

28 de maio de 2025
Edição 208

Dia Internacional de luta pela saúde da mulher

A saúde da mulher é um tema abrangente, que foca na prevenção, promoção e cuidado em todas as fases da vida, indo além da ginecologia. Prioriza a redução da **mortalidade materna** através do acompanhamento pré-natal e puerperal, visando o bem-estar da mãe e do bebê e o tratamento de condições como hipertensão e prematuridade.

É fundamental garantir o **planejamento familiar**, oferecendo métodos contraceptivos e de concepção seguros e eficazes, assegurando a liberdade de escolha. É crucial realizar o controle das **Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST)**, como sífilis, HIV e hepatite B, com diagnóstico e tratamento para interromper a cadeia de transmissão. O enfrentamento da **violência contra a mulher** é essencial para sua saúde física e mental, exigindo ações de proteção e suporte.

O **câncer** é uma preocupação crescente, impulsionada pelo envelhecimento populacional, diagnóstico ampliado e hábitos de vida. O Instituto Nacional de Câncer (Inca) prevê 248 mil novos casos de câncer em mulheres no Brasil, a cada ano do triênio 2023-2025. Destacamos abaixo os 5 tipos mais comuns:

- 1- **Câncer de pele não melanoma:** Mais incidente, mas com menor mortalidade se diagnosticado e tratado precocemente. Manifesta-se em áreas expostas ao sol, como feridas que não cicatrizam.
- 2- **Câncer de mama:** Estimam-se 74 mil novos casos anuais, 99% em mulheres. Relacionado a fatores como obesidade, sedentarismo, álcool, tabaco, genética e hormônios. O diagnóstico precoce via autoexame e mamografia (a partir dos 40 anos) é crucial para tratamentos menos agressivos e maior sobrevida.
- 3- **Câncer de cólon e reto (intestino):** Previsão de 24 mil novos casos anuais. Um dos primeiros sinais é a mudança no hábito intestinal. A prevenção inclui peso adequado, realizar atividade física, evitar álcool e alimentos processados, e não fumar. O rastreamento com colonoscopia se inicia aos 45 anos.
- 4- **Câncer de colo do útero:** Cerca de 17 mil novos casos anuais, 99% ligados ao HPV. A prevenção se dá pela vacina contra o HPV e exames Papanicolau periódicos (25 a 64 anos e com vida sexual ativa).
- 5- **Câncer de pulmão:** Previsão de 15 mil novos casos anuais. Sinais como tosse, falta de ar e perda de peso geralmente indicam doença avançada. A prevenção foca na prática de atividade física e, principalmente, em evitar o tabagismo (cigarro, narguilé, vape).

Por fim, o **climatério** é um período de transição com mudanças hormonais e físicas, e a assistência à saúde da mulher nesta fase é vital, focando na saúde óssea, cardiovascular, humor, sono e queixas sexuais decorrentes da falta de hormônios.

A SPDM desempenha um papel fundamental na saúde da mulher através do SUS, oferecendo uma gama completa de serviços em todos os níveis de atenção. Desde o **pré-natal de alto risco** e **centros obstétricos**, até **cirurgias ginecológicas** em hospitais especializados, a Instituição através dos equipamentos de saúde que administra, contribui para o atendimento integral. A atuação se estende a **ambulatórios ginecológicos, exames de imagem, UTI Neonatal** e cuidados em **saúde mental**. Além disso, a SPDM promove a saúde da mulher idosa por meio dos **Ambulatórios Médicos Especializados no cuidado com os Idosos**, oferecendo **consultas médicas, exames de rotina e especializados, prevenção e tratamento de doenças, suporte emocional e ações de educação em saúde**, assegurando o cuidado contínuo em todas as fases da vida feminina.

A preocupação da SPDM com o bem-estar feminino vai além do atendimento clínico direto. Ao participar do **Programa Pró-Equidade de Gênero e Raça**, uma iniciativa do Governo Federal, a instituição busca reforçar compromisso com a promoção da igualdade no mercado de trabalho. Essa atuação contribui para um ambiente profissional mais justo, seguro e equitativo, combatendo a discriminação e a desigualdade, o que resulta em menor estresse e maior bem-estar para as mulheres, impactando positivamente sua saúde física e mental.



Ao promover a **saúde integral da mulher**, a SPDM contribui diretamente para o **ODS 3 (Saúde e Bem-Estar)**. Com sua participação no **Programa Pró-Equidade de Gênero e Raça** reflete um compromisso com o **ODS 5 (Igualdade de Gênero)**, ao buscar um ambiente de trabalho justo e equitativo, que impacta positivamente o bem-estar físico e mental das mulheres.

Este texto teve a contribuição da Dra. Adriana Falcão de M. Macedo, Médica na Filial HGP.