

MANUAL DE SUGESTÕES DE AÇÕES

OUTUBRO ROSA 2025

DESTINADO ÀS PRIMEIRAS-DAMAS E PREFEITAS DOS MUNICÍPIOS DO PARANÁ

O PROGRAMA

O Paraná Rosa, idealizado em 2019 pela Primeira-Dama Luciana Saito Massa, é um movimento estadual de mobilização pela prevenção, pelo autocuidado e pela conscientização sobre a saúde da mulher.

Em 2025, a campanha se consolida com uma programação estadual abrangente e com incentivo para que todos os municípios participem ativamente.

INVESTIMENTOS ADICIONAIS

Durante o mês de outubro, a Secretaria de Estado da Saúde (SESA) disponibiliza um repasse adicional de 30%, destinado à ampliação da realização de exames como:

CÂNCER DE COLO DE ÚTERO

CÂNCER DE MAMA



IMPORTANTE:

Para utilizar este recurso, o município deve entrar em contato com sua Regional de Saúde para obter mais informações.

SUGESTÕES DE AÇÕES LOCAIS

Estas atividades são simples de executar, de baixo custo e permitem engajamento imediato.

MOBILIZAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO



CAMINHADAS TEMÁTICAS DO PARANÁ ROSA

Caminhadas ou corridas leves com camisetas rosa, faixas e distribuição de panfletos educativos.

Impacto: visibilidade, engajamento comunitário e incentivo à prática de atividade física.



DIA ROSA NO COMÉRCIO LOCAL

Parceria com comerciantes locais para vitrines temáticas, broches da campanha e distribuição de informativos.

Impacto: união da comunidade e maior alcance da campanha.



ILUMINAÇÃO ROSA DE PRÉDIOS PÚBLICOS

Iluminação de prédios da prefeitura, praças ou pontos turísticos na cor rosa.



DISTRIBUIÇÃO DE CARTILHAS DA SAÚDE DA MULHER - SESA

Uso das cartilhas atualizadas sobre prevenção, disponíveis para todos os municípios.

Impacto: informação clara e acessível.



Importante: as cartilhas serão distribuídas pelas Regionais de Saúde

MUTIRÕES DE SAÚDE



AGENDAMENTO ESPECIAL DE EXAMES PREVENTIVOS E MAMOGRAFIAS

Foco em mulheres que aguardam na fila de espera.



ATENDIMENTO ESTENDIDO EM UNIDADES DE SAÚDE

Ampliação do horário de atendimento durante o mês de outubro.



FORTALECIMENTO DAS CAMPANHAS DE VACINAÇÃO CONTRA HPV

Priorização de adolescentes e ampliação da comunicação sobre a importância da vacina.

EDUCAÇÃO E CULTURA



OFICINAS EM ESCOLAS

Dinâmicas com estudantes sobre prevenção, autocuidado e importância do diagnóstico precoce.



MURAL DA PREVENÇÃO

Espaço colaborativo em praças ou escolas para mensagens de apoio e relatos sobre prevenção.

AÇÕES DE AUTOCUIDADO



DIA DA SAÚDE DA MULHER

Mutirões com aferição de pressão arterial, glicemia, orientações nutricionais e avaliação clínica básica.

Impacto: incentivo ao cuidado preventivo e acesso facilitado a serviços de saúde.



AULAS DE ATIVIDADE FÍSICA AO AR LIVRE

Caminhadas, alongamentos, yoga ou zumba em espaços públicos.

Impacto: promoção da saúde física, integração social e bem-estar.

APOIO PSICOSSOCIAL



GRUPOS DE APOIO

Encontros com mulheres em tratamento ou que já passaram pelo processo de recuperação.

Impacto: fortalecimento de vínculos, acolhimento e apoio emocional.

COMUNICAÇÃO E MOBILIZAÇÃO



Utilizar os materiais visuais fornecidos pelo Governo do Estado.



Divulgar todas as ações em rádios locais, redes sociais e murais comunitários.



Compartilhar histórias de prevenção e depoimentos de mulheres da comunidade.



Informar os resultados das ações à equipe do Paraná Rosa para

CONTATOS E SUPORTE

PARA SUPORTE TÉCNICO, DÚVIDAS OU SOLICITAÇÃO DE MATERIAIS, ENTRE EM CONTATO:

GABINETE DA PRIMEIRA-DAMA DO PARANÁ

COORDENAÇÃO DE ATENÇÃO À SAÚDE DA MULHER – SESA