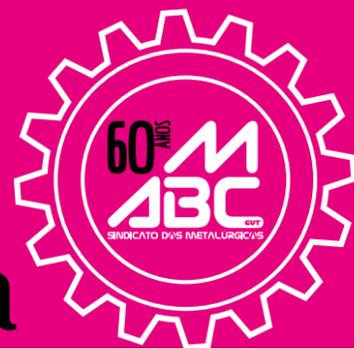




# Tribuna

## Metalúrgica



Nº 4478 • TERÇA-FEIRA • 8 DE OUTUBRO DE 2019 • SMABC.ORG.BR

DOE

# FIO DE LÂMBA



COLETIVO DAS METALÚRGICAS  
INICIA CAMPANHA PARA DOAÇÃO  
DE CABELO E PREVENÇÃO AO  
CÂNCER DE MAMA. SE INFORME,  
SE PREVINA, SE CUIDE E SE TOQUE!

# TRABALHADORAS NA APIS DELTA QUE DOARAM SEUS CABELOS



“Fiquei muito feliz por ajudar com a doação do meu cabelo. Foi uma experiência muito boa para mim. Fiquei com uma sensação de dever cumprido por ajudar uma criança que precisava de um incentivo para continuar lutando contra o câncer. Obrigada pela oportunidade”, Aline Soares de Souza



“A importância de doar cabelo não é apenas uma atitude de generosidade, mas também de amor ao próximo, de ter empatia por aqueles que necessitam. Faça alguém feliz, seja doadora você também. É muito gratificante saber que por um pequeno ato, você gerou uma grande alegria a alguém”, Tatiane Aparecida Braz



FOTOS: ADONIS GUERRA

## COMO SURTIU A CAMPANHA



O que eu poderia fazer para amenizar a dor de uma amiga com câncer?

Foi com essa dúvida que a companheira Valéria da Silva, CSE na Apis Delta, ficou após uma visita a uma amiga. “Via a dor da doença no seu corpo frágil, mas a dor da perda dos fios era pior e maior”, contou.

“Era final de ano e já que todos querem mudar, por que não começar pelos cabelos? Comecei falando com uma trabalhadora na empresa, convidando outra, fazendo o trabalho de formiguinha”, afirmou.

Hoje já foram cerca de 50 doações. Com a campanha, a ideia é aumentar as doações. “Convidamos vocês a doar seus cabelos. Temos certeza que faremos alguém mais feliz”, chamou.

A CSE na Scania, Tereza Aparecida Oliveira, explicou como será a campanha, com visitas nas fábricas, entrega de materiais informativos e trabalho de conscientização junto ao legislativo.

“É importante lembrar que a prevenção deve ser feita ao longo do ano. É essencial cuidar da saúde, sensibilizar a companheirada para que abrace a campanha e ajudar a diminuir a dor das mulheres que sofrem com câncer”, disse.

### SAIBA COMO DOAR:

- São aceitos todos os tipos de cabelo.
- O cabelo deve ter, no mínimo, 15 cm de comprimento, podendo ser só uma mecha.
- Diga ao cabeleireiro que você está cortando para doar.
- O corte deverá ser feito com o cabelo seco.
- Coloque o cabelo cortado bem amarrado no elástico em um saquinho e leve até a recepção do Sindicato ou das regionais ou deixe com o CSE na fábrica.

### ENDEREÇOS:

SÃO BERNARDO: Rua João Basso, 231 – Centro.  
DIADEMA: Av. Encarnação, 290 – Piraporinha.  
RIBEIRÃO PIRES E RIO GRANDE DA SERRA:  
Rua Felipe Sabbag, 149 – Centro, Ribeirão Pires.

### INFORMAÇÕES:

COMISSÕES: 4128-4282



# METALÚRGICAS INICIAM AÇÕES DE PREVENÇÃO AO CÂNCER DE MAMA

Outubro Rosa este ano terá também Campanha “Fios de Amor” de doação de cabelos

O Coletivo das Metalúrgicas do ABC lançou na última sexta-feira, 5, durante a reunião da Diretoria Plena no Sindicato, a Campanha ‘Fios de Amor’ para doação de cabelos a pacientes que lutam contra o câncer. A Campanha integra as ações do Outubro Rosa em prevenção ao câncer de mama, o tipo da doença mais comum entre as mulheres no mundo e no Brasil, depois do de pele. Segundo o INCA (Instituto do Câncer), em média 60 mil casos são diagnosticados por ano no Brasil, mas com o diagnóstico precoce, as chances de cura podem passar de 90%.

A coordenadora do Coletivo e CSE na Apis Delta, em Diadema, Andrea Ferreira de Sousa, a Nega, alertou que ainda hoje há mulheres que não fazem

exames preventivos e que não vão ao médico com regularidade, o que poderia ajudar a salvar muitas vidas.

“Esse é um momento especialmente voltado para conversamos sobre o tema. Nosso intuito é fazer com que as companheiras, ao debater o assunto, se conscientizem sobre a importância do autoexame e do diagnóstico precoce. Sabemos que quando a doença é diagnosticada no começo, a mulher tem muito mais chance de viver e se recuperar bem. Por incrível que pareça, ainda tem mulheres nas fábricas que nunca fizeram um exame ginecológico”.

DURANTE O MÊS, as integrantes do Coletivo visitarão as empresas da base para conversar com as mulheres, ajudar a esclarecer dúvidas e incentivar o cuidado e também a doação de fios de cabelos. “Muitas mulheres

entram na fábrica, ficam lá o dia todo, vão pra casa, cuidam dos filhos, estudam e não param pra cuidar de si. Por isso, o espaço de trabalho também deve ser um espaço para que ela possa ter mais informações sobre sua saúde”.

“Não é um lacinho rosa que vai fazer a diferença, mas sim nossos diálogos e ações. Também vamos ocupar as tribunas livres das cidades, vamos conversar com nossos deputados para cobrar o papel do Estado na saúde pública”, reforçou.

“No Brasil, muitas mulheres dependem do tratamento pelo sistema público, por isso é nosso papel também cobrar que ele funcione cada vez melhor, e que o agendamento de exames seja mais rápido, já que o câncer de mama, se diagnosticado antes, é mais fácil de ser curado”, reforçou a diretora executiva Michelle Marques.



## TESTE QUANTO VOCÊ SABE SOBRE CÂNCER DE MAMA E TIRE DÚVIDAS EM RELAÇÃO À DOENÇA:

- Qual é a chance de "cura" se a doença for diagnosticada em fase inicial (estágio 1 e 2)?  
A – 90%  
B – 40% a 50%  
C – 35%  
D – 20%
- Em relação à paciente com metástase, qual das afirmações abaixo é a verdadeira?  
A – As pacientes geralmente não podem fazer atividades físicas porque a doença as deixam debilitadas  
B – Após receber o diagnóstico, essa paciente terá pouco tempo de vida  
C – Pacientes com câncer de mama metastático podem trabalhar e a ocupação até ajuda no tratamento  
D – Pacientes com metástase têm o mesmo tratamento de outras mulheres com a doença
- Qual desses NÃO é um sintoma de câncer de mama?  
A – Nódulo (caroço) fixo e geralmente indolor na mama, axilas ou pescoço  
B – Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja  
C – Alterações no mamilo  
D – Sangramento intenso no mamilo
- De acordo com a recomendação do Ministério da Saúde, com qual idade as mulheres que não apresentam sintomas ou risco elevado devem fazer a mamografia de rastreamento?  
A – Aos 30 anos  
B – Aos 40 anos  
C – Entre 50 e 69 anos  
D – Já na adolescência se a paciente tiver familiares que foram diagnosticados
- A hereditariedade (histórico familiar) é responsável por qual porcentagem de casos da doença?  
A – Apenas 1%  
B – Entre 5% a 10%  
C – Entre 40% e 60%  
D – Mais que 70%
- Qual das afirmações abaixo NÃO é verdadeira?  
A – Uma mulher que teve a primeira menstruação cedo, antes dos 12 anos de idade, corre mais risco de ter a doença  
B – Ter filhos e amamentar pode ser considerado fatores protetivos contra o câncer de mama  
C – Batidas no peito podem aumentar o risco de câncer de mama  
D – Quem nunca teve filhos corre mais risco de ter a doença
- Sobre o câncer de mama em homens, é incorreto afirmar que:  
A – Apenas 1% dos casos da doença são masculinos  
B – O principal sintoma do câncer de mama no homem é o aparecimento de nódulo indolor na região da auréola, mas qualquer alteração deve ser investigada  
C – Hábitos de vida saudáveis ajudam a prevenir a doença  
D – A doença costuma ser menos agressiva em homens

## RESPOSTAS

1 – A: Com o rastreamento adequado e o avanço da oncologia, o câncer de mama pode ser detectado em fases iniciais em grande parte dos casos, aumentando a possibilidade de tratamentos menos agressivos e maiores chances de remissão para as pacientes.

2 – C: Mesmo com câncer de mama metastático, é possível que as pacientes levem uma rotina praticamente normal e tenham uma boa qualidade de vida. Manter as atividades comuns, como o dia a dia do trabalho, ajuda as mulheres a enfrentar o tratamento e contribui para a saúde mental

3 – D: Apesar de a presença de líquidos serem comuns nos seios de pacientes diagnosticadas com câncer de mama, a doença não causa sangramento intenso na área dos seios.

4 – C: Segundo a entidade, pesquisas demonstram que o benefício do rastreamento com mamografia é maior entre 50 e 69 anos, pois existe incerteza sobre os benefícios e riscos ao fazer o exame fora dessa faixa etária.

5 – B: Apesar de muitas pessoas imaginarem que as mutações genéticas estão por trás dos casos de câncer de mama, a relação não é tão comum. Mutações na célula podem ser adquiridas ao longo da vida e o câncer de mama é uma doença que apresenta diferentes fatores de risco.

6 – C: Levar batidas no peito, seja por queda, seja por acidente, seja por outro motivo não tem qualquer relação comprovada pela ciência com a doença.

7 – D: Os tipos de câncer de mama que atingem os homens são os que não tem relação hormonal e costumam ser mais agressivos. Além disso, pela raridade da doença e a falta de atenção que os homens geralmente têm com a saúde, eles também costumam demorar mais para serem diagnosticados.

Com informações do UOL Saúde

## COMO DEVO FAZER O AUTOEXAME?



### EDITAL DE CONVOCAÇÃO DA ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA DE CAMPANHA SALARIAL 2019

SINDICATO DOS TRABALHADORES NAS INDÚSTRIAS METALÚRGICAS, MECÂNICAS E DE MATERIAL ELÉTRICO DO ABC (São Bernardo do Campo, Diadema, Ribeirão Pires e Rio Grande da Serra), registro sindical nº 00413702236-3, CNPJ nº 71.535.520/0001-47, localizado na Rua João Basso, 231 – Centro – São Bernardo do Campo/SP, na pessoa de seu presidente Wagner Firmino de Santana, nos termos do Estatuto Social, CONVOCA todos os trabalhadores integrantes da categoria profissional, ASSOCIADOS OU NÃO ao Sindicato, para participarem da Assembleia Geral Extraordinária que fará realizar no próximo dia 11 de outubro de 2019, na sede regional do Sindicato – Av. Encarnação, 290 – Piraporinha - Diadema, às 17h30, em primeira convocação e, em não tendo quórum às 18h, em segunda convocação, tudo conforme determina o Estatuto Social da entidade, tendo em pauta a seguinte ordem do dia: a) Leitura, discussão e deliberações sobre a Ata da Assembleia Geral anterior; b) Avaliação das negociações a respeito da CAMPANHA SALARIAL DE 2019 e encaminhamentos; c) Autorização para diretoria celebrar Convenção Coletiva de Trabalho e/ou Acordo Coletivo de Trabalho, bem como, se necessário, instaurar Dissídio Coletivo, e ainda, em não havendo acordo, deflagrar movimento parestista (Greve); d) Outros assuntos de interesse da categoria. São Bernardo do Campo, 08 de outubro de 2019. Wagner Firmino de Santana