



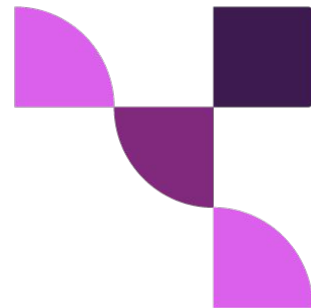
**OUTUBRO**  
*rosa*

sólides

# O que é o Outubro Rosa?

Outubro Rosa é um **movimento internacional de conscientização para o controle do câncer de mama**, criado no início da década de 1990 pela Fundação Susan G. Komen for the Cure.

A data, celebrada anualmente, tem o **objetivo de compartilhar informações e promover a conscientização sobre a doença**; proporcionar maior acesso aos serviços de diagnóstico e de tratamento e contribuir para a redução da mortalidade.





O câncer de mama é o tipo que mais acomete mulheres em todo o mundo, tanto em países em desenvolvimento quanto em países desenvolvidos. Cerca de **2,3 milhões de casos novos foram estimados para o ano de 2020** em todo o mundo, o que representa cerca de 24,5% de todos os tipos de neoplasias diagnosticadas nas mulheres.

# Relevância

**Para o Brasil, a estimativa foi de 66.280 casos novos de câncer de mama em 2021, com um risco estimado de 61,61 casos a cada 100 mil mulheres.**

Esse tipo de câncer também ocupa a primeira posição em mortalidade por câncer entre as mulheres no Brasil, com taxa de mortalidade ajustada por idade, pela população mundial, para 2019, de 14,23/100 mil. As maiores taxas de incidência e de mortalidade estão nas regiões Sul e Sudeste do Brasil.





Os principais sinais e sintomas suspeitos de câncer de mama são:

- caroço (nódulo), geralmente endurecido, fixo e indolor;
- pele da mama avermelhada ou parecida com casca de laranja;
- alterações no bico do peito (mamilo) e saída espontânea de líquido de um dos mamilos.

Também podem aparecer pequenos nódulos no pescoço ou na região das axilas.

## Por que as empresas devem aderir ao Outubro Rosa?

As empresas desempenham um papel fundamental na **promoção do bem-estar de seus colaboradores**. Além de recrutar e desenvolver talentos, o setor de Recursos Humanos tem a responsabilidade de criar uma **cultura organizacional saudável**.

Nesse contexto, participar de movimentos como o Outubro Rosa demonstra o compromisso da empresa com a saúde de seus funcionários.

Cuidar da saúde e do bem-estar dos colaboradores não apenas fortalece a relação entre a empresa e sua equipe, mas também **contribui para um ambiente de trabalho positivo**.

Esse cuidado **reduz as taxas de absenteísmo e rotatividade, impactando de forma significativa o clima organizacional** e, consequentemente, a eficiência da empresa.



## Como promover ações relacionadas ao Outubro Rosa?

Por ser um mês tão importante para a conscientização sobre saúde feminina, as ações nas empresas também devem focar no cuidado real e palpável com as mulheres.

Aqui temos algumas dicas de ações que podem ser promovidas:

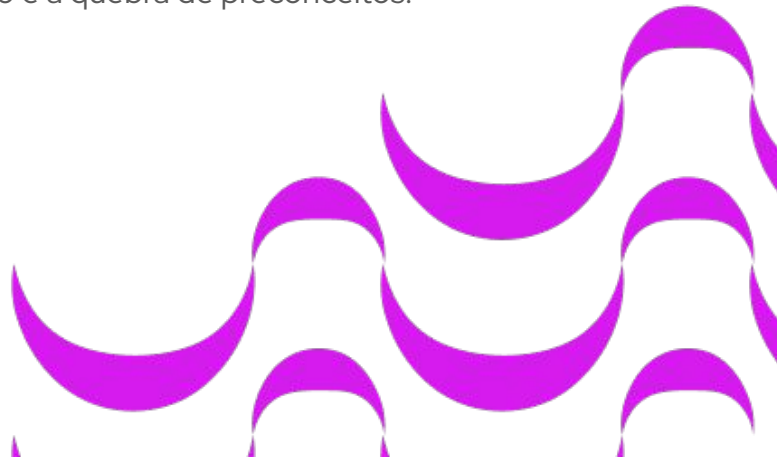


- **Dia do rosa**

Essa é uma das ações mais simples mas que pode ter bastante apelo entre os colaboradores, toda a equipe veste uma peça de roupa na cor rosa. Além de esquentar as discussões sobre o assunto, ainda é possível desenvolver o sentimento de pertencimento e engajamento dos funcionários!

- **Caixinha de dúvidas**

As pessoas se sentem envergonhadas ou constrangidas em perguntar sobre o Câncer de Mama, por conta de tabus e preconceitos da sociedade. Você pode criar uma caixinha de dúvidas para que todos os funcionários realizem perguntas de forma anônima e convidar um especialista para responder às questões ou até mesmo fazer uma roda de conversa para que possam incentivar o diálogo e a quebra de preconceitos.



- **Programa de incentivo a prática de hábitos saudáveis**

Promova a importância de uma vida saudável:

- Faça programas de exercícios físicos, como programas de incentivo a caminhadas e corridas;
- Promova a alimentação balanceada, através de parcerias com restaurantes, ou a promoção de um dia na semana para alimentação saudável, que ajuda a prevenir e também auxilia no tratamento de quem já foi diagnosticada;
- Dê dicas de bem-estar.

- **Programa de Apoio Psicológico**

Disponibilize sessões de aconselhamento psicológico para funcionários que estejam passando por tratamento contra o câncer ou que tenham familiares nessa situação.

- **Reforço da data**

Se sua empresa tem uma operação online é possível disponibilizar peças e artes através do Aplicativo da Sólides.  
Decore a empresa com artigos rosa e frases de conscientização para que todos saibam o quanto a empresa preza pelo cuidado com seus colaboradores.

- **Painéis de Discussão**

Realize painéis de discussão com especialistas em saúde, sobreviventes de câncer de mama e voluntários de organizações de combate ao câncer. Isso pode ser educativo e inspirador para os funcionários.

- **Não deixe de incluir no seu painel de discussão**

Conhecimento é o nosso bem mais precioso, por isso é importante saber quais são os direitos de pessoas com câncer. Uma dica é disponibilize o livro: **“Câncer - direito e cidadania”** de Antonieta Barbosa para seus colaboradores na Biblioteca da empresa ou por meio do Aplicativo do Colaborador (use o menu arquivos).



- **Doações para organizações de combate ao câncer de mama**

Arrecade fundos para organizações sem fins lucrativos que trabalham no combate ao câncer de mama, como o INCA (Instituto Nacional de Câncer) ou instituições locais.

- **Prepare seus gestores**

Além dos painéis de discussões é essencial realizar um treinamento para os gestores da equipe: mostrar as melhores formas de adequar a operação e tratar os colaboradores que tenham o câncer ou que tenham familiares que estão tratando da doença. É importante criar um acompanhamento próximo, e deixar claro o que é negociável ou não.

- **Programa de Rastreamento de Saúde**

Ofereça exames médicos preventivos, como mamografias, para funcionárias elegíveis como parte de um programa de saúde preventiva. Caso a sua empresa não tenha planos de saúde, é uma ótima data para poder implementar na empresa.

- ❖ Sabia que a Sólides também oferece produtos de saúde? Caso tenha interesse, acione o seu gerente de contas.

- **Incentivos para Exames de Saúde**

Ofereça incentivos, como folgas remuneradas ou prêmios, para colaboradores que comprovem ter realizado exames de saúde preventivos, como mamografias.

- Importante levar o conhecimento do exame Genético para rastrear as células cancerígenas, nos meses de outubro costumam ser mais baratos ou subsidiados pelo plano de saúde.



## Como a Sólides pode te ajudar nestas ações?

**Aplicativo do Colaborador**



- Enviar comunicados, avisos e notícias.
- Disponibilizar arquivos, como PDFs e livros de conscientização .

**Pesquisas**



- Utilize o menu Pesquisas para criar uma avaliação para as ações realizadas na empresa.



## People Analytics



- Entender o perfil dos colaboradores para realizar ações mais assertivas utilizando dados de idade, perfil comportamental e educação.

## Profiler



- Conscientização de acordo com o Perfil comportamental do seu colaborador.



E para te ajudar mais ainda, preparamos um Kit de endomarketing exclusivo para você não deixar esta data passar em branco!

[Clique aqui e baixe o Kit](#)

Essa luta é de todos!

Faça sua parte disseminando informações relevantes sobre a doença, as formas de prevenção e como agir diante do problema.





## **Compartilhem conosco: o que vocês vão fazer no Outubro Rosa?**

Queremos compartilhar as ações de vocês, e para nos ajudar é super simples:  
basta responder [este formulário](#).

Prometo que é menos de 5 minutos.



**sólides**

**#completadeverdade**