

Novo folder educativo orienta sobre câncer de pele

Quer saber como identificar rapidamente uma suspeita de câncer de pele? O novo *folder* do INCA sobre a doença ajuda na tarefa de discernir manchas que aparecerem pelo corpo. No material, é mostrada a regra ABCDE (Assimetria, Bordas, Cor, Diâmetro e Evolução) para constatar o câncer de pele melanoma, que é o mais raro, e o não melanoma, que provoca deformidades no corpo. Ambos podem ser curados se enfrentados em seu estágio inicial.

Para prevenir o câncer de pele é importante evitar a exposição ao sol das 10 às 16 horas, usar proteção adequada, como roupas, bonés ou chapéus de abas largas, óculos escuros com proteção ultravioleta, sombrinhas e barracas, além de aplicar na pele filtro solar com fator de proteção de, no mínimo, 15, antes de se expor ao sol e a cada duas horas, após mergulhos ou em grande transpiração, mesmo para os produtos à prova d'água. É recomendado também usar filtro solar para os lábios e dar atenção às tatuagens, que podem esconder lesões.

O *folder* alerta, ainda, que as pessoas devem ficar atentas às manchas, pintas ou sinais que apresentem um formato assimétrico, bordas irregulares, mais de uma cor e mudanças rápidas na aparência, seja no tamanho, forma, cor ou espessura. Ao perceber qualquer alteração suspeita na pele, um médico deve ser consultado.



+ NO PORTAL DO INCA NA INTERNET: Acesse o *folder* em www.inca.gov.br, na página inicial, em *Publicações*, no item *Materiais Promocionais*.

INCAVOLUNTÁRIO

Projeto INCAvoluntário Jovem promove aulas de canto para os adolescentes

Um projeto idealizado para adolescentes em tratamento no INCA oferece aulas de canto semanais com a voluntária e professora de música Itália Penza. O *INCAvoluntário Jovem: especial aula de música* reúne pacientes na Recreação Infantil toda quinta-feira para tocar instrumentos e interagir entre si.

A proposta surgiu este ano a partir de uma parceria do INCAvoluntário com o Serviço de Pediatria. “Estávamos conversando sobre alguma iniciativa para os adolescentes, já que a Recreação conta com muitas atividades para os menores, e recebemos um pedido dos próprios jovens, que queriam um espaço para troca de ideias e novas amizades”, contou Angélica Nasser, supervisora do INCAvoluntário.



Pacientes encontram na música um momento de bem-estar e acolhimento

A primeira apresentação musical foi feita no evento de inauguração da nova Unidade de Internação Pediátrica, no dia 10 de fevereiro. Segundo Juliana Ferrari, voluntária responsável pela sala de Recreação Infantil, essa interação proporciona motivação e aumento da autoestima. “A adolescência é uma fase de muitas mudanças e esses pacientes ainda precisam enfrentar a doença, por isso é importante ter um momento de bem-estar e de integração. O grupo já é bem unido, procuramos trabalhar sempre no tempo deles”, disse.