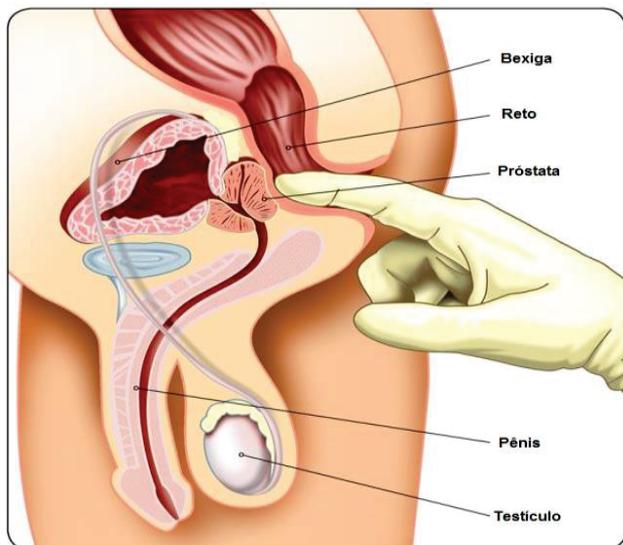


## CÂNCER DE PRÓSTATA

**É PRECISO TOCAR NESSE ASSUNTO!**

O câncer de próstata é incomum em homens de 50 anos ou menos. Porém depois dessa idade torna-se mais comum a cada década que passa. Por isso, fazer exames de detecção precoce após essa idade é importante. Quanto mais precocemente se diagnostica um tumor, maior é a chance de cura.

Os exames mais solicitados para se detectar esse tipo de câncer precocemente são o toque retal, o exame de ultrassonografia transretal, e o exame PSA (Antígeno Prostático-Específico).



## CÂNCER BUCAL

Os homens são mais propensos a desenvolver câncer bucal (5º tipo de câncer mais incidente nos homens) e outras complicações dessa cavidade por serem mais negligentes aos cuidados em saúde bucal, além disso, abusam mais dos hábitos como fumar e beber em excesso, o que repercute negativamente na boca e na saúde geral.



É hora de mudar as estatísticas, procure seu dentista regularmente, mude seus hábitos não saudáveis como o fumo e o álcool e mantenha a higiene bucal em dia, afinal saúde bucal também é coisa de homem.

**REALIZAÇÃO:**



**homemtocantins@gmail.com**  
**Gerência de Ciclo de Vida**  
**Diretoria de Atenção Primária**  
**63. 3218-2732**



GOVERNO DO  
ESTADO DO TOCANTINS  
www.to.gov.br

MINISTÉRIO DA  
SAÚDE



SECRETARIA DE ESTADO  
DA SAÚDE



# NÃO IMPORTA O TIPO DE HOMEM QUE VOCÊ É. SEJA DO TIPO QUE CUIDA DA SAÚDE!



Muitas doenças  
podem ser prevenidas  
quando os homens  
procuram os serviços de  
saúde regularmente.



SECRETARIA DE ESTADO  
DA SAÚDE



## PRÉ-NATAL DO PARCEIRO

O Pré-Natal do Parceiro tem como objetivo preparar o homem para a paternidade ativa e consciente, assim como detectar precocemente doenças, atualizar o cartão vacinal e incentivar a participação em atividades educativas nos serviços de saúde.

A gravidez também é um assunto de homem e estimular a participação do pai/parceiro durante todo esse processo pode ser fundamental para o bem estar biopsicossocial da mãe, do bebê e dele próprio, sendo o pré-natal o momento oportuno e propício para isso!

O pai/parceiro nunca deve ser visto como uma “visita”, mas como protagonista desta família, devendo ter livre e irrestrito acesso a sua parceira e ao seu filho/a no ambiente onde se encontrem!

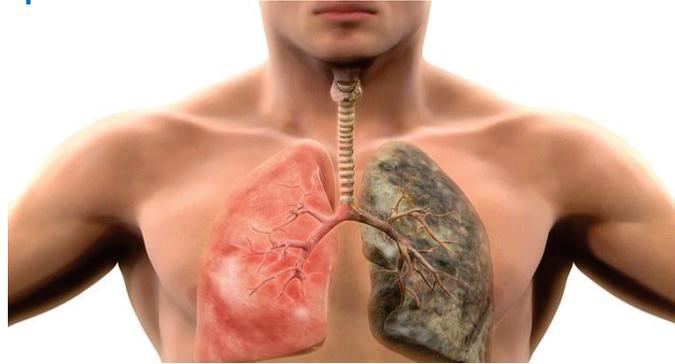
Nas Unidades Básicas de Saúde do SUS, os homens também tem o direito de se cuidar ao mesmo tempo em que acompanham suas parceiras. Essa estratégia se chama Pré-Natal do Parceiro.



## TABAGISMO

**NÃO PARE O CURSO DA VIDA FUMANDO!**

Fumar causa mais de 56 doenças graves que podem deixar sequelas e levar à morte. O tabagismo é considerado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a principal causa de morte evitável em todo o mundo. Esse é um hábito que encurta a vida por meio de diversos tipos de câncer.



Pulmões: não fumante e fumante.

## INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS - IST

**HIV/AIDS - SÍFILIS - HEPATITE B  
GONORRÉIA - HERPES GENITAL - HPV  
E OUTRAS INFECÇÕES.**

**Previna as ISTs adotando medidas como:**

- Redução do número de parcerias sexuais;
- Prevenção da ocorrência de novos episódios de ISTs com a adesão correta ao tratamento, se necessário, tanto do homem quanto de sua parceira sexual;
- Ausência de automedicação, o que diminui os sintomas da doença, mas nem sempre cura;
- Uso de preservativos (masculinos e femininos) durante o ato sexual (vaginal, oral ou anal).

## DIABETES

Diabetes é o aumento dos níveis de “açúcar” no sangue, conhecido por hiperglicemia.

Para evitar o diabetes é importante realizar atividades físicas, ter hábitos alimentares saudáveis, não fumar, controlar o peso e realizar os exames periódicos.

O diabetes não tem cura, mas é possível levar uma vida normal desde que siga as recomendações médicas.



## HIPERTENSÃO

A maioria das pessoas com pressão alta não apresentam sintomas, por isso é considerada uma doença silenciosa, porém pode manifestar sintomas como: dor de cabeça, tontura, sangramento pelo nariz, entre outros.

O aumento da pressão do sangue dentro das artérias é chamado pressão arterial. A pressão arterial pode ser considerada normal até 12 por 8, já os valores superiores a 14 por 9 indicam hipertensão.

