



# FELIZ DIA DA Mulher

Dia 8 de março de 2017



*Feito a pensar em si...*



# Rastreio oncológico



- **O rastreio do cancro permite detetar a doença numa fase inicial.**
- **O objetivo do rastreio do cancro é reduzir o número de mortes por cancro através de um diagnóstico precoce.**
- **Existem vários tipos de cancro na mulher que podem ser rastreados: cancro do cólon, cancro da mama e cancro do colo do útero.**

LPCC, 2015; Miranda & Portugal, 2016)

**Previna o cancro através do rastreio !**

## Cancro da Mama

- ◆ O rastreio do cancro da mama foi implementado em 1997, na região do Alentejo.
- ◆ O rastreio do cancro da mama é realizado através da mamografia.
- ◆ A mamografia deve ser realizada em cada 2 anos, em mulheres com idade entre os 45 anos e os 69 anos

(LPCC, 2015; Miranda & Portugal, 2016)

## Cancro do Colo do Útero

- ◆ O rastreio do cancro do colo do útero foi implementado, no Alentejo, em 2008
- ◆ O rastreio do cancro do colo do útero é realizado através da citologia cervical.
- ◆ A citologia cervical deve ser realizada de 3 em 3 anos, em mulheres com idade entre os 20 e os 65 anos

(DGS, 2016; Miranda & Portugal, 2016)

Informe-se no seu Centro de Saúde

## O mar dos meus olhos

*Há mulheres que trazem o mar nos olhos  
Não pela cor  
Mas pela vastidão da alma  
E trazem a poesia nos dedos e nos sorrisos  
Ficam para além do tempo  
Como se a maré nunca as levasse  
Da praia onde foram felizes*

*Há mulheres que trazem o mar nos olhos  
pela grandeza da imensidão da alma  
pelo infinito modo como abarcam as coisas e os homens...  
Há mulheres que são maré em noites de tarde  
e calma*

**Sophia de Mello Breyner Andresen, em "Obra Poética" (2010)**

Enfermeira Paula Monteiro  
Professora Felícia Tavares  
Pinheiro



Elaborado por:  
Inês Cardoso

*Aluna de Enfermagem*

**Com a colaboração da CMVN**