**ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL**
**MUNICÍPIO DE LADÁRIO**
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

| |
|---|
| ESCOLA MUNICIPAL:Maria Ana Ruso |
| PROFª: Rosemary Souza Cafaro_ |
| TURMA: 7° "U"  Ensino Fundamental II |
| TURNO: Vespertino |
| ALUNO(A):_____ |
| COMPONENTE CURRICULAR: Projeto de Vida |
| PERIODO:03 /11/2020 A 13/11/2020 |
| QUNTIDADE DE AULA: 02 |
| OBJETO DE CONHECIMENTO: Estratégia de leitura: apreender os sentidos globais do texto Apreciação e réplica. |
| HABILIDADE: (MS.EF89LP04.s.04) |

**AULA 01 – 05/11/2020 - Novembro Azul: um sinal de alerta para**

O mês de novembro é integralmente dedicado para reforçar o alerta e a importância da conscientização a respeito de doenças masculinas, com ênfase na prevenção do câncer de próstata, mais frequente entre os homens brasileiros, depois do câncer de pele.
Dois exames iniciais têm grande importância para o diagnóstico da doença: o exame de sangue, por meio do Antígeno Prostático Específico (PSA), e o exame de toque retal. Esses dois exames, quando associados, podem dar uma segurança de cerca de 90% ou mais, auxiliando no diagnóstico precoce da doença.

**Sintomas e recomendações**
De acordo com o Inca, em sua fase inicial, o câncer da próstata tem evolução silenciosa. Muitos pacientes não apresentam nenhum sintoma ou, quando apresentam, são semelhantes aos do crescimento benigno da próstata - dificuldade de urinar, necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou a noite. Na fase avançada, pode provocar dor óssea, sintomas urinários ou, quando mais grave, infecção generalizada ou insuficiência renal.
**ATIVIDADE**
1) Quais são os exames que detectam o câncer de próstata?

_____
_____

_____
_____

**2)** Cite os sintomas do câncer de próstata. E que outros sintomas podem ocorrer em estágio mais avançado?

_____
_____
_____
_____
_____

**AULA 02 – 12/11/2020 - Dados sobre o câncer de próstata**
Conforme dados do Instituto Nacional do Câncer (Inca), estima-se que para cada ano do biênio 2018/2019, sejam diagnosticados 68.220 novos casos de câncer de próstata e cerca de 15 mil mortes/ano devem ocorrer em decorrência da doença no Brasil, que geralmente ocorre em homens mais velhos. Cerca de 6 em cada 10 casos são diagnosticados em homens com mais de 65 anos.

**Prevenção**
Ainda segundo o Inca, uma dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais, e com menos gordura, principalmente as de origem animal, ajuda a diminuir o risco de câncer, como também de outras doenças crônicas não-transmissíveis. Nesse sentido, outros hábitos saudáveis também são recomendados, como fazer, no mínimo, 30 minutos diários de atividade física, manter o peso adequado à altura, identificar e tratar adequadamente a hipertensão, diabetes e problemas de colesterol, diminuir o consumo de álcool e não fumar.

**Atividade**
**1) Como os homens podem se prevenir contra o câncer de próstata?**

_____
_____
_____
_____

**REFERENCIA:**
**http://www.ans.gov.br/aans/noticias-ans/consumidor/5211-novembro-azul-um-sinal-de-alerta-para-a-saude-dos-homens**