

Você sabia...

Que o mês de março é dedicado à prevenção e combate de dois tipos de neoplasias:

- **Câncer de Colo Uterino**
- **Câncer Colorretal.**

A campanha de prevenção ao câncer de colo de útero é conhecida como Março Lilás e seu principal objetivo é prevenir novos casos da doença, considerado o terceiro tumor maligno mais frequente na população feminina, e quarta causa de morte de mulheres por câncer no Brasil.

A principal forma de prevenção, é a vacina contra o Papilomavírus Humano - HPV (disponível para meninas de 9 a 14 anos e meninos de 11 a 14 anos), podendo prevenir 70% dos cânceres de colo do útero e 90% das verrugas genitais.

Outra forma de prevenção está relacionada à diminuição do risco de contágio pelo HPV, que ocorre por via sexual, com o uso de preservativos durante a relação sexual.

Já o Março Azul Marinho busca conscientizar a população para a prevenção do câncer colorretal (cânceres de intestino) é a terceira causa de morte por câncer para homens e mulheres.

Entre as medidas de prevenção estão:

- **combate ao fumo e ao álcool;**
- **atividade física com regularidade;**
- **alimentação rica em fibras e livre de alimentos ultraprocessados e açúcares;**
- **redução no consumo de carnes vermelhas.**

Também é recomendado estar em dia com as consultas médicas.

PREVINA-SE! A PREVENÇÃO É UM GESTO DE AMOR À VIDA.



**Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia
“José Ermírio de Moraes”**

**Secretaria da
Saúde**



**SÃO PAULO
GOVERNO DO ESTADO**

Fonte:

<https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/cancer/tipos/colo-do-uterio>
<https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/noticias/2021/tendencia-de-aumento-do-numero-de-casos-de-cancer-de-intestino-exige-estrategias-de-prevencao>