



“A PROMESSA”

Uma parede
Silenciosa
Calma e fria
Um homem
Uma mulher
Alguém...
Qualquer coisa!

Palavras à lua
Oração e medo
Restos pra sentir
Lágrimas na alma
Sangue nas mãos...
Corpos ao mar!
Uma parede...

(Carlos Poly)

Assista à peça teatral
“A Promessa” no próximo
dia 16, às 20 horas,
no Teatro da Praça, em
Araucária, com o Grupo
Araucária de Teatro.

Dia Nacional de Combate ao Câncer

No dia 27 de novembro, um sábado, a Secretaria Municipal de Saúde de Campo Largo, através do Setor de Odontologia, realizou um dia de prevenção precoce ao câncer da boca. Neste dia foram realizados exames nas pessoas que atenderam ao chamado e que entendem ser a prevenção a única maneira segura de se evitar o desenvolvimento do câncer.

Além da baixa participação, na oportunidade, observou-se que a maioria das pessoas examinadas pertenciam a um grupo especial: os portadores de próteses que em sua maioria tinham mais de 40 anos. Pode-se considerar a situação destas pessoas como sendo de alto risco; no entanto, a prevenção deveria ser feita por todas as pessoas, visto que ninguém está totalmente imune ao desenvolvimento do câncer. Oportunidades coletivas como esta deveriam ser melhor aproveitadas pela população.

Na ocasião foram dadas instruções sobre como fazer o auto-exame da boca, tais como:

- 1º - De frente para o espelho, observe se há algum sinal diferente na pele do rosto e pescoço. Toque suavemente com a ponta dos dedos toda a região.
- 2º - Puxe com os dedos o lábio inferior para baixo, observe-o e em seguida apalpe-o.
- 3º - Com a ponta do dedo indicador, afaste cada uma das bochechas para examiná-las internamente.
- 4º - Com a ponta do indicador, percorra toda a gengiva superior e inferior.
- 5º - Introduza o dedo indicador por baixo da língua e o polegar da mesma mão por baixo do queixo e procure apalpar todo o assoalho da boca.
- 6º - Incline a cabeça para trás e, abrindo a boca o máximo possível, examine atentamente o céu da boca. Apalpe com o indicador. Em seguida diga ááá... e observe o fundo da garganta.
- 7º - Ponha a língua para fora e observe a parte de cima. Repita a observação com a língua levantada até o céu da boca. Em seguida, puxando a língua para a esquerda, observe o lado esquerdo da mesma. Repita o procedimento para o lado direito.
- 8º - Estique a língua para fora, segurando-a com um pedaço de gaze ou pano e apalpe em toda a sua extensão com os dedos indicador e polegar da outra mão.
- 9º - Examine o pescoço. Compare os lados direito e esquerdo e veja se há diferenças entre eles. Depois, apalpe o lado esquerdo do pescoço com a mão direita. Repita o procedimento para o lado direito, apalpando com a mão esquerda.
- 10º - Finalmente, introduza o polegar por debaixo do queixo e apalpe suavemente todo o seu contorno inferior.

Natal é na CENTRAL!

Papai Noel
está a sua
espera
na
CENTRAL.

O melhor presente
o melhor preço,
e o melhor prazo
de pagamento!

CONFIRA!

rua xv de novembro, 2298 - fones : 292-1125 e 292-1413

