

CUIDADO AO HOMEM EM CIRURGIA ONCOLÓGICA COM NECESSIDADES DE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

www.saude.gov.br

DISQUE SAÚDE 0800 61 1997

**POLÍTICA NACIONAL
DE ATENÇÃO INTEGRAL
À SAÚDE DO HOMEM**

Dê atenção à sua saúde

- Adote uma alimentação saudável
- Não fume e evite bebidas alcoólicas
- Pratique exercícios físicos
- Procure a unidade básica de saúde mais próxima

**HOMEM
QUE SE
CUIDA
NÃO PERDE
O MELHOR
DA VIDA**

**HIPERTENSÃO
DIABETES
TABAGISMO
ALCOOLISMO
CIRROSE**

SUS SAÚDE

Ministério
da Saúde

S
SAÚDE
GOVERNO FEDERAL

Fonte: Google imagens.

1ª Edição
Rio de Janeiro, 2017.

Cuide-se! Prevenção, melhor cuidado.



SUMÁRIO

Prezado homem.....	04
Conhecendo a Política Nacional de Atenção à Saúde do Homem.....	05
Sobre câncer de cabeça e pescoço.....	07
Política Nacional de combate ao fumo.....	08
Câncer de cabeça e pescoço e papilomavírus humano – HPV.....	09
Prevenção do câncer de boca.....	10
Como fazer o auto exame da boca.....	11
Prevenção do câncer de laringe.....	14
As necessidades de saúde e qualidade de vida.....	15
As necessidades na saúde psicossocial.....	17
Onde procurar cuidado a saúde.....	18

Cuide-se! Prevenção, melhor cuidado.

PREZADO HOMEM

Somos enfermeiras e temos interesse em compartilhar experiências e expectativas referentes à situação de cuidado a saúde pela qual está passando.

Este material escrito de ***Cuidado à Saúde do Homem*** foi resultado de uma pesquisa de campo realizada com pacientes homens que estavam vivendo experiências igual à sua.

Objetivo oferecer uma contribuição no cuidado à saúde e melhorar sua qualidade de vida.



Fonte: Google imagens.

Cuide-se! Prevenção, melhor cuidado.

04

CONHECENDO A POLÍTICA NACIONAL DE ATENÇÃO À SAÚDE DO HOMEM

- Lançada em agosto de 2008, pelo Ministério da Saúde, Brasil;
- Devido aos agravos dos problemas de saúde da população masculina entre a faixa etária de 20-59 anos;
- 41,3% da população são homens, isto é, 2,5 milhões de brasileiros;
- Estudos mostram que os homens cuidam pouco da sua saúde;
- Resgatar os homens como sujeitos do direito de cuidado à saúde.

Entender a Saúde do Homem como um conjunto de ações de promoção, prevenção, cuidado e recuperação da saúde.

OBJETIVOS DA POLÍTICA SAÚDE DO HOMEM

- Promover ações de cuidado à saúde;
- Saúde é um direito social e básico de todos os brasileiros;
- Diminuir o aparecimento de doenças crônicas como o câncer e a mortalidade na população masculina.

As causas da mortalidade da população masculina podem ser preveníveis e evitáveis: evite o fumo e o álcool.



Fonte: Google imagens.

Cuide-se! Prevenção, melhor cuidado.

06

SOBRE CÂNCER DE CABEÇA E PESCOÇO

- Ocorre mais em homens acima dos 50 anos de idade;
- Os principais cânceres são de boca e de garganta;
- As causas principais para o câncer de cabeça e pescoço é o uso do cigarro e ingestão abusiva de bebidas alcoólicas ao longo da vida;
- O câncer de boca, língua e garganta estão relacionados ao papilomavírus humano vírus (HPV) relação íntima com a esposa;
- Câncer de cabeça e pescoço quanto mais cedo for descoberto, diminui a chance de ter alterações na mastigação, deglutição e na fala;
- Por isso, a importância de interromper o vício do cigarro.

Disque Saúde: 0800611997.

Cuide-se! Prevenção, melhor cuidado.

07

A pessoa que fuma é exposta a mais de quatro mil substâncias tóxicas cancerígenas.



Fonte: Google imagens.

Em 1989 Ministério da Saúde, lançou a Política Nacional de Combate ao Fumo.



Fonte: Google imagens.

Cuide-se! Prevenção, melhor cuidado.

08

CÂNCER DE CABEÇA E PESCOÇO E PAPILOMAVÍRUS HUMANO – HPV

HPV, são vírus capazes de infectar a pele ou mucosas, existem cerca de 40 tipos de vírus que pode contaminar o trato ano-genital.

Relação do vírus HPV com câncer de garganta e boca - causado por um vírus cancerígeno capaz de causar câncer na boca e na garganta.

Prevenir o melhor cuidado, pois não há tratamento específico para eliminar o vírus HPV.

A transmissão do vírus é pelo contato direto com a pele e mucosa contaminada, pela via sexual, contato oral genital, manual genital.

O contágio pode ocorrer mesmo na ausência de penetração vaginal ou anal.

Prevenção, o uso da camisinha durante o ato sexual, com ou sem penetração, não protege da infecção pelo vírus do HPV, pois não cobre todas as áreas passíveis de serem infectadas.

Na presença de infecção do vírus na vulva, na região púbica, perineal, perianal e na bolsa escrotal, o HPV poderá ser transmitido apesar do uso do preservativo.

LINHA DE CUIDADO À SAÚDE DO HOMEM: NO CÂNCER DE BOCA

- Evitar o hábito de fumar e ingestão de bebidas alcoólicas;

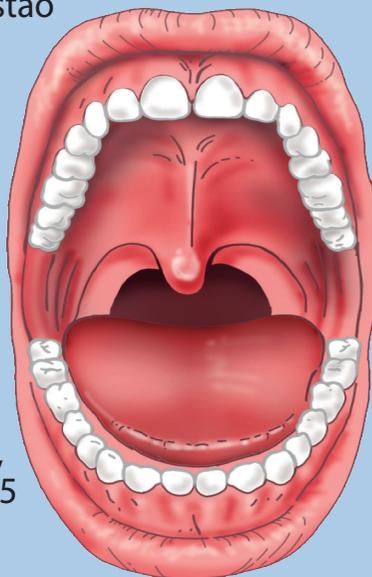
- Comparecer à consulta médica de cuidado à saúde uma vez ao ano pelo menos;

- Procurar um Posto de Saúde para conversar com o profissional o desejo de parar de fumar e beber;

- Buscar um dentista ou médico se aparecimento de lesão na boca, língua que não cicatrize em até 15 dias;

- Evitar traumas crônicos na gengiva, como prótese dentária mal adaptada;

- Realizar higiene da boca escovando a língua e os dentes todos os dias após as refeições e sempre que necessário.



Fonte: Google imagens.

SORRIA, CONTRA O CÂNCER DE BOCA.

Cuide-se! Prevenção, melhor cuidado.

10

ORIENTAÇÕES COMO FAZER O AUTOEXAME DA BOCA

Abrir a boca em frente ao espelho e realizar o autoexame todos os dias ou a cada 15 dias. Esse exame é simples e eficaz.

CUIDADO EM PROCURAR

- Alterações na aparência dos lábios, língua e dentro da boca;
- Caroços no pescoço;
- Feridas que não cicatrizam;
- Sangramentos na boca e língua;
- Dentes amolecidos ou quebrados;
- Evite pular as etapas da realização do autoexame da boca, todas são importantes.

AUTOEXAME

1. Em frente do espelho, verifique nos lados do rosto e pescoço se existem manchas, feridas que não cicatrizam mais de 15 dias e caroço duro;



Fonte: Google imagens.



Fonte: Google imagens.

2. Ainda na frente do espelho com a boca aberta, tire as dentaduras ou pontes móveis, puxe os lábios e verifique-os, pois, devem estar com aparência lisa e vermelha, sem manchas, feridas;



Fonte: Google imagens.

3. Na frente do espelho, com a boca aberta, observe os dentes, os dois lados de dentro das bochechas e gengivas, que devem estar livres de manchas e feridas;

Cuide-se! Prevenção, melhor cuidado.



Fonte: Google imagens.

4. Em frente do espelho, incline a cabeça para trás, abra bem a boca, coloque a língua para fora, observe o céu da boca e a entrada da garganta dizendo "AAAA";

5. Em frente do espelho, ponha a língua para fora, observe em cima e em baixo, com uma gaze puxe a língua para os lados à procura de manchas brancas, feridas e dificuldade de movimentação da língua.



Fonte: Google imagens.

LINHA DE CUIDADO A SAÚDE DO HOMEM: NO CÂNCER DE LARINGE

- Se apresentar rouquidão mais de 15 dias sem melhora, procure um médico de garganta e ouvido;
- O risco de desenvolver o câncer na laringe pode ser diminuído, evitando fatores de riscos conhecidos:

FUMO E BEBIDA ALCOÓLICA

- Evite a combinação do consumo de fumo e álcool, pois, são os maiores inimigos da laringe;

O TABAGISMO É A CAUSA PRINCIPAL PARA CASOS DE CÂNCER NA LARINGE.

- O Ministério da Saúde adverte, pessoas fumantes têm 10 vezes chances de desenvolver câncer de laringe, em que associam o fumo com as bebidas alcoólicas, esse número sobe para 43.

Cuide-se! Prevenção, melhor cuidado.

14

LINHA DE CUIDADO À NECESSIDADE DE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

Adaptando as mudanças no cotidiano pela necessidade de sonda gástrica para alimentação na dificuldade de mastigar e ou engolir os alimentos.

- A sonda é passada pelo nariz, garganta até chegar ao estômago, a sonda é feita de silicone;
- Macerar o comprimido diluir em água potável colocar na seringa e fazer pela sonda;



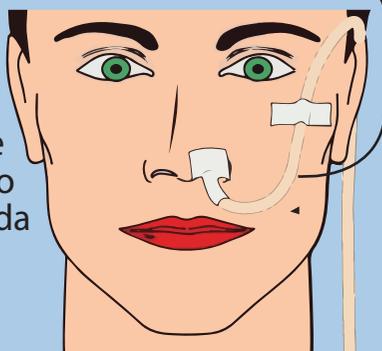
Fonte: Google imagens.



Fonte: Google imagens.

- Colocar na seringa 20 ml de água potável e introduzir na sonda para prevenir entupir;

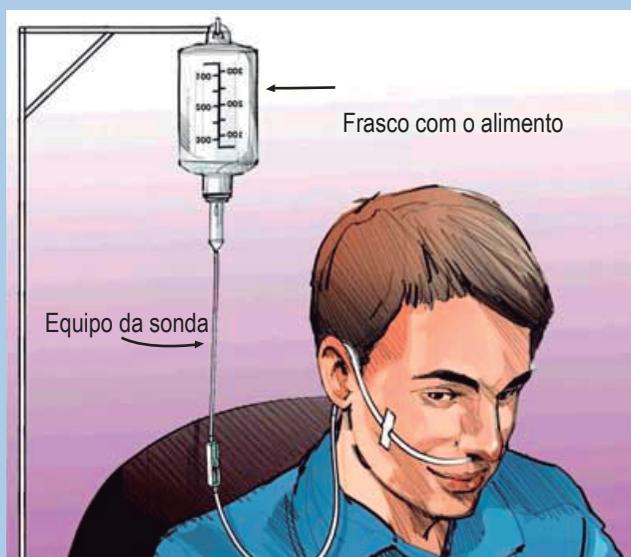
Cadarço fixando a sonda



Fonte: Google imagens.

- Procurar um serviço de saúde, ou a emergência do hospital no 1º andar, caso, a sonda saia do nariz;

- Cuidado de manter consulta com a nutricionista para observar perda ou ganho de peso;
- Passar a alimentação pela sonda pingando lento, para evitar náuseas, vômitos e diarreia;
- Manter-se sentado na infusão da alimentação;
- Colocar o frasco com o alimento acima da cabeça para facilitar no gotejamento;
- Manter-se otimista sempre.



Fonte: Google imagens.

LINHA DE CUIDADO À NECESSIDADE DE SAÚDE PSICOSSOCIAL

AMBULATÓRIOS DA SEÇÃO DE CABEÇA E PESCOÇO RUA DO REZENDE, 128, TÉRREO. FUNCIONAM DE 2ª A 6ª DAS 08H ÀS 16H.

Ambulatório - Enfermeira: 3207-4509 / 3207-4573;
Ambulatório - Fisioterapeuta: 3207-4559;
Ambulatório - Psicólogo: 3207-1053;
Ambulatório - Odontologia: 3207-1859.

AMBULATÓRIOS DA SEÇÃO DE CABEÇA E PESCOÇO HOSPITAL HCI-TÉRREO. FUNCIONAM 2ª A 6ª FEIRA DAS 08 ÀS 16H.

Ambulatório - Nutricionista: 3207-1037 / 3207-1576;
Ambulatório - Fonoaudióloga: 3207-1392 / 3207-4590;
Ambulatório - Enfermeira: 3207-1812;
Ambulatório - Assistente Social: 3207-1756;
Ambulatório - Médico: 3207-1336 / 3207-1349.

Disque Saúde, que atende de graça as pessoas que desejam parar de fumar, recebem orientações de como abandonar o cigarro.



Fonte: Google imagens.

Cuide-se! Prevenção, melhor cuidado.

17

ONDE PROCURAR CUIDADO À SAÚDE NO MUNICÍPIO E ESTADO DO RIO DE JANEIRO

- Posto de saúde – Programa Saúde da Família;
- Em todos os bairros existem postos de saúde pública que devem ser procurados pelos homens para consulta com Clínico geral e com a Enfermeira;
- Receber orientações sobre cuidado à saúde.

HOMEM - GARANTA SEU ESPAÇO NOS SERVIÇOS DE CUIDADO À SAÚDE!

Coordenadora de elaboração
Enfermeira. Professora. Dra. Maria José Coelho

Elaboração
Enfermeira. Ana Angélica de Souza Freitas
Doutoranda. Escola de Enfermagem Anna Nery –
Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ, Brasil.

Edição e Diagramação
Patricia R. Reis. Marketing.

Hospital de Câncer I – Instituto Nacional de Câncer
José Alencar Gomes da Silva – INCA – RJ. Ministério da
Saúde. Brasil.



Cuide-se! Prevenção, melhor cuidado.

