

## Câncer de mama

Toda mulher com 40 anos ou mais deve procurar uma unidade de saúde para realizar o exame clínico das mamas anualmente. Toda mulher entre 50 e 69 anos deve fazer uma mamografia por ano.



## Câncer de colo do útero

Todas as mulheres que tem ou já tiveram atividade sexual, principalmente aquelas com idade de 25 a 64 anos devem procurar a unidade de saúde para realizar a coleta do exame preventivo.



## Gestação

Logo que a mulher descobre que está grávida, deve marcar seu pré-natal. Existem várias doenças que podem ocorrer ou se agravar durante a gestação. Essas doenças podem acarretar risco de vida para a mãe e para o bebê, se não detectadas e tratadas precocemente.



## Doença cardiovascular

Principal causa de morte entre as mulheres. Algumas atitudes podem prevenir: dieta saudável, exercícios físicos regulares, não fumar, dormir bem.



## Métodos contraceptivos

Existem vários tipos de métodos contraceptivos que são distribuídos gratuitamente nas unidades de saúde. Faça uma avaliação para ver qual é a mais adequada para você.



## Câncer de pulmão

O principal fator de risco é o tabagismo. Se você fuma e deseja parar, procure sua unidade de saúde.



## Obesidade

Pratique atividades físicas e inclua legumes, verduras e fruta na alimentação. Busque informações sobre uma vida mais saudável, e se necessário, um tratamento na sua unidade de saúde.



## ISTs/AIDS

O uso da camisinha em todas as relações sexuais protege contra as hepatites virais, HIV/AIDS e outras doenças sexualmente transmissíveis. Faça o teste rápido para HIV, sifilis e hepatites.



## Violência doméstica

A violência provoca sofrimento, doenças e em alguns casos até a morte. Caso sofra alguma violência, denuncie, ligue 180. Busque auxílio e orientação na sua unidade de saúde.



## Violência sexual

Se você for vítima de violência sexual, procure em até 72h do acontecido, um dos hospitais de referência para atendimento: Maternidade Escola Santa Mônica. Nestes serviços, será acolhida e orientada quanto ao uso de medicação preventiva de ISTs e gestação indesejada. Também denuncie na Delegacia da Mulher e ligue 180.



### Telefones úteis:

Saúde da Mulher: 3315-5197  
IST/Aids: 3315-5197  
Sec. Mun. de Assistência Social: 3315-2484  
Delegacia da Mulher: 3315-4976  
Rede Feminina de Combate ao Câncer: 3221-2081

**PARA SABER MAIS A RESPEITO,  
PROCURE A UNIDADE DE SAÚDE MAIS  
PRÓXIMA DA SUA RESIDÊNCIA.**



SEAGRI  
Secretaria de Estado  
da Agricultura



# Saúde da Mulher



SEAGRI  
Secretaria de Estado  
da Agricultura

