UNSA Ferroviaire Rhône-Alpes

MOVEMBER

SUR LES RAILS DE LA PRÉVENTION !

Cancers masculins, santé mentale et prévention du suicide.

En novembre, l'UNSA-Ferroviaire se mobilise à l'occasion de Movember, le mois de sensibilisation à la santé masculine. Informer, sensibiliser et encourager à consulter : parce que derrière les chiffres, il y a nos collègues, nos proches, nos familles.

ENSEMBLE, FAISONS DE LA PRÉVENTION UNE PRIORITÉ

Chaque année, **Movember** rappelle l'**importance de la prévention et du suivi médical**, notamment face **aux cancers masculins et aux difficultés de santé mentale.**

Le **cancer de la prostate** est le plus fréquent chez l'homme en France, avec près de 60 000 nouveaux cas estimés en 2018. Il touche principalement les **hommes de plus de 50 ans.**

Le **cancer des testicules**, plus rare, concerne surtout les hommes jeunes, notamment **entre 15 et 35 ans.**

Mais ces chiffres ne doivent pas faire oublier un message essentiel : **détecter tôt** une maladie peut améliorer sa prise en charge. **Être attentif aux symptômes** et **consulter** restent des réflexes importants.

CANCER DE LA PROSTATE : S'INFORMER POUR AGIR

Le risque augmente avec l'âge et certains antécédents familiaux. **En France, il n'existe pas de dépistage systématique** organisé du cancer de la prostate.

Un échange avec son médecin permet d'**évaluer les risques** et de discuter de l'intérêt, des bénéfices et des limites d'un éventuel dosage du PSA.

Des **troubles urinaires persistants** ou des **symptômes inhabituels** doivent conduire à consulter, même s'ils ne sont pas nécessairement liés à un cancer.

CANCER DES TESTICULES : RESTER VIGILANT

Ce cancer touche principalement les hommes jeunes. **Une grosseur, un gonflement** ou une modification inhabituelle d'un testicule doivent conduire à **consulter rapidement.**

Diagnostiqué précocement, il présente généralement d'**excellentes chances de guérison**.

Le message de Movember est simple :

S'informer. En parler. Consulter. Et surtout, ne pas attendre qu'un problème de santé s'aggrave pour agir.

Contactez-nous sur unsa.lyon@unsa-ferroviaire.org ou sur :

L'UNSA ENGAGÉE POUR LA PRÉVENTION

Pour l'**UNSA**, cette mobilisation trouve naturellement sa place dans son action en faveur de la santé.

À l'occasion de Movember, l'**UNSA rappelle que la prévention constitue un enjeu majeur de santé publique**, qu'il s'agisse des cancers masculins ou de la santé mentale.

Elle insiste également sur la nécessité de garantir à toutes et tous un **véritable accès à l'information, à la prévention et aux soins.**

À L'UNSA-FERROVIAIRE, TOUS CONCERNÉS !

Défendre les cheminotes et les cheminots, c'est aussi protéger leur santé, améliorer leurs conditions de travail et **prévenir les risques professionnels.**

Dans nos gares, nos trains, nos établissements, nos technicentres et nos bureaux, **chacun peut être confronté à la maladie ou à la souffrance psychologique.**

L'**UNSA-Ferroviaire rappelle** que la prévention, l'écoute et la solidarité sont essentielles pour **accompagner les agents** et ne laisser personne seul face aux difficultés.

SANTÉ MENTALE : BRISONS LE SILENCE

Stress, fatigue, anxiété, isolement ou difficultés personnelles : **les hommes hésitent encore trop souvent à exprimer leur mal-être ou à demander de l'aide.**

En France, les **hommes** représentent environ **trois quarts des décès par suicide**. Un constat qui rappelle l'importance de la prévention, de l'écoute et de l'accompagnement.

Au travail comme dans la vie personnelle, être attentif aux signes de souffrance et favoriser le dialogue sont essentiels pour **rompre l'isolement.**

Écouter, échanger et orienter vers les professionnels peuvent faire la différence. Demander de l'aide n'est jamais une faiblesse.

EN NOVEMBRE, PASSONS LE MESSAGE !

Movember est l'occasion de sensibiliser chacun à l'importance de la santé masculine. Encourageons nos proches à consulter et restons attentifs aux collègues en difficulté.

Ensemble, faisons de la prévention et de la solidarité des réflexes au quotidien !

EN AUVERGNE-RHÔNE-ALPES,
LA PRÉVENTION
AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ

AVEC MOVEMBER
Prévention du cancer de la prostate et du cancer des testicules et soutien de la santé mentale.
fr.movember.com

BESOIN DE PARLER ?
3114
Prévention du suicide
Écoute professionnelle, gratuite, 24 h/24 et 7 j/7.

UNSA-FERROVIAIRE
RHÔNE-ALPES
45, rue Ste Geneviève
69006 LYON
ur.lyon@unsa-ferroviaire.org