



CAMPANHA 2025



DEZEMBRO
LARANJA
CAMPANHA DO
CÂNCER DE PELE
SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLOGIA

PROTEGER A PELE É PROTEGER A SAÚDE



SBD PR

DEZEMBRO LARANJA

Imagine poder **evitar o tipo de câncer mais comum do Brasil** com atitudes simples do dia a dia? Parece pouco, mas faz toda a diferença!



O câncer de pele é o tipo de câncer mais frequente no Brasil, mas é também um dos mais fáceis de prevenir. Quando detectado cedo, tem altas chances de cura.

O DEZEMBRO LARANJA É O MÊS DE CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE O CÂNCER DE PELE

Uma campanha da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) que busca informar, prevenir e salvar vidas.

**Em 2025, o tema da campanha é
"Proteger a pele é proteger a saúde".**

Neste e-book, você vai entender por que precisamos cuidar da saúde da pele, quais sinais merecem atenção e o que fazer para se proteger do sol, mantendo um estilo de vida saudável e seguro.

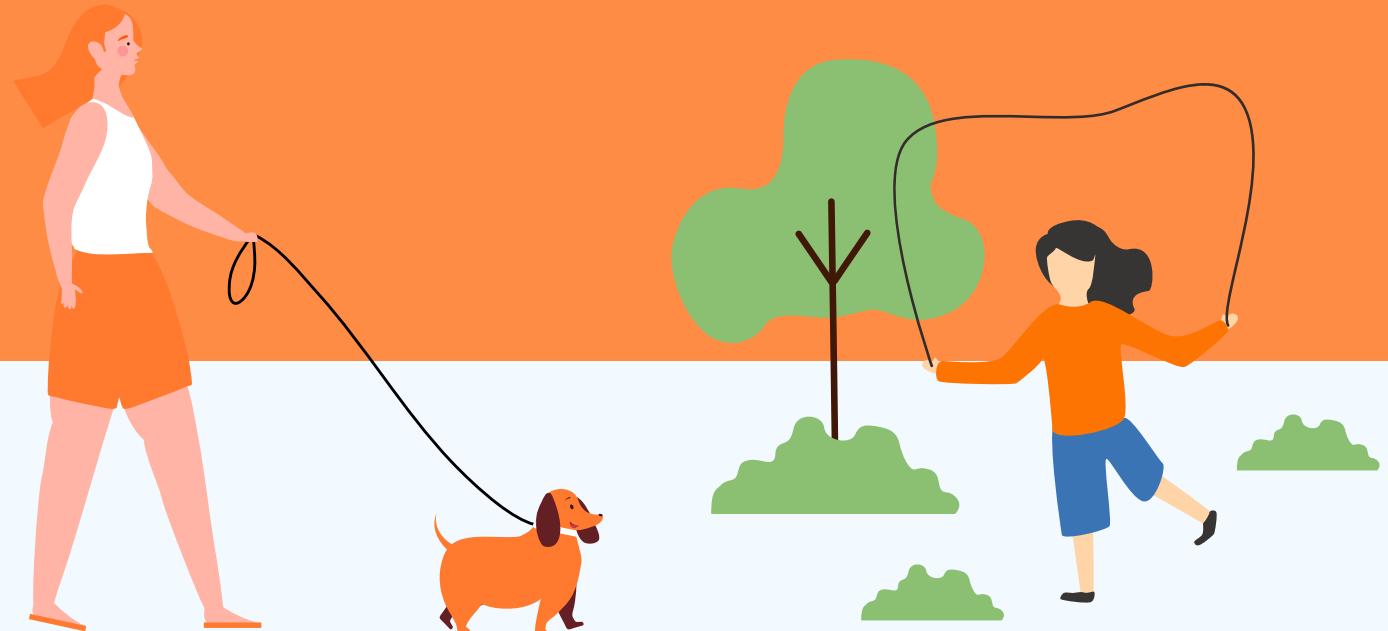
Vamos juntos descobrir como pequenos hábitos podem gerar grandes mudanças?



POR QUE FALAR SOBRE O CÂNCER DE PELE?

Imagine como o sol faz parte da nossa rotina: ele aparece nos passeios de fim de semana, nas férias, no esporte ao ar livre e até no simples ato de ir ao trabalho. A luz solar traz benefícios, como a produção de vitamina D, mas também pode ser perigosa quando não nos protegemos corretamente.

O verão se aproxima, e com ele aumentam os hábitos ao ar livre. Por isso existe o Dezembro Laranja, uma campanha nacional que busca chamar atenção para o câncer de pele, doença que representa cerca de 33% de todos os casos de câncer no Brasil (dados: Ministério da Saúde).



NÚMEROS QUE CHAMAM A ATENÇÃO

**De acordo com uma recente
pesquisa do Instituto Datafolha:**

- ⊕ Cerca de **90 milhões** de brasileiros, o equivalente a 54% da população, **nunca consultaram um dermatologista**, reforçando a importância da campanha e o papel essencial do dermatologista para a saúde da pele.
- ⊕ Aproximadamente **41% da população** adulta notou **algum sinal na pele, cabelo ou unhas** nos últimos 12 meses - cerca de 68 milhões de pessoas.
- ⊕ Em torno de **38% da população** diz que o principal motivo para buscar cuidados com a pele é a **prevenção de doenças**.

Uma estimativa de 2023 de Incidência do Câncer de Pele, do Instituto Nacional do Câncer (INCA), cerca de

220,49 MIL NOVÓS CASOS

no triênio 2023-2025 são esperados por ano.

O câncer de pele pode causar a morte, mas tem cura se for diagnosticada precocemente.

Por isso, lembre-se de que a visita anual ao médico dermatologista é fundamental para a prevenção e o diagnóstico precoce do câncer de pele.



TIPOS DE CÂNCER DE PELE

O câncer de pele é provocado pelo crescimento anormal e descontrolado das células que compõem a pele e pode ser subdividido em diferentes tipos:



Carcinoma basocelular (CBC)

É o tipo mais prevalente e surge mais frequentemente em regiões expostas ao sol, como face, orelhas, pescoço, couro cabeludo, ombros e costas. Tem baixa letalidade e pode ser curado em caso de detecção precoce. Costuma se apresentar como uma pápula vermelha, brilhosa, com uma crosta central, que pode sangrar com facilidade.



Carcinoma Escamoso (CEC)

Pode se desenvolver em todas as partes do corpo, embora seja mais comum nas áreas expostas ao sol, como orelhas, rosto, couro cabeludo e pescoço. Tem coloração avermelhada e pode se parecer com uma verruga ou uma ferida espessa e descamativa, que não cicatriza.



Melanoma

O menos frequente dos cânceres da pele, o melanoma tem o mais alto índice de mortalidade. Apesar disso, as chances de cura são de mais de 90%, quando detectado precocemente. Costuma ter a aparência de uma pinta ou de um sinal em tons acastanhados ou enegrecidos, que mudam de cor, de formato ou de tamanho.

QUAIS FATORES AUMENTAM O RISCO DO CÂNCER DE PELE?



Ter alguém na família que tem ou já teve câncer da pele.



Já ter tido muitas queimaduras de sol durante a vida, daquelas que deixam a pele muito vermelha e ardendo.



Ter muitas sardas ou pintas pelo corpo.



Já ter tido câncer da pele.



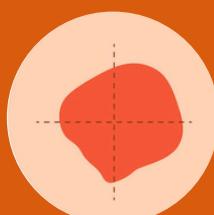
Ter a pele muito clara, do tipo que sempre queima no sol e nunca bronzeia.



Ter mais de 65 anos.

FIQUE DE OLHO NA REGRA DO ABCDE!

Uma lesão suspeita apresenta:



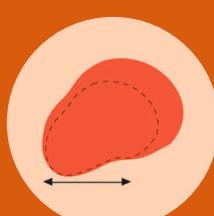
- A Assimetria**



- B Borda** (bordas irregulares)



- C Cor** (duas ou mais cores)



- D Diâmetro** (maior que 5 milímetros)



- E Evolução** (mudança de tamanho, forma e cor)

Clique aqui e consulte um dermatologista da SBD caso perceba uma lesão com alguma dessas características.
(<https://sbd.org.br/localizador/>)

FORMAS DE PREVENÇÃO



Apesar dos fatores de risco, qualquer pessoa está sujeita a ter câncer da pele. A melhor maneira de se proteger é a prevenção.



- **Aplique protetor solar FPS 30 ou maior diariamente.**
- **Use camiseta e chapéu.**
- **Não se esqueça dos óculos de sol com proteção UV.**
- **Em exposição direta ao sol, aplique o protetor solar a cada duas horas e depois que sair da água.**
- **Redobre os cuidados de proteção solar entre 9h e 15h.**
- **Consulte sempre um médico dermatologista associado à SBD: www.sbd.org.br**
- **Procure ficar sempre num lugar à sombra.**



A SAÚDE COMEÇA PELA PELE!

O Dezembro Laranja nos lembra que a prevenção não é exagero, é cuidado.

Cuidar da pele é cuidar da saúde, é cuidar de você!

→ Protetor solar, roupas adequadas, evitar os horários de maior radiação e observar a própria pele são atitudes simples, acessíveis e que salvam vidas.

→ Fique atento às pintas e manchas que mudam de cor, tamanho, formato ou que começam a incomodar.

Quando algo parecer diferente, procure um dermatologista.



**O diagnóstico precoce é o maior aliado
contra o câncer de pele.**

**Cuide de você.
Cuide de quem você ama.**

Proteger a pele é proteger a saúde!



PROTEGER A PELE É PROTEGER A SAÚDE