

# Março Lilás: A Prevenção é o Nosso Maior Ato de Cuidado

## Campanha Institucional de Conscientização

Elaborador: Mateus Miranda Pessanha  
TAE - Técnico em Enfermagem

Universidade Federal do Rio de Janeiro  
Pró-Reitoria de Pessoal (PR-4) | CPST Campus Macaé

Março de 2026

# O que é o Março Lilás?

## Uma Campanha Global

O Março Lilás é dedicado à consciencialização sobre o **cancro do colo do útero**.

O nosso objetivo central é disseminar informações cientificamente fundamentadas e incentivar o diagnóstico precoce. Esta é uma medida clínica capaz de reduzir drasticamente os índices de mortalidade entre a população feminina.

17.000

Novos Casos Anuais

3º

Cancro Mais Frequente

## A Dimensão do Desafio na Saúde Pública

Os dados ao lado refletem a estimativa do **Instituto Nacional de Câncer (INCA)** para o triénio atual. Este número ressalta a magnitude do problema no país.

Excluindo os tumores de pele não melanoma, o cancro do colo do útero figura como a **terceira neoplasia maligna mais comum** na população feminina brasileira, exigindo políticas rigorosas de saúde.

# O Inimigo Silencioso: Vírus HPV

## A Causa Primária

A infecção persistente por subtipos oncogénicos do **Papilomavírus Humano (HPV)** é a principal responsável pelo desenvolvimento das lesões precursoras do cancro. Trata-se da infecção sexualmente transmissível mais comum.

## Evolução Assintomática

A maior periculosidade do HPV reside na sua ação. O vírus pode permanecer no organismo celular por anos **sem manifestar absolutamente nenhum sintoma**. Apenas o rastreio periódico identifica alterações precoces.

# A Tríade Estratégica da Prevenção

## 1. Vacinação

A medida profilática mais segura e eficaz na prevenção da infecção pelos tipos virais de HPV. A vacina está amplamente disponível e estruturada no SUS.

## 2. Rastreio (Exame Preventivo)

A execução disciplinada do Papanicolau deteta lesões em fases iniciais ou pré-malignas, momento em que o tratamento apresenta sucesso e hipótese de cura de quase 100%.

## 3. Proteção

O uso consistente e correto de preservativos reduz significativamente (embora não elimine totalmente) o risco de transmissão do vírus.

A imunização é a nossa linha de frente mais poderosa contra o HPV e o desenvolvimento futuro do cancro.

- Administrada de forma gratuita pelo **SUS para meninas e meninos de 9 a 14 anos.**
- Protege ativamente contra os subtipos virais responsáveis por mais de 70% dos casos clínicos da doença.
- A aplicação antes do início da vida sexual garante eficácia quase total.
- Trata-se de uma intervenção de saúde pública vital para proteger as futuras gerações.

## O Poder do Papanicolau

Popularmente conhecido como Papanicolau, o rastreio periódico é clínico e insubstituível para a manutenção da saúde feminina. Ele não previne a infecção, mas identifica as células alteradas **antes que se tornem malignas**.

A recomendação do Ministério da Saúde é que toda a mulher com colo de útero, **entre 25 e 64 anos**, realize o exame anualmente. Após dois exames com resultados normais consecutivos, o intervalo seguro pode ser ampliado para três anos.

- **Assintomático na Fase Inicial:** O cancro tem desenvolvimento lento. Lesões precursoras não causam dor. A ausência de sintomas não exclui a necessidade do rastreio.
- **Sangramento Vaginal Anormal:** Ocorrência de sangramento atípico fora do período menstrual regular, após a menopausa ou após as relações sexuais.
- **Dores Pélvicas:** Dor constante e crónica na região abdominal inferior, não relacionada ao ciclo menstrual.
- **Necessidade de Investigação:** A presença prolongada de qualquer um destes sintomas requer avaliação médica imediata.

# O Papel Transformador da UFRJ

## Formação

Capacitamos profissionais de saúde com excelência, ética e visão voltada ao fortalecimento estrutural do SUS.

## Pesquisa

Os nossos laboratórios lideram investigações sobre marcadores biológicos e terapias inovadoras no combate ao cancro.

## Assistência

Oferecemos atendimento clínico e cirúrgico humanizado de alta complexidade à população do Rio de Janeiro.

# Desmistificando o Cancro do Colo do Útero

Afirmação Comum	Veredito	Evidência Científica
"O HPV afeta exclusivamente as mulheres."	<b>Mito</b>	Homens contraem e transmitem o vírus, estando sujeitos a cancros de orofaringe e pénis.
"Sem sintomas, não há necessidade de exames."	<b>Mito</b>	O desenvolvimento é extremamente lento e silencioso. O exame flagra a fase assintomática.
"A vacina pode causar a doença."	<b>Mito</b>	A vacina não contém vírus vivos. Utiliza apenas partículas sintéticas (VLP).
"O cancro do colo do útero é altamente evitável."	<b>Fato</b>	A união estratégica entre vacinação e rastreio pode virtualmente erradicar a doença.

# Um Chamado à Ação

A prevenção de excelência é um compromisso coletivo da nossa sociedade. Proteja-se a si mesma, dissemine a informação correta e incentive ativamente outras mulheres a realizarem os seus exames.

**A UFRJ está ao seu lado nesta jornada de cuidado e ciência.**

# Referências Bibliográficas

- BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer (INCA). **Estimativa 2023: incidência de câncer no Brasil**. Rio de Janeiro: INCA, 2022.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Diretrizes brasileiras para o rastreamento do câncer do colo do útero**. 2. ed. Rio de Janeiro: INCA, 2016.
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **Câncer de colo do útero**. Folha informativa. Brasília: OPAS, [2024].
- FEBRASGO. **Recomendações sobre Vacinação contra o HPV**. São Paulo: FEBRASGO, 2021.

**CPST Campus Macaé | UFRJ**

Mateus Miranda Pessanha