

Outubro/09

## Câncer: prevenção ainda é o melhor remédio

*Dr. Alexandre Fonseca, oncologista da Oncomed*

Embora mais de 90% dos brasileiros reconheçam a importância de se detectar o câncer na sua fase inicial – o que aumenta as chances de cura – apenas uma pequena parte da população realiza os exames precocemente. Falta de informação e o próprio medo de se deparar com a doença são fatores que dificultam a prevenção.

No mundo, são diagnosticados cerca de dez milhões de novos casos a cada ano e a Organização Mundial de Saúde (OMS) estima que em 2020, esse número subirá para 15 milhões. Em contraponto a isso, o câncer é uma das doenças crônicas com maior índice de cura e, mesmo nos casos que não são curáveis, pode-se aumentar o tempo de sobrevivência ou melhorar a qualidade de vida do paciente.

A maioria dos tumores malignos é curável quando o diagnóstico é precoce. O problema é que, frequentemente, esses tumores não produzem sintomas específicos em sua fase inicial, tornando difícil o diagnóstico. As taxas de cura variam conforme diversos fatores, entre eles o tipo de câncer (e os seus subtipos), a extensão da doença, fatores do próprio paciente (idade, condições clínicas etc) e o tratamento.

A palavra câncer engloba um número acentuado de doenças agrupadas em um mesmo nome. A maioria dos tumores (cerca de 85-90%) é esporádica, ou seja, apesar de terem mecanismos genéticos envolvidos, não são hereditários. Desta forma, o seu aparecimento, em grande parte das vezes, está relacionado à exposição a fatores ambientais de risco.

Alguns estudos demonstram que hábitos alimentares podem ajudar na prevenção. A ingestão de alimentos com licopenos (presente nos tomates) está relacionada à proteção contra o câncer de próstata. Evitar o excesso do

**Link Comunicação empresarial**  
**Assessoria de Imprensa**

Juliana Morato – (31) 2126-8072/9815-5467  
juliana.morato@linkcomunicacao.com.br

Outubro/09

consumo de carnes vermelhas pode impedir o aparecimento do câncer de intestino. Outros hábitos alimentares são estudados como fatores protetores (ingestão de cálcio, vitamina D, fibras e baixa ingestão de gorduras saturadas), mas ainda com resultados não consolidados.

O consumo de bebidas alcoólicas e o tabagismo, além de serem fatores de risco para o aparecimento de diversos tipos de câncer, também podem comprometer e diminuir a eficácia do tratamento de alguns tumores. Em pacientes com carcinoma de células escamosas de cabeça e pescoço, o hábito de fumar, durante o tratamento, diminui as chances de cura da doença. A manutenção desses hábitos aumenta a chance de recidiva e de aparecimento de outros tumores primários.

Entre os tipos de câncer mais comuns, destaca-se o câncer de pele (não-melanoma), câncer de próstata no homem, câncer de mama na mulher, câncer de pulmão, câncer de estômago e câncer de intestino grosso. Em algumas localidades é ligado ao desenvolvimento sócio-econômico. Um exemplo é o tumor de colo uterino, mais prevalente em áreas com baixo índice de desenvolvimento social.

A incidência do câncer varia de acordo com uma série de fatores, entre eles a região geográfica, a faixa etária, o sexo, a exposição a fatores de risco específicos. Da mesma maneira, a taxa de mortalidade é bastante variável, sendo influenciada pelo tipo do tumor e seus diferentes subtipos, fatores genéticos e comportamento biológico do tumor, fatores inerentes do indivíduo, condições clínicas do paciente e aspectos relacionados ao tratamento (tipo, aderência, etc). Também há que se considerar que à medida que a expectativa de vida aumenta, há um aumento na incidência de diversos tipos de tumores.

Por fim, pode-se concluir que de um modo geral deve-se dar ênfase à prevenção primária, ou seja, evitar o aparecimento do câncer através de hábitos de vida saudáveis: boa alimentação, evitar o tabaco, evitar exposição solar excessiva, dentre outras recomendações. É importante enfatizar a

**Link Comunicação empresarial**  
**Assessoria de Imprensa**

Juliana Morato – (31) 2126-8072/9815-5467  
juliana.morato@linkcomunicacao.com.br

Outubro/09

importância do diagnóstico precoce nos tumores em que esta conduta traz impacto estabelecido no desfecho da doença: realizar o exame de Papanicolau, mamografia e exame clínico da mama, colonoscopia/retossigmoidoscopia, PSA e toque retal.

**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**

**Link Comunicação empresarial**

**Assessoria de Imprensa**

Juliana Morato – (31) 2126-8072/9815-5467

juliana.morato@linkcomunicacao.com.br