Relatório anual das Ações de saúde

Janeiro 2025

Campanha “Janeiro Branco” Esta é a proteção de tela deste ano divulgando para toda rede e promovendo a conscientização a respeito da Saúde mental a importância para o bem estar, e o bom estado mental.



Figura 01 : Proteção de tela para visualização por todos os colaboradores.

Dia 20 de Janeiro: Foi prestado atendimento de contenção de crise de pânico a um terceirizado, primeiramente de forma urgente e por telefone, após contida a crise de forma inicial foi atendido presencialmente pela Psicóloga e através de orientação e encaminhamento foi direcionado ao Pronto Atendimento para ser medicado e ser feito receituário para continuidade do tratamento, também será acompanhado semanalmente com atendimento psicológico presencial.

Dia 23 de Janeiro: Palestra com a Psicóloga Cecília de Borba com o título: Janeiro Branco: Ano Novo Novo Começo.

Ter saúde mental é: Estar bem consigo mesmo e com os outros.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a Saúde Mental pode ser considerada um estado de bem-estar vivido pelo indivíduo, que possibilita o desenvolvimento de suas habilidades pessoais para responder aos desafios da vida e contribuir com a comunidade, estando relacionada à forma como ela reage às exigências da vida e ao modo como harmoniza seus desejos, capacidades, ambições ideias e emoções.



Figura 02 : Chamada para a palestra encaminhada por e-mail e whatsapp.



Figura 03 : Apresentação da palestra.



Figura 04 : Foto da palestrante e dos participantes.

Fevereiro 2025

A Campanha fevereiro roxo&Laranja: Esta é a proteção de tela deste ano divulgando para toda rede e promovendo a conscientização durante este mês, as cores roxa e laranja são utilizadas em diversos meios de comunicação com o objetivo de atentar para a conscientização e combate de algumas doenças.
A cor roxa foi escolhida para a conscientização do Lúpus, da Fibromialgia e do Mal de Alzheimer. Já a cor laranja foi incluída na campanha para conscientizar um dos tipos mais graves de câncer, a Leucemia.



Figura 01 : Proteção de tela para visualização por todos os colaboradores.

Esse mês é para unir forças, aumentar a conscientização e apoiar aqueles que estão enfrentando a leucemia e outras doenças hematológicas.

Juntos podemos ajudar a salvar vidas, incentivando o diagnóstico precoce e o tratamento adequado!

• O Lúpus é caracterizado como um distúrbio crônico que faz com que o organismo produza mais anticorpos que o necessário para manter o organismo em pleno funcionamento. Os anticorpos em excesso passam a atacar o organismo, causando inflamações nos rins, pulmões, pele e

articulações. Segundo o Ministério da Saúde, o Lúpus Sistêmico (Les) é a forma mais séria da doença e também a mais comum, afetando aproximadamente 70% dos pacientes com Lúpus. Ele afeta principalmente mulheres, sendo 9 em 10 pacientes com o risco mais elevado durante a idade fértil.

• Já a Fibromialgia ataca especificamente as articulações, causando dores por todo o corpo, principalmente nos músculos e tendões. A síndrome também provoca cansaço excessivo, alterações no sono, ansiedade e depressão. A doença pode aparecer depois de eventos graves como um trauma físico, psicológico ou até mesmo uma infecção. O motivo pelo qual pessoas desenvolvem a doença ainda é desconhecido. No Brasil, a Sociedade Brasileira de Reumatologia (SBR) calcula que a fibromialgia afeta cerca de 3% da população. De cada 10 pacientes com fibromialgia, sete a nove são mulheres.

• O Alzheimer é uma doença neuro-degenerativa que provoca o declínio das funções cognitivas, reduzindo as capacidades de trabalho e relação social. Com o passar do tempo, ela também interfere no comportamento e personalidade da pessoa, causando consequências como a perda de memória, é a causa mais comum de demência – um grupo de distúrbios cerebrais que causam a perda de habilidades intelectuais e sociais. No Brasil, existem cerca de 15 milhões de pessoas com mais de 60 anos de idade. Seis por cento delas têm a doença de Alzheimer, segundo dados da Associação Brasileira de Alzheimer (Abraz).

• A Leucemia é uma doença maligna dos glóbulos brancos, geralmente, de origem desconhecida. Dados do Instituto Nacional do Câncer (INCA) apontam que em 2019 a leucemia teve mais de 10 mil novos casos. Os sintomas incluem anemia, palidez, sonolência, fadiga, palpitação, manchas roxas na pele ou pontos vermelhos, bem como gânglios linfáticos inchados, perda de peso, febre e dores nas articulações e ossos.

A campanha também frisa a importância da doação de medula óssea. A doação é muito importante, pois a cada cem mil pacientes, apenas um doador é compatível.

Procure orientação em uma Unidade de Saúde, perto de sua casa .

Dia 13 de Fevereiro: Os servidores do Porto participaram, nesta semana, de uma palestra sobre a campanha de saúde “Fevereiro Roxo”.
O evento teve como objetivo informar e conscientizar os participantes sobre as doenças crônicas e seus impactos na saúde.
A palestra foi conduzida pelo médico e tenente da Marinha do Brasil, João Miranda, que abordou o tema “Conscientização sobre Doenças Crônicas – Desafios e Caminhos para uma Vida Melhor”.



Figura 02 : Chamada para a palestra encaminhada por e-mail e whatsapp.



Figura 03 : Apresentação da palestra.

O Dr. João Miranda enfatizou que “o cuidado com a saúde é um processo contínuo que dura a vida toda e deve ser iniciado o mais cedo possível, desde jovem ou mesmo desde a infância”.

Março 2025

Campanha “Março Lilás e Azul” Esta é a proteção de tela divulgada para toda rede, promovendo a conscientização, alertando para os riscos do câncer do colo do útero e do câncer colorretal, as iniciativas buscam sensibilizar a sobre os fatores de risco, a importância dos exames preventivos e as estratégias de prevenção dessas doenças, reforçando a importância do diagnóstico precoce.



Figura 01 : Proteção de tela para visualização por todos os colaboradores.

06 de Março tivemos uma palestra em comemoração ao dia 08 dia internacional da mulher (que esse ano caiu em um sábado), foi oferecido um delicioso coffee break e sorteio de prêmios entre as participantes.



Figura 02 : Foto da palestrante e dos participantes.

10,11 e 12 de março - Treinamento de formação de membro da Comissão Interna de Prevenção de Acidente e Assédio (CIPA)., ministrado pelo técnico em Segurança do Trabalho Vilson Freitas Junior.



Figura 03 : Foto do Treinamento dos cipeiros.

No dia 25 de março de 2025 - Palestra com Ana Galeski: Alimentação como Aliada na Prevenção do Câncer Colorretal e do Colo do útero.



Figura 04 : Chamada para a palestra encaminhada por e-mail e whatsapp.

O Auditório SCPAR Porto de São Francisco do Sul sediou um evento online de grande relevância para seus servidores e a comunidade local. A Especialista em Nutrição Oncológica, Ana Galeski, ministrou uma palestra esclarecedora sobre “A importância da alimentação na prevenção de dois tipos de câncer significativos: o de colo do útero e o colorretal”.

A palestra atraiu um público interessado em aprender sobre a nutrição como ferramenta poderosa na saúde e prevenção de doenças. Informações valiosas e práticas foram compartilhadas, conscientizando os participantes sobre a importância de hábitos alimentares saudáveis.

Ana Galeski abordou o Março Azul-Marinho, mês de conscientização sobre o câncer colorretal, que afeta homens e mulheres. Ela reforçou a importância de uma alimentação equilibrada e rica em frutas, verduras, legumes e grãos integrais, citando alimentos como tomate, brócolis, feijões e outras leguminosas, frutas vermelhas e chá verde por suas propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias que auxiliam na redução do risco.

Adicionalmente, enfatizou a necessidade de realizar exames de rastreamento, como a colonoscopia, para a detecção precoce da doença, aumentando significativamente as chances de cura. Galeski também ressaltou a importância da prática regular de atividade física, recomendado pela OMS um mínimo de 150 minutos semanais.

Em contrapartida, a palestrante alertou para os perigos de uma dieta desequilibrada, que pode levar à obesidade, um fator de risco estabelecido para diversos tipos de câncer. Ela especificou que o consumo excessivo de produtos industrializados, gorduras saturadas, carne vermelha, alimentos defumados e embutidos, conservantes e álcool pode elevar a probabilidade de desenvolver a doença.

A especialista também aproveitou a oportunidade para mencionar o Março Lilás, campanha dedicada à conscientização sobre o câncer de colo do útero, uma doença que impacta milhares de mulheres globalmente. Ela enfatizou que a vacinação contra o HPV e a realização regular do exame Papanicolau são estratégias primordiais na prevenção, assim como a adoção de cuidados abrangentes com a alimentação.

A palestra de Ana Galeski foi um sucesso, inspirando o público a adotar hábitos alimentares mais saudáveis e a conscientizar sobre a importância da prevenção do câncer. Os participantes saíram do evento com informações valiosas e motivados a cuidar da própria saúde e a compartilhar o conhecimento adquirido com seus familiares e amigos.



Figura 05 : Participantes e ao fundo a palestrante na tela online.

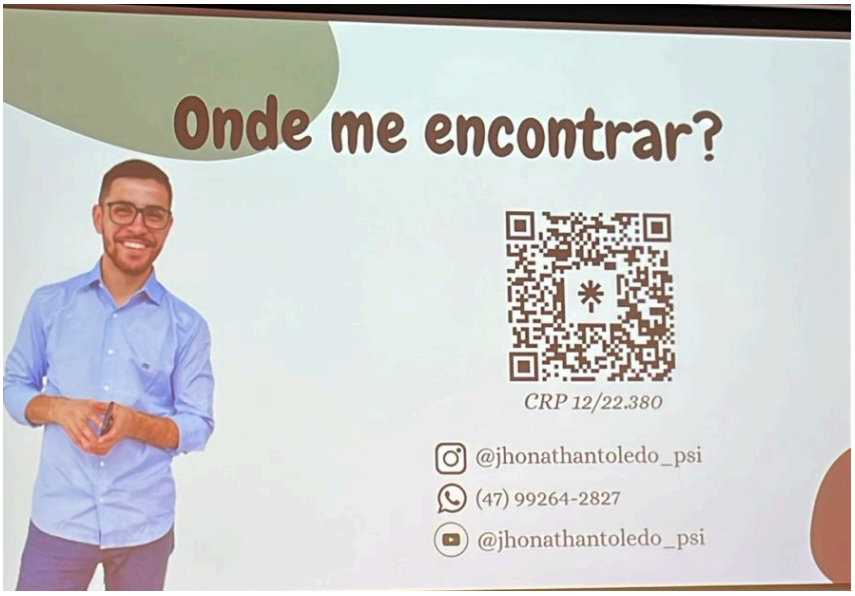
Abril 2025

A campanha Abril Azul tem o intuito de conscientizar acerca da importância da inclusão e do combate ao preconceito com pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA). O autismo, caracterizado como um transtorno do neurodesenvolvimento com raízes no período neonatal, impacta a trajetória de aquisição de competências sociais, comunicativas e cognitivas.

A presente campanha direciona seu foco para a urgência do diagnóstico precoce, ferramenta crucial para garantir que pessoas com TEA recebam o suporte especializado necessário, otimizando seu desenvolvimento. Adicionalmente, a iniciativa empenha-se em desconstruir estigmas e cultivar um ambiente de maior respeito e inclusão para a comunidade autista.



Figura 01 : Divulgação da Palestra realizada no Auditório da SCpar Porto de São Francisco do Sul para os colaboradores por e-mail e whatsapp.


Onde me encontrar?
CRP 12/22.380
@jhonathantoledo_psi
(47) 99264-2827
@jhonathantoledo_psi


Neurodivergência é um compromisso de todos
Palestrante: Jhonathan Toledo


Causas do Autismo
MASCULINO
TEA
FEMININO
sem TEA
FEMININO
TEA
Mulheres são mais tolerantes ao TEA
CARGA GENÉTICA
AMBIENTAL
OUTROS FATORES

O Auditório SCPAR Porto de São Francisco do Sul sediou um evento presencial de grande relevância para seus servidores e a comunidade local. O Psicólogo Especialista em Autismo e TDAH, Jonathan Toledo, ministrou uma palestra esclarecedora sobre “Neuro Divergência é um compromisso de todos”.

A palestra sobre autismo mobilizou um com interesse por conhecimento acerca do tema. As discussões proporcionaram *insights* valiosos sobre as causas do Transtorno do Espectro Autista, desde a importância do diagnóstico precoce. A interação entre palestrante e participantes certamente contribuiu para uma maior conscientização e para a disseminação de informações relevantes sobre o universo do TEA.

Durante a palestra, o especialista também abordou a maior frequência de diagnóstico de Transtorno do Espectro Autista (TEA) em meninos em comparação com meninas. As estatísticas indicam uma proporção de aproximadamente 3 a 4 meninos diagnosticados para cada menina. Contudo, o palestrante ressaltou que essa diferença não implica uma menor ocorrência de autismo no sexo feminino, mas sim uma maior complexidade no processo diagnóstico em meninas.

É crucial reconhecer que o autismo se manifesta de maneira diversa e que as meninas podem apresentar um "fenótipo feminino" do TEA que difere da apresentação mais clássica observada em meninos. A conscientização sobre essas diferenças é fundamental para melhorar a identificação precoce e garantir que as meninas com autismo recebam o suporte e as intervenções de que necessitam para prosperar. Pesquisas contínuas estão buscando refinar os critérios diagnósticos para melhor identificar o TEA em todos os indivíduos, independentemente do gênero.

A palestra sobre neurodivergência, reuniu um público interessado em aprender mais sobre o tema, o engajamento dos participantes demonstraram o crescente interesse e a urgência em construir uma sociedade mais inclusiva e informada, onde a neurodivergência seja verdadeiramente um compromisso de todos.

Maio 2025

A violência infantil é uma tragédia que afeta o desenvolvimento e o futuro de crianças e adolescentes. É fundamental que todos, incluindo pais, educadores, comunidade e autoridades, trabalhem juntos para prevenir e combater esse problema, garantindo que as crianças cresçam em ambientes seguros e saudáveis.

Discurso breve sobre o combate à violência infantil:

"Amigos, colegas, é com profunda preocupação que falo sobre a violência infantil. É um problema que afeta a todos e que, infelizmente, se manifesta de diversas formas, como violência física, psicológica, negligência, exploração sexual e abuso. A violência infantil não é apenas um problema de saúde, mas também um problema social que prejudica o desenvolvimento das crianças, sua formação e o futuro da nossa sociedade.



Dias 21-22-23 A Secretaria Municipal de Saúde, em parceria com a SCPar porto de São Francisco do Sul, realizou a **Ação de Vacinação contra a Gripe (Influenza)** voltada aos trabalhadores portuários. Esta iniciativa visou a proteção da saúde desses profissionais, os quais desempenham suas atividades diárias em um ambiente de significativa circulação de pessoas e mercadorias, considerado essencial para a economia local.

A vacinação contra a gripe é uma importante medida de prevenção, especialmente para os trabalhadores expostos a variações climáticas e ambientes com alta rotatividade. A Influenza pode acarretar complicações de saúde relevantes, afastamentos e impactos negativos tanto para o bem-estar do trabalhador quanto para a produtividade das empresas.

Foram convidados e incentivamos todas as empresas a mobilizarem seus colaboradores para comparecerem ao ponto de vacinação no Auditório da SCPAR.

Junho 2025

O mês de junho é marcado por duas campanhas de grande relevância para a saúde pública: o Junho Vermelho, voltado ao incentivo à doação de sangue, e o Junho Laranja, que busca conscientizar a população sobre a anemia e a leucemia. Ambas iniciativas reforçam a importância da solidariedade e da atenção à saúde do sangue, um componente essencial à vida.

Mais do que simples datas no calendário, essas campanhas promovem informação e mobilização social em torno de temas que impactam milhares de pessoas todos os anos. Enquanto o Junho Vermelho reforça o ato voluntário e salvador de vidas por meio da doação, o Junho Laranja alerta para doenças que comprometem a qualidade e o funcionamento do sangue, como a anemia uma condição caracterizada pela baixa concentração de hemoglobina e a leucemia, um tipo de câncer que afeta a produção das células sanguíneas.

Ambas as campanhas estão conectadas por um mesmo propósito: valorizar o sangue como símbolo de vida e cuidado, estimulando atitudes que promovam saúde, diagnóstico precoce e apoio ao próximo.



Figura 01 : Proteção de tela para visualização por todos os colaboradores.

No dia 27 de Junho de 2025 - Palestra: Junho Vermelho e a importância da Doação de Sangue.



Figura 02: *Chamada para a palestra encaminhada por e-mail e whatsapp.*

Em apoio às campanhas Junho Vermelho e Junho Laranja, voltadas à conscientização sobre a doação de sangue, anemia e leucemia, a SCPAR Porto de São Francisco do Sul promoveu uma ação educativa voltada aos seus colaboradores e terceirizados, reforçando seu compromisso com a saúde, o bem-estar e a responsabilidade social.



Figura 03 : Foto da palestrante e dos participantes.

O evento foi realizado no Auditório da SCPar Porto de São Francisco do Sul e contou com a presença da Dra. Deli Grace Araújo Barros, médica especialista em Pediatria e Hematologia, mestre e doutora, professora da Univille, com atuação no Hospital Infantil Dr. Jeser Amarante Faria (Joinville) e na Unimed. Com grande experiência na área, a palestrante abordou de forma clara e didática os principais aspectos relacionados à hemoterapia, história das transfusões sanguíneas, o papel fundamental da doação voluntária, bem como os direitos dos doadores e os mitos mais comuns sobre o tema.

Durante a apresentação, foram destacados os benefícios da doação regular de sangue para o sistema de saúde, os critérios para doação, os principais impedimentos temporários e definitivos, além do impacto positivo que um único doador pode ter na vida de até quatro pessoas.

A palestra também reforçou a importância de manter um sangue saudável e do ato de doar como expressão de solidariedade e cidadania.



Figura 04 : Foto da palestrante

Essa iniciativa faz parte das ações institucionais da SCPAR voltadas à promoção da saúde e da qualidade de vida no ambiente de trabalho, alinhando-se às diretrizes de prevenção e valorização da vida.

Julho 2025

Julho é um mês importante para a saúde pública no Brasil, marcado pela campanha "Julho Amarelo". Essa iniciativa nacional é dedicada à conscientização e combate às hepatites virais, um grupo de doenças que afetam milhões de pessoas em todo o mundo. O principal objetivo do Julho Amarelo é promover a prevenção, o diagnóstico precoce e o tratamento adequado dessas enfermidades.

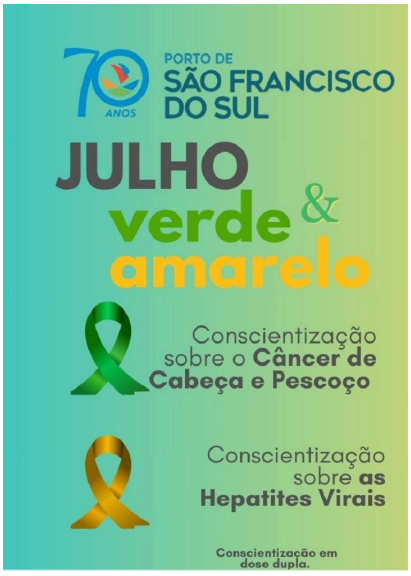


Figura 01 : Proteção de tela para visualização por todos os colaboradores.

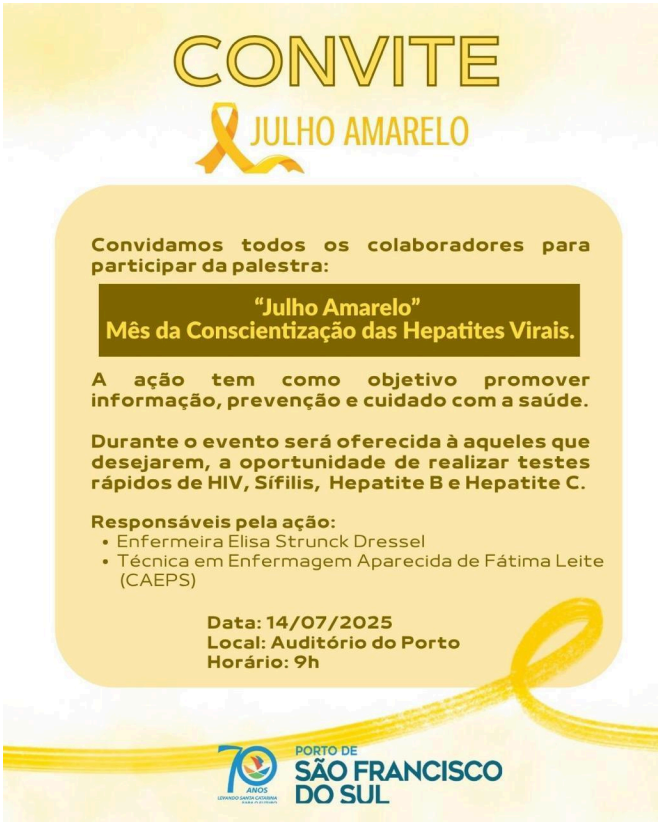


Figura 02: *Chamada para a palestra encaminhada por e-mail e whatsapp.*



Figura 03: *Banner da Campanha*

No dia 14 de julho de 2025, foi realizada a palestra “Julho Amarelo – Dia Mundial de Combate às Hepatites Virais”, como parte das ações da campanha Julho Amarelo, que tem como objetivo conscientizar sobre a prevenção e o combate às hepatites virais. A atividade foi conduzida pela enfermeira Elisa Strunck Dressel e pela técnica em enfermagem Aparecida de Fátima Leite.





A palestra fez parte da programação de saúde voltada aos colaboradores e terceirizados da unidade, com a proposta de informar e incentivar o cuidado com a saúde, especialmente por meio da prevenção e da testagem regular.

Durante a apresentação, foram explicados os principais tipos de hepatite (A, B, C, D e E), suas formas de transmissão, sintomas mais comuns e as maneiras de prevenção e tratamento. Também foi destacada a importância do fígado no bom funcionamento do corpo.

A hepatite A, transmitida por água ou alimentos contaminados, reforçou a importância da higiene. A hepatite B, transmitida por sangue e fluidos corporais, foi destacada como uma das mais preocupantes, mas que pode ser evitada com a vacina disponível no SUS. A hepatite C foi apresentada como uma infecção silenciosa, mas com tratamento eficaz. Já as hepatites D e E, menos comuns no Brasil, também foram explicadas brevemente.

Entre os cuidados destacados estão: vacinação contra hepatites A e B, uso de preservativo, não compartilhar objetos de uso pessoal, e atenção à esterilização de materiais usados em procedimentos como tatuagens, piercings e manicure. A palestra reforçou que, como muitas hepatites não apresentam sintomas, testar-se regularmente é essencial.

Além da palestra, a ação contou com a realização de 31 testes rápidos para Hepatite B, Hepatite C, Sífilis e HIV. Os participantes puderam fazer os testes de forma voluntária, sigilosa e gratuita, recebendo orientações conforme os resultados.

A atividade foi bem recebida e teve boa participação. A linguagem acessível e o conteúdo informativo ajudaram a ampliar o conhecimento dos participantes sobre o tema. Com essa iniciativa, a instituição reafirma seu compromisso com a promoção da saúde e o cuidado com seus colaboradores.

Agosto 2025

Agosto é um mês muito importante para a saúde pública no Brasil, marcado pela campanha “Agosto Dourado”. Essa iniciativa nacional é dedicada à conscientização sobre a importância do aleitamento materno, considerado padrão ouro para a nutrição e desenvolvimento saudável dos bebês. O principal objetivo do Agosto Dourado é promover a amamentação, incentivar o apoio às mães e famílias, além de reforçar os benefícios desse gesto de amor para a saúde da criança e da mãe.



Figura 01 : Proteção de tela para visualização por todos os colaboradores.



Figura 02: *Chamada para a palestra encaminhada por e-mail e whatsapp.*

No dia 21 de agosto, realizamos no Auditório da SCPar a palestra "Mitos e Verdades sobre Alimentação e Amamentação". A atividade integrou a programação de saúde destinada a colaboradores e terceirizados da unidade, com o objetivo de esclarecer dúvidas e desfazer crenças populares que muitas vezes dificultam esse momento tão especial entre mãe e bebê. A apresentação foi conduzida pela Dra Cintya de Oliveira Cruz

Durante o encontro, foram abordados os principais mitos relacionados à amamentação, como a ideia de que existe leite fraco, que mães com seios pequenos produzem menos leite ou que certos alimentos devem ser proibidos durante o aleitamento. Também forão reforçadas as verdades científicas, como o papel da sucção do bebê para estimular a produção de leite, os benefícios do aleitamento exclusivo até os 6 meses de vida e a importância da alimentação equilibrada e hidratação da mãe.

A palestra também trouxe orientações práticas, mostrando como a rede de apoio, o posicionamento correto do bebê e o acolhimento fazem toda a diferença no sucesso da amamentação.

Mais do que informação, foi um espaço de aprendizado e troca de experiências.





Figura 03 : Foto da palestrante e dos participantes.

Av. Engenheiro Leite Ribeiro, 782, Centro
São Francisco do Sul - SC
Fone: +55 47 3481-4800
presidencia@portosaofrancisco.com.br

Setembro: Mês da Conscientização sobre a Doação de Órgãos

O mês de setembro é marcado por uma importante causa: a conscientização sobre a doação de órgãos e tecidos. Este é um período dedicado a informar, sensibilizar e incentivar a população sobre a relevância desse gesto solidário, capaz de salvar e transformar vidas.

A campanha busca promover o diálogo entre famílias e a sociedade sobre o tema, reforçando que a decisão de ser doador deve ser comunicada aos familiares. A doação de órgãos é um ato de cidadania, empatia e responsabilidade social, que reflete o compromisso com a vida e com o próximo.



Figura 01 : Proteção de tela para visualização por todos os colaboradores.



Figura 02: *Chamada para a palestra encaminhada por e-mail e whatsapp.*

O evento, realizado no Auditório da SCPar Porto de São Francisco do Sul, contou com a participação dos convidados Ana Paula Athanazio, Vladimir de Oliveira Ferreira e Matheus Silva Veiga, que compartilharam suas histórias de vida e experiências relacionadas à doação de órgãos.

A palestra iniciou com uma breve abertura sobre a importância de dialogar com os familiares a respeito do desejo de ser doador de órgãos. Foi reforçado que é essencial manifestar essa vontade à família e, se desejado, formalizá-la em cartório, garantindo que o desejo seja respeitado.

Durante a apresentação, foram expostos dados sobre o número ainda reduzido de doações realizadas no país, destacando a necessidade de divulgar e abraçar essa causa para que mais pessoas se tornem doadoras, contribuindo assim para a diminuição da longa fila de espera por transplantes.

Em seguida, os convidados compartilharam suas emocionantes histórias.

A primeira a falar foi Ana Paula Athanazio, que relatou sua trajetória marcada por desafios de saúde, como o câncer renal e a obesidade, que culminaram na necessidade de um transplante de rim.

Na sequência, Vladimir de Oliveira Ferreira contou sua experiência após ser diagnosticado com miocardite viral, que comprometeu gravemente o funcionamento do coração e o levou à fila de transplante. Ele relatou o período de internação e as dificuldades enfrentadas até receber, ainda no hospital, a notícia de que havia um órgão compatível disponível.

Por fim, Matheus Silva Veiga compartilhou sua história de superação, iniciada aos cinco meses de vida, quando foi diagnosticado com um problema renal. Ele conseguiu manter-se estável com medicações até os 17 anos, quando precisou entrar na fila de transplante. Matheus relatou que, por ainda não ter completado 18 anos, teve prioridade na fila e, faltando apenas três meses para atingir a maioridade, recebeu a ligação que mudaria sua vida: a notícia da doação de um órgão compatível.

Após os relatos, o espaço foi aberto para perguntas e trocas entre os participantes, proporcionando um momento de grande emoção e reflexão. A roda de conversa reforçou a importância de disseminar informações sobre a doação de órgãos e de conscientizar a população sobre como esse gesto pode transformar vidas e renovar esperanças.





Figura 03 : Foto dos 03 convidados que compartilharam suas histórias e dos participantes.

Essa ação integra o conjunto de iniciativas da SCPar voltadas à promoção da saúde, ao bem-estar e à conscientização social, reforçando o compromisso da instituição com a valorização da vida.

Outubro 2025

Outubro Rosa: Um Mês para Reforçar o Cuidado e a Conscientização

O Outubro Rosa é um período dedicado à sensibilização sobre a importância da prevenção, do autocuidado e do diagnóstico precoce do câncer de mama. Mais do que um mês temático, é um convite para refletirmos sobre nossa saúde, adotarmos hábitos mais equilibrados e buscarmos acompanhamento regular como forma de proteção e amor-próprio.

A campanha reforça que cuidar da saúde é um ato de coragem, responsabilidade e valorização da própria vida. Ao promover informação, diálogo e apoio, o Outubro Rosa lembra que cada atitude preventiva pode fazer a diferença — para nós e para quem caminha ao nosso lado.



Figura 01 : Proteção de tela para visualização por todos os colaboradores.



Figura 02: *Chamada para a palestra encaminhada por e-mail e whatsapp.*

A SCPar Porto de São Francisco do Sul promoveu, no dia 30/10/2025, uma palestra especial em alusão ao Outubro Rosa, reforçando a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama e do câncer de colo de útero.

O encontro, realizado no Auditório da SCPar, teve como tema central “Prevenção do Câncer de Mama e Cólon de Útero” e contou com a participação de Talita René (enfermeira da Rede Feminina) e Vânia Pereira (voluntária da Rede Feminina de Combate ao Câncer), que compartilharam orientações essenciais para a promoção da saúde feminina.

Também tivemos o privilégio de ouvir os relatos emocionantes de Fabricia Dubinsky e Vânia Pereira, que dividiram com o público suas trajetórias de coragem e superação. Fabricia, que enfrentou o câncer quatro vezes consecutivas, ressaltou que, mesmo levando uma vida saudável sendo professora de Educação Física, praticante regular de atividades físicas e instrutora de natação, ninguém está imune, e por isso a prevenção e o diagnóstico precoce são fundamentais.

Vânia também compartilhou sua experiência, relatando que descobriu o câncer por meio da mamografia, já que o tumor não havia sido identificado no ultrassom. Hoje, recuperada, mantém uma rotina ativa, realizando atividades físicas diariamente e dedicando-se ao ciclismo, esporte pelo qual é apaixonada.

Aproveitando o momento, a Sra Vânia comentou sobre um caso de uma colaboradora que estava presente a Sra. Silvana, e relatou que a mesma foi diagnosticada há 8 anos com um câncer de mama, com isso foi reforçado a relevância desse espaço de acolhimento e conscientização.

A palestra trouxe atualizações importantes sobre a doença, seus exames e tratamentos, fortalecendo o propósito do Outubro Rosa: informar, esclarecer e incentivar o autocuidado. Eventos como este ampliam o conhecimento, quebram tabus e reforçam que a prevenção é sempre o melhor caminho.







Essa ação integra o conjunto de iniciativas da SCPar voltadas à promoção da saúde, ao bem-estar e à conscientização social, reforçando o compromisso da instituição com a valorização da vida e com o cuidado integral de seus colaboradores.Momentos como este vão muito além de uma palestra: eles acolhem, esclarecem, fortalecem e, acima de tudo, salvam vidas.

Cada história compartilhada, cada orientação recebida e cada gesto de coragem demonstram que ninguém precisa enfrentar seus medos ou desafios sozinho. Quando nos unimos pelo conhecimento, pelo apoio e pela prevenção, construímos um ambiente mais humano, seguro e solidário.

Que essa sensibilização siga ecoando em cada colaborador, inspirando atitudes de autocuidado e encorajando a busca por diagnóstico precoce. Afinal, cuidar de si é o primeiro passo para continuar presente nos sonhos, nos planos e na vida de quem amamos.

Novembro 2025

Novembro: Mês de Conscientização sobre a Saúde do Homem

O mês de novembro é dedicado a uma causa essencial: a prevenção e o cuidado com a saúde do homem. Este período tem como objetivo informar, sensibilizar e incentivar a população masculina a adotar hábitos saudáveis, realizar consultas preventivas e buscar diagnóstico precoce de doenças que podem ser evitadas ou tratadas com maior sucesso quando identificadas a tempo.

A campanha reforça a importância de quebrar tabus, promover o diálogo sobre saúde masculina e estimular a busca por acompanhamento médico regular. Cuidar da saúde é um ato de responsabilidade, autocuidado e compromisso com a própria vida e com aqueles que amamos.



01 : Proteção de tela para visualização por todos os colaboradores.



Figura 02: *Chamada para a palestra encaminhada por e-mail e whatsapp.*

A palestra sobre Saúde Masculina, apresentada no contexto do Novembro Azul, foi realizada no dia 28/11 no Auditório da SCPar Porto de São Francisco do Sul, o qual abordou a importância do

cuidado integral com a saúde do homem e destacou que, no Brasil, os homens vivem em média seis anos a menos que as mulheres. Esse cenário é influenciado pela baixa procura por serviços de saúde, pelo diagnóstico tardio e pela maior exposição a fatores de risco, como álcool, tabaco e estresse. Também foram mencionadas barreiras culturais, como a ideia de que “homem não adoece”, o que contribui para atrasos na detecção de doenças preventáveis.

Um dos principais temas discutidos foi o câncer de próstata, considerado o tipo de câncer mais incidente entre homens no país (excluindo o de pele não melanoma), com estimativa de aproximadamente 71.730 novos casos ao ano. A palestra reforçou a diferença significativa entre diagnóstico precoce e tardio: enquanto a detecção inicial pode proporcionar taxas de cura acima de 90%, o diagnóstico tardio reduz drasticamente a sobrevida.

Foram apresentados os principais grupos de risco, incluindo homens acima de 60 anos, indivíduos com histórico familiar, homens negros, além da influência negativa da obesidade e do tabagismo. Os sinais e sintomas mais comuns, como dificuldade para urinar, jato fraco, sangue na urina ou no sêmen e dor óssea (em casos avançados), também foram destacados. No entanto, reforçou-se que os estágios iniciais do câncer de próstata geralmente são silenciosos, tornando essencial a realização de consultas e exames preventivos.

A palestra foi encerrada com a exibição de um vídeo mostrando uma conversa entre o médico palestrante e um paciente diagnosticado com câncer de pulmão, o que gerou grande reflexão entre os participantes e reforçou a importância do cuidado com a saúde.

O movimento Novembro Azul foi apresentado como um importante aliado na conscientização, incentivando os homens a superarem preconceitos, buscarem acompanhamento médico e priorizarem sua saúde de forma contínua.



Av. Engenheiro Leite Ribeiro, 782, Centro
São Francisco do Sul - SC
Fone: +55 47 3481-4800
presidencia@portosaofrancisco.com.br





Figura 03 : Foto do palestrante e dos participantes.

Essa ação integra o conjunto de iniciativas da SCPar voltadas à promoção da saúde, ao bem-estar e à conscientização social, reforçando o compromisso da instituição com a valorização da vida e com o cuidado integral de seus colaboradores.