

## Como fazer o autoexame da boca:

Todas as regiões da boca devem ser examinadas com um espelho em local bem iluminado. Verifique:



**Pescoço:** apalpe comparando o lado esquerdo e direito à procura de "caroços".



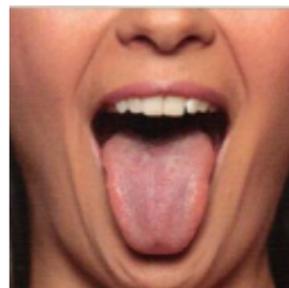
**Lábios:** observe se existem manchas/placas (brancas ou escuras) e feridas.



**Lábios:** puxe os lábios e observe por dentro, em cima e embaixo.



**Palato e garganta:** abra a boca e diga AAAAA. Observe o fundo da garganta e o céu da boca se há manchas ou feridas.



**Língua:** com a boca aberta, coloque a língua para fora o máximo que conseguir e observe a parte de cima.



**Língua:** pegue a ponta da língua e puxe para direita e para esquerda, examinando os dois lados.



**Língua:** Coloque a ponta da língua no céu da boca e examine embaixo da língua. Aproveite e observe o assoalho ("chão") da boca também.



**Bochecha e gengiva:** puxe a bochecha e observe os dois lados. Aproveite e observe as gengivas, em cima e embaixo.

Fique atento a esses sinais e em mudanças na coloração ou aspecto da sua boca. No caso de anormalidades, procure um especialista.

## JUNTOS PELA PREVENÇÃO DO CÂNCER DE BOCA!



PRAEC  
PRÓ-REITORIA  
DE ASSUNTOS  
ESTUDANTIS E  
COMUNITÁRIOS



### REALIZAÇÃO

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ**

Reitor Gildásio Guedes Fernandes

**PRÓ-REITORIA DE ASSISTÊNCIA  
ESTUDANTIL E COMUNITÁRIA**

Monica Arrivabene

**COORDENADORIA DE ASSISTÊNCIA  
COMUNITÁRIA**

Aldora Maria Lebre Ferreira

### ELABORAÇÃO

**SERVIÇO ODONTOLÓGICO**

Jessa Iashmin Alcobaça Gomes Machado

Thaís Torres Barros Dutra



JUNTOS PELA PREVENÇÃO DO CÂNCER DE BOCA!

# Câncer de Boca

Prevenção, identificação e diagnóstico

## O que é o câncer de boca?

O câncer de boca (ou câncer de cavidade oral) é um tumor maligno que afeta lábio e estruturas da boca, como língua, bochechas, glândulas salivares e orofaringe. É mais comum em homens acima dos 40 anos, sendo o quinto tumor mais comum no sexo masculino na região Nordeste (INCA, 2022).

## Sobre o câncer de boca:

No Brasil, estima-se que em 2020 ocorreram 6.192 óbitos por câncer da cavidade oral, sendo 4.767 entre homens e 1.425 em mulheres (INCA, 2020). No triênio de 2023 a 2025, ocorrerão cerca de 45.300 novos casos (INCA, 2022).

## O que pode causar o câncer de boca?

Existem dois principais fatores que podem levar ao seu aparecimento: o vício de fumar e o consumo de bebidas alcóolicas em excesso. Quando os dois estão associados, o risco de desenvolvimento da doença aumenta consideravelmente: **mais de 30 vezes!** No caso do câncer de lábios, o principal fator é a exposição ao sol, seguido pelo ato de fumar. Outros fatores também podem estar relacionados, como o vírus do HPV, quando transmitido por sexo oral (INCA, 2022).

## Quais os principais sinais de alerta para o câncer de boca?

- Lesões (feridas) na boca ou nos lábios que não cicatrizam por mais de 15 dias - podem apresentar sangramento e crescimento rápido;
- Manchas/placas vermelhas ou esbranquiçadas na língua, gengivas, céu da boca ou bochechas;
- Nódulos (caroços) no pescoço;
- Rouquidão persistente

### Nos casos mais avançados

#### observa-se:

- Dificuldade de mastigação e de engolir;
- Dificuldade na fala;
- Sensação de que há algo preso na garganta;
- Dificuldade para movimentar a língua.



**“Ferida” na boca que não desaparece em 15 dias deve ser avaliada pelo cirurgião-dentista ou pelo médico.**

## Formas de Prevenção do câncer de boca:

- Não fumar;
- Evitar o consumo de bebidas alcoólicas;
- Usar preservativo (camisinha) na prática do sexo oral;
- Alimentação rica em frutas e verduras; e manutenção do peso corporal dentro dos limites da normalidade;
- Manter boa higiene bucal;
- Proteja-se dos raios de sol usando boné/chapéu, protetor solar, etc;
- Realizar o autoexame bucal e consultar o cirurgião-dentista regularmente.

## O câncer de boca tem cura?

**Sim!** Principalmente se diagnosticado e tratado nas fases iniciais

O diagnóstico precoce por meio de exames de rotina é fundamental. Dessa forma, as lesões na boca podem ser detectadas no início, antes de se transformarem em câncer, aumentando as chances de cura. Por isso a importância de visitar um cirurgião-dentista regularmente e em casa realizar o autoexame bucal para identificação precoce de alterações na boca.