

Um toque para vida

Alunas: Juliana Filvock e Nicole Camazzola

Professora Enf.: Liliane Bertazzo

Curso: Estética e Cosmética



Novembro Azul



**Mês de combate
ao câncer de próstata**

Cuidado masculino

- Segundo o presidente da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD), Sérgio Palma, a falta de informação e o preconceito são alguns dos motivos pelos quais os homens deixam de lado procedimentos simples, indolores e fundamentais para a identificação de doenças, como o câncer de próstata, por exemplo.
- “Precisamos falar de prevenção a todo instante. Muitos homens, por questões culturais, emocionais e psicológicas, só procuram o médico em situações extremas. Isto é, quando realmente se sentem muito mal”, adverte.



câncer de
próstata

A gente precisa

TOCAR

nesse assunto

Falando em prevenção...

- Os homens são as principais vítimas de câncer da pele no Brasil.
- Essa é a conclusão de levantamento da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) divulgado no dia 15/07/2021.
- No período analisado, de 2010 a 2019, do total de óbitos decorrentes de complicações dessa doença, 57,5% (20.959) ocorreram na população masculina.
- A prevenção ao câncer da pele não tem muita repercussão dentre a população masculina.
- O câncer da pele é um exemplo dos problemas de saúde no campo da dermatologia que são mais prevalentes entre os homens.



Exposição solar excessiva

- Segundo Heitor de Sá Gonçalves, vice-presidente da SBD, os homens desenvolvem mais chances de desenvolver o câncer da pele por conta de hábitos que o colocam em risco. O homem sai muito mais de casa para trabalhar e para lazer. Assim, acaba se expondo muito mais ao sol, principalmente na zona rural.
- O uso frequente de hidratantes auxilia na manutenção da barreira cutânea íntegra, amenizando o ressecamento da pele.
- A fotoproteção também não deve ser esquecida pelos homens. O uso diário e contínuo dos filtros solares ajuda a evitar envelhecimento precoce e o câncer da pele.



Cuidados com a pele masculina

1- Higienização:

O primeiro passo é higienizar a pele, lembrando que o sabonete utilizado no banho não deve ser aplicado no rosto. Opte por um produto com pH neutro e que seja ideal para o seu tipo de pele. Use produtos com fórmula em gel, que é absorvida rapidamente e para completar a higiene utilize um tônico.

2- Hidratação:

Hidratar o rosto diariamente é fundamental, pois a pele masculina costuma ser mais oleosa e espessa do que a das mulheres.

3- Proteção:

O protetor solar de fator 30 também é obrigatório, pois evita os sinais do envelhecimento precoce e ainda protege do câncer de pele.

4- Cuidados ao fazer a barba:

A barba deve ser feita após o banho, pois a pele estará limpa e com menos riscos de desenvolver fissuras e irritações; invista em loções que acalmam, cicatrizam e protegem a pele. Na hora de tirar ou aparar os pelos, é bom ter à mão um creme de barbear para hidratar a pele e amolecer os pelos e, na sequência para finalizar, utilizar uma loção pós-barba.



Fontes – Referências

<https://www.sbd.org.br/noticias/populacao-masculina-tem-maior-numero-de-casos-de-cancer-da-pele-hanseniose-e-sifilis-aponta-sociedade-brasileira-de-dermatologia/>

<https://www.sbd.org.br/noticias/campanha-pela-prevencao-ao-cancer-de-prostata-tem-participacao-do-presidente-da-sbd/>

<https://www.5asec.com.br/blog/dicas/5-cuidados-basicos-para-o-rostro-masculino/>

Alunas: Juliana Filvock e Nicole Camazzola

Professora Enf.: Liliane Bertazzo

Curso: Estética e Cosmética

