolver a doença em algum momento da vida. Dentre esses profissionais estão: agricultores, jardineiros, marinheiros, pescadores, agentes comunitários de saúde, trabalhadores da construção civil, salvavidas, trabalhadores de telefonia, eletricidade e entre outros.



Prevenção de Câncer de Pele

- ❖ Evite exposição prolongada ao sol entre 10h e 16h;
- ❖ Procure lugares com sombra;
- ❖ Use proteção adequada como roupas leves, bonés e chapéus de abas largas, óculos escuros com proteção UV, sombrinhas e barracas;
- ❖ Aplique na pele, antes de se expor ao sol, filtro (protetor) solar com fator de proteção 15, no mínimo;
- ❖ Use filtro solar próprio para os lábios.

O **melanoma** pode aparecer em qualquer parte do corpo, na pele ou mucosas, na forma de manchas, pintas ou sinais. Para ajudar a identificá-las, existe a regra do **ABCDE**:

	benigno	maligno
A ssimetria (formato)	 simétrico	 assimétrico
B ordas	 bordas regulares	 bordas irregulares
C or	 uma cor só	 mais de uma cor
D iâmetro (tamanho)	 menor que 6mm*	 maior que 6mm
E volução	 mudança rápida na aparência (tamanho, forma, cor ou espessura).	

Portanto, é importante conhecer seu corpo e ficar atento a **qualquer** mudança ou anormalidade **na sua pele**.

SINAIS DE ALERTA

As pessoas devem ficar atentas ao surgimento de feridas que não cicatrizam em até 4 semanas, espinhas que já estão durando muitos meses e que geram coceiras e sangramentos.

Atenção também para quem tem muitos sinais ou manchas pelo corpo, geralmente acastanhadas ou escuras, que podem mudar de características. Observar se as manchas começam a ficar assimétricas, com as bordas irregulares, com múltiplas cores e diâmetro aumentado ou passar de 6mm.

Esses sinais podem indicar algum problema e se deve procurar um dermatologista para um diagnóstico correto.

FATORES DE RISCO

- História familiar de câncer de pele;
- Pessoas de pele e olhos claros, com cabelos ruivos ou loiros;
- Pessoas que trabalham frequentemente expostas ao sol sem proteção adequada;
- Exposição prolongada e repetida ao sol na infância e adolescência.



DEZEMBRO LARANJA

Mês Nacional de Prevenção AO CÂNCER DE PELE

Fonte: Instituto Nacional do Câncer e o Instituto Lado a Lado pela Vida e protocolo de Dermatoses Ocupacionais, MS.

Centro de Referência Estadual em Saúde do Trabalhador - Ceresst

Rua Arnaldo Brandão, 283 - 3º andar, Bairro São Francisco - Boa Vista/RR; Telefone: 95 8404-5309; E-mail: cerest.cgvs@saude.rr.gov.br

Edição: Aline Crispim dos Santos; Gerente: Maria Cecília da Silva Ribeiro - Tiragem: 1000 exemplares