



SNTPV

MARÇO LILÁS

Mês da prevenção do câncer de colo de útero

Sindicato Nacional dos Trabalhadores na Proteção ao Voo



Neste guia você encontrará:

| | |
|-------------------------------|-----------|
| Introdução | Página 1 |
| Cancer de colo de útero | Página 3 |
| Fatores de risco..... | Página 4 |
| Sintomas..... | Página 6 |
| Tratamentos..... | Página 8 |
| Prevenção..... | Página 10 |
| Referências | Página 20 |
| Colaboradores | Página 21 |



Introdução

Reconhecido como o “calendário colorido”, o mês de março destaca três causas relevantes, representadas pelas cores **lilás, amarelo e azul-marinho**, que simbolizam as campanhas realizadas durante esse período.

1 **Março Lilás:** Focado na prevenção do **câncer de colo do útero**, a quarta maior causa de morte entre mulheres no Brasil. A campanha promove a prevenção, exames ginecológicos regulares e alerta sobre a relação entre o HPV e a doença.

2 **Março Amarelo:** Dedicada-se à conscientização sobre a **endometriose**, uma condição que afeta cerca de 190 milhões de mulheres globalmente. A campanha busca disseminar informações, promover diagnósticos precoces e apoiar mulheres com a doença.

3 **Março Azul-Marinho:** Visa aumentar a conscientização sobre o **câncer de intestino**, o terceiro tipo mais comum no Brasil. A campanha enfatiza a importância da detecção precoce, especialmente em pessoas acima de 50 anos, e promove exames regulares e hábitos saudáveis.

O SNTPV apoia as três campanhas, reforçando a importância da informação e do diagnóstico precoce para salvar vidas. Preparamos **três cartilhas** falando sobre cada uma dessas doenças.

[Acesse os links nesse PDF para ver mais conteúdo](#)



Câncer de Colo de Útero

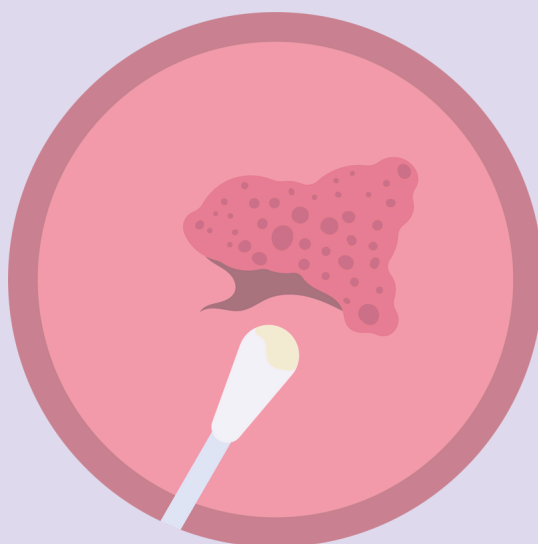
O câncer de colo do útero se desenvolve na parte inferior do útero, chamada colo uterino, que liga o útero à vagina. Ele ocorre quando células anormais sofrem alterações e se multiplicam de forma descontrolada.

O principal fator de risco para a doença é a infecção persistente pelo Papilomavírus Humano (HPV), especialmente pelos tipos 16 e 18, responsáveis por cerca de 70% dos casos.

Tipos de Câncer de Colo do Útero

- Carcinoma Epidermoide (90% dos casos) – Afeta as células escamosas que revestem o colo do útero.
- Adenocarcinoma (10% dos casos) – Origina-se nas células glandulares do canal cervical.

Consulte regularmente um ginecologista para exames preventivos!





Fatores de Risco

Vários fatores aumentam o risco de desenvolver câncer de colo do útero:

- Infecção persistente pelo HPV – Principal causa da doença.
- Falta de exames preventivos – Papanicolaou e testes de HPV podem detectar alterações antes que se tornem câncer.
- Início precoce da vida sexual – Maior exposição ao vírus.
- Múltiplos parceiros sexuais – Eleva a chance de contato com diferentes tipos de HPV.
- Tabagismo – Enfraquece a resposta imunológica contra o HPV.
- Imunossupressão – Pacientes com HIV ou em tratamento imunossupressor têm maior risco.
- Uso prolongado de anticoncepcional oral – Em algumas mulheres pode aumentar o risco.



Fatores do Ambiente de Trabalho e Saúde dos Profissionais na Proteção ao Voo

Os profissionais da proteção ao voo, incluindo controladoras de tráfego aéreo, meteorologistas, técnicas de manutenção e de informações aeronáuticas e operadoras de estação aeronáutica, enfrentam condições de trabalho que podem impactar sua saúde geral e, potencialmente, aumentar o risco de desenvolver doenças, incluindo o câncer de colo do útero.

Trabalho em Turnos de Revezamento Contínuo

- Muitos desses profissionais operam em escalas de revezamento contínuo, o que pode levar a:
- Distúrbios do Sono e Fadiga: A irregularidade nos horários de trabalho pode causar alterações no ciclo circadiano, resultando em dificuldades para dormir e fadiga crônica.
- Problemas de Saúde Mental: A falta de sono adequado e a pressão constante podem contribuir para o aumento do estresse e outros problemas psicológicos.
- Alterações Metabólicas: Trabalhar em horários irregulares pode afetar o metabolismo, aumentando o risco de doenças crônicas.

Recomendação: Profissionais que trabalham em turnos devem consultar regularmente um ginecologista para monitorar sua saúde e receber orientações específicas.

Fatores do Ambiente de Trabalho e Saúde dos Profissionais na Proteção ao Voo

Trabalho em Horário Administrativo

Aqueles que trabalham em horários comerciais também podem enfrentar desafios, como:

- Sedentarismo: Longos períodos sentados podem contribuir para problemas de saúde.
- Alimentação Inadequada: Horários rígidos podem dificultar a realização de refeições balanceadas, especialmente em ambientes como aeroportos, onde opções saudáveis podem ser limitadas.

Recomendação: Manter uma alimentação equilibrada e realizar atividades físicas regularmente são medidas essenciais. Além disso, consultas periódicas com um ginecologista são fundamentais para a prevenção e detecção precoce de doenças.





Sintomas

O câncer de colo do útero pode não apresentar sintomas nas fases iniciais. Quando aparecem, podem incluir:

- Sangramento vaginal anormal (fora do período menstrual, após relações sexuais ou na menopausa).
- Corrimento vaginal com odor forte ou coloração diferente.
- Dor pélvica ou durante a relação sexual.

Caso apresente qualquer sintoma, procure um ginecologista imediatamente!





Diagnóstico e Exames Preventivos

O câncer de colo do útero pode ser detectado precocemente com exames simples:

- Papanicolau (Citologia Oncótica) – Detecta alterações nas células do colo do útero.
- Teste de HPV – Identifica a presença do vírus e seus tipos.
- Colposcopia e Biópsia – Avaliam alterações celulares suspeitas.

Toda mulher entre 25 e 64 anos deve realizar o exame preventivo regularmente!

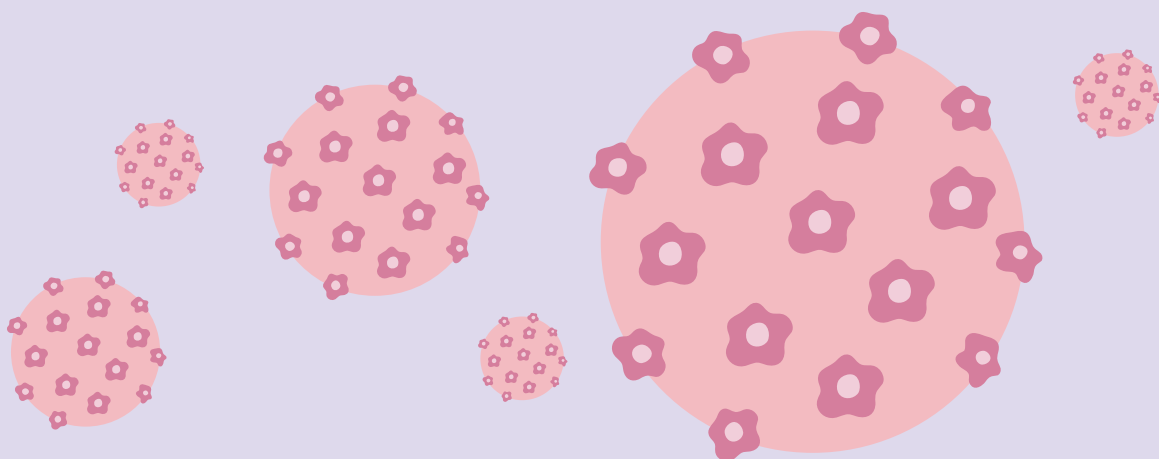




Prevenção: Como Reduzir o Risco?

- Vacinação contra o HPV – Disponível no SUS para meninas e meninos de 9 a 14 anos.
- Uso de preservativos – Reduz a transmissão do HPV.
- Evitar tabagismo – Fumar aumenta a persistência do HPV.
- Alimentação saudável e exercícios físicos – Fortalecem o sistema imunológico.
- Exame preventivo regular – Essencial para detectar lesões pré-cancerosas.

Mesmo vacinadas, as mulheres devem continuar realizando o exame Papanicolau regularmente!





Referências

INCA (Instituto Nacional do Câncer), **Entenda o conceito do câncer do colo do útero e sua magnitude no Brasil**, em <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/gestor-e-profissional-de-saude/controlado-cancer-do-colo-do-uterio/conceito-e-magnitude>, acessado dia 23/02/2025

INCA (Instituto Nacional do Câncer), **Informações sobre os fatores de risco para Câncer do Colo do Útero**, em <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/gestor-e-profissional-de-saude/controlado-cancer-do-colo-do-uterio/fatores-de-risco>, acessado em 23/02/2025

Cardial e outros, Papilomavírus humano (HPV) / Human papillomavirus (HPV), em <https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-1046496>, acessado em 04/03/2025

WHO (World Health Organization), **Câncer cervical**, em <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cervical-cancer>, acessado em 04/03/2025

Vikrant V Sahasrabuddhe, Câncer cervical: precursores e prevenção, em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38760198/>, acessado e 04/03/2025

Eileen M Burd, Papilomavírus humano e câncer cervical, em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12525422/>, acessado em 04/03/2025





Colaboradores

Conteúdo:

- **Silvia Pinheiro**

PNA-AIS no C-AIS GL

Diretoria de Comunicação do SNTPV

Graduanda em Farmácia

- **Lisandro Henrique de Sousa Koyama**

Controlador de Tráfego Aéreo

Diretor de Saúde do SNTPV

Bacharel em Farmácia

Pós graduado em:

Farmacologia e Interações Medicamentosas

Gerontologia

Edição:

- **Isabela Pinho**

Diretoria de Comunicação

- **Silvia Pinheiro**

Diretoria de Comunicação

[Acesse os links nesse PDF para ver mais conteúdo](#)



Sindicato Nacional dos Trabalhadores na Proteção ao Voo

 @sntpvenav

 sntpv.org.br

