



**Universidade Federal
Fluminense**



**PROREITORIA DE GESTÃO DE
PESSOAS- PROGEPE**

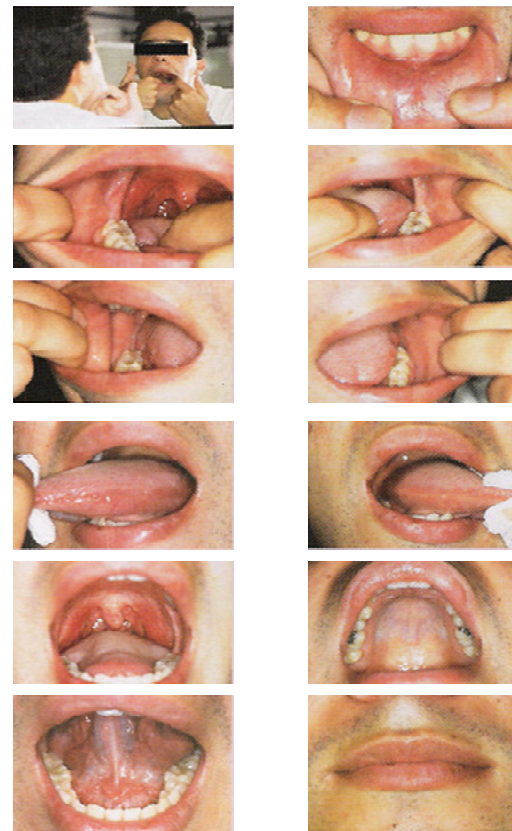
**CASQ- COORDENAÇÃO DE
ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE E
QUALIDADE DE VIDA**

**DPVS- DIVISÃO DE PROMOÇÃO E
VIGILÂNCIA DA SAÚDE**

TEL: 2629 5277/ 2629-5275

**ODONTÓLOGO: Nelson Diógenes Pinto
CRO: 5.032**

PREVENÇÃO DE CÂNCER BUGAL.



ABRA A BOCA E...



ABRA OS OLHOS!!!!

O CÂNCER BUCAL (CAVIDADE BUCAL E LÁBIOS):

1. Quando diagnosticado e tratado precocemente **tem cura**.
2. Pode surgir em qualquer idade, porém, sua maior incidência é acima dos 40 anos, somado com fatores de risco, como: **tabaco e álcool**.
3. Agentes mecânicos irritantes contínuos como: *dentes quebrados, dentes tortos, ausência de dentes, dentes com bordas cortantes, próteses que machucam*; podem causar traumatismo, em língua, bochechas e/ou lábios, podendo causar lesões cancerígenas.
4. O sol também é um dos grandes fatores de risco, principalmente nos lábios. Ao se expor ao sol, use chapéu e protetores solares indicado para os lábios.
5. A alimentação saudável com frutas, verduras e legumes, *ricos em fibras*, contribui para a prevenção do câncer bucal.
6. O maior responsável pelo surgimento de câncer de boca é uso de **tabaco**, seja fumando cigarro, charuto, cachimbo ou mascarando.

COMO SURGE?

1. O câncer de boca aparece geralmente como uma úlcera (ferida), que por vezes não dói e não apresenta tendência à cicatrização. Pode também se apresentar como manchas (brancas, vermelhas e/ou pretas), ou com aumento de volume (caroços, bolhas, “carnes crescidas”).

COMO PREVENIR?

1. Evite fumar.
2. Evite bebidas alcoólicas.
3. Proteja-se dos raios de sol.
4. Elimine fatores traumáticos na boca.
5. Alimente-se de forma saudável.
6. Execute o auto exame periodicamente (1 vez por mês)
7. Procure o cirurgião dentista (estomatologista) se encontrar qualquer alteração em sua boca.

