

Sol: amigo do Verão, inimigo da saúde

Amândio Soares Fernandes Junior, oncologista e diretor da Oncomed

É a presença do Sol, aliada às belezas naturais de nossas praias, que desloca turistas do mundo todo ao litoral brasileiro. O turismo movimentava a economia e alivia o estresse de quem andava suplicando por merecidas férias. A combinação parece perfeita, mas há nela um fator de risco para a saúde que precisa ser lembrado. O Sol é a principal causa de uma doença que, se ignorada, pode levar à morte: o câncer de pele. E este é o câncer de maior incidência no Brasil. O Instituto Nacional do Câncer (INCA) estima que, em 2008, ocorreram 120.970 casos novos no país.

Como sempre, na medicina, a prevenção continua a ser o melhor remédio. E se para prevenir é preciso antes compreender, segue uma breve e simples síntese a respeito. Existem três tipos principais de câncer de pele: o carcinoma basocelular, o carcinoma espinocelular, e o melanoma. Embora menos freqüente, o melanoma é o mais agressivo. Apresenta uma tendência a se espalhar pelo corpo, afetando assim outros órgãos.

É fundamental que se conheçam os fatores que predis põem o organismo ao desenvolvimento desta patologia, para que ela possa ser evitada. É consenso que os principais fatores de risco para o desenvolvimento do câncer de pele são a exposição excessiva ao sol e a cor da pele - o que explica sua grande incidência nas áreas do corpo que ficam em constante contato com o sol e em pessoas de pele clara, que se queimam com facilidade. Cerca de 90% dos cânceres de pele ocorrem na face, pescoço, mãos e braços.

Embora o câncer de pele seja mais comum em adultos, aproximadamente 75% da radiação solar (raios ultravioleta) recebidas durante a vida ocorrem nos primeiros 20 anos. Os estudos científicos mostram que a exposição excessiva ao sol, durante a infância e a adolescência, aumenta em muito o risco de contração da doença e as conseqüências dessa exposição, frequente e prolongada, só se manifestam com o passar do tempo, com o surgimento de manchas na pele e do câncer, na maioria das vezes, após os 40 anos de idade.

Os danos à pele causados pelo sol ocorrem a cada exposição, tendo efeitos maléficos acumulativos. Os raios solares são mais intensos durante o período das 10h às 15h (das 11h às 16h no verão). Período, portanto, em que a exposição solar é contra-indicada. Quando essa for inevitável, é aconselhável proteção com roupas, chapéus e filtro solar com Fator de Proteção Solar (FPS) de 15 ou mais, preferencialmente de amplo espectro com cobertura para raios ultravioleta A e B (UVA e UVB). Entretanto, deve estar claro que os filtros solares protegem dos raios solares, mas não têm o objetivo de prolongar o tempo de exposição e devem ser reaplicados com intervalos periódicos.

É importante lembrar que a exposição a fontes artificiais de raios ultravioletas, como cabines de bronzeamento, deve ser evitada da mesma forma, uma vez que também oferecem condições para o desenvolvimento do câncer de pele.

Felizmente, a grande maioria dos casos de câncer de pele com diagnóstico precoce e tratamento imediato pode ser curada. O índice de sucesso chega a alcançar 98% desses casos. Porém, 25% dos casos não detectados precocemente são fatais.

O tratamento é, na maioria das vezes, cirúrgico ou radioterapêutico - destruindo as lesões. A escolha dependerá do tipo de câncer e do estágio do diagnóstico. Quanto antes a lesão for retirada, maior a chance de se curar a doença e de se combater a disseminação de células cancerosas para outros órgãos (metástases), muito rara nos casos de carcinoma basocelular, mas muito freqüente nos casos de melanoma não tratados.

Independentemente do tipo de tratamento, o paciente deve ser enfaticamente aconselhado a diminuir de forma drástica qualquer futura exposição ao sol. O fato de se ter desenvolvido um câncer de pele significa que outras regiões do corpo também correm risco de terem sido lesadas pela luz solar e estejam igualmente vulneráveis à instalação do tumor.

Quando há metástase, o melanoma é incurável na maioria dos casos. A estratégia de tratamento para a doença avançada passa a ter, então, como objetivo, aliviar os sintomas e melhorar a qualidade de vida do paciente.

Diante de tantas ferramentas preventivas, entre as quais destaca-se a informação, certamente o foco da medicina é a diminuição da incidência, senão a erradicação da mesma. Para tal, a conscientização de todos é um passo

inicial e a mudança de hábitos a próxima etapa de um processo que pode mudar o perfil do câncer no Brasil - libertando a pele da dolorosa e pesada responsabilidade de ser o órgão mais afetado por uma das patologias mais temidas do dicionário clínico e legando ao verão apenas os louros da estação mais quente, vibrante e alegre do calendário sul-americano.

Oncomed - Centro de Prevenção e Tratamento de Doenças Neoplásicas

Funcionamento: segunda à sexta-feira, de 8h às 20h

Telefone: 31 3299 1300

Rua Bernardo Guimarães, 3106 – Barro Preto

Belo Horizonte - MG