

# Policlínica de Tucuruí orienta mulheres sobre prevenção e exames essenciais para a saúde

Category: GERAL, PARÁ, SAÚDE

escrito por Alice Catharinne | 7 de março de 2026



Consultas regulares, exame preventivo e mamografia a partir dos 40 anos estão entre os principais cuidados para a saúde da mulher, orienta a ginecologista Raimunda Luciene, da Policlínica Lago de Tucuruí. No mês do Dia Internacional da Mulher, celebrado em 8 de março, a unidade reforça a importância dos exames de rotina e do acompanhamento médico para a identificação precoce de possíveis alterações de saúde.

Segundo a especialista, consultas periódicas são essenciais para acompanhar a saúde ginecológica e identificar alterações ainda nas fases iniciais, ampliando as chances de tratamento. A médica alerta que muitas doenças podem evoluir de forma silenciosa, o que reforça a importância do acompanhamento médico regular.

“Entre os cuidados essenciais estão as consultas regulares com o ginecologista e a realização do exame preventivo, que deve ser feito anualmente. A partir dos 40 anos, também é recomendada a mamografia. Além disso, o uso de preservativos é importante para prevenir infecções sexualmente transmissíveis (ISTs)”, orienta a médica.

Luciene também destaca que um dos principais exames de rotina para a saúde feminina é o Papanicolau, conhecido como preventivo do colo do útero. O procedimento permite identificar alterações celulares antes mesmo do surgimento de sintomas, possibilitando o início precoce do acompanhamento e do tratamento.

“O preventivo é uma ferramenta fundamental para identificar alterações que podem evoluir para o câncer do colo do útero. Quando essas lesões são detectadas precocemente, é possível iniciar um tratamento menos invasivo e preservar aspectos importantes da saúde e da vida reprodutiva da mulher”, explica a especialista.

Além da realização dos exames preventivos, a especialista reforça que as mulheres também devem observar possíveis mudanças no próprio organismo.

### **Sinais do corpo que exigem atenção**

A ginecologista também orienta que, além da realização periódica dos exames, as mulheres devem estar atentas aos sinais do próprio organismo, já que algumas doenças ginecológicas podem evoluir de forma silenciosa nas fases iniciais.

“O câncer do colo do útero muitas vezes não apresenta dor no início. Por isso, é fundamental que a mulher mantenha seus exames em dia, mesmo quando não há sintomas. Já sinais como sangramentos irregulares, dor pélvica ou sangramento durante a relação são alertas importantes para procurar avaliação médica”, alerta Luciene.

A médica explica ainda que as recomendações mais recentes incluem a realização do exame preventivo associado à pesquisa do DNA do HPV, vírus diretamente relacionado ao desenvolvimento do câncer do colo do útero.

“Atualmente, o Ministério da Saúde recomenda que o exame

preventivo seja realizado junto com a pesquisa do DNA do HPV. Quando o resultado é negativo, o teste pode ser repetido a cada cinco anos. Já nos casos positivos, o acompanhamento deve ser mais frequente, com repetição do exame a cada dois anos”, completa a ginecologista.

**Serviço** – A Policlínica Lago de Tucuruí é administrada pelo Instituto Social e Ambiental da Amazônia (ISSAA), em parceria com a Secretaria de Estado de Saúde Pública (Sespa). A unidade está localizada na avenida Raimundo Veridiano Cardoso, nº 1008, bairro Santa Mônica, em Tucuruí. O atendimento é realizado de segunda a sexta-feira, das 7h às 19h, de forma totalmente gratuita, pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

Fonte: Portal Olavo Dutra e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso 07/03/2026/10:52:04

*O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:*

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

*Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e*

*saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: [folhadoprogresso.jornal@gmail.com](mailto:folhadoprogresso.jornal@gmail.com).*

**Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](tel:93984046835)– (93) 98117 7649.**

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

*Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](tel:93984046835) (Claro)  
- Site: [www.folhadoprogresso.com.br](http://www.folhadoprogresso.com.br) e-mail: [folhadoprogresso.jornal@gmail.com](mailto:folhadoprogresso.jornal@gmail.com)/ou e-mail: [adeciopiran.blog@gmail.com](mailto:adeciopiran.blog@gmail.com)*