

# O Paraná, saúde

SUPLEMENTO JORNAL O PARANÁ  
DOMINGO, 03 DE FEVEREIRO DE 2019

## 4 DE FEVEREIRO DIA MUNDIAL DO CÂNCER



- Ecodopplercardiograma com fluxo a cores (ecocardiograma transtorácico);
- Teste Ergométrico (esteira);
- Holter de 24 horas (monitor de arritmias);
- Mapa de 24 horas (monitor de pressão arterial);
- Eletrocardiograma (ECG);
- Avaliação Cardiológica;
- Avaliação de risco cirúrgico.

### Dr. Marcelo B. Bianchi

Medicina Interna RQE SP 21126  
Cardiologista RQE SP 23899  
Ecocardiografista RQE PR 19069  
CRM-24207-PR

☎ 45. 3222-1881

📞 45. 98433-6817

✉ dr.marcelobianchi@hotmail.com

📍 Rua Santa Catarina, 734  
Centro - Cascavel - Pr

# Por que as pálpebras ficam flácidas?



O processo natural de envelhecimento, a exposição solar e a falta de hidratação são os três principais motivos que levam à flacidez das pálpebras. Segundo a cirurgiã plástica Beatriz Lassance, membro titular da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica e da Isaps (International Society of Aesthetic Plastic Surgery), com a idade, a composição da pele se altera. “O colágeno e as fibras elásticas mudam de qualidade e quantidade, a pele fica mais fina e menos flexível, como um elástico que estica, mas não volta ao seu estado inicial”, explica a médica. “No caso da pele das pálpebras, que é extremamente fina, ao perder a espessura e a elasticidade, ela fica com aspecto de sobra da pele. Sob a pele, existem ou-

tras estruturas, músculos muito finos, e um depósito de gordura que serve para acomodar o globo ocular. Essa gordura é contida por uma membrana que também perde sua qualidade e acaba saindo um pouco do lugar: são as bolsas palpebrais”, acrescenta.

De acordo com a médica, outra mudança que ocorre é no caso da pálpebra superior que, além da alteração da pele e da protrusão das bolsas, pode ser piorada pela queda do supercílio. “Erro muito comum em blefaroplastia (cirurgia estética das pálpebras) é retirar o excesso de pele sem levar em consideração a posição das sobrancelhas. O ar de triste e cansado que a sobra de pele gera não melhora se a causa for a queda da sobrancelha”, alerta.

## Saiba mais sobre cuidados e procedimentos para a área dos olhos

### Quais os cuidados que devemos ter com as pálpebras?

Pele hidratada e protegida do sol é sempre mais saudável; a hidratação protege a pele e pode sim mantê-la com melhor aspecto.

### Quais problemas a blefaroplastia é capaz de resolver?

A blefaroplastia mudou muito nos últimos anos. A simples retirada de pele e gordura se mostrou ao longo dos anos ser responsável por olhos encovados e arredondados. Hoje em dia temos uma conduta mais conservadora, em vez de retirar volume, reposicionamos os tecidos. O diagnóstico é muito importante. O aspecto cansado e triste pode ser devido à queda do supercílio associado à protrusão de bolsas palpebrais e sobra de pele. Se todas essas estruturas não forem tratadas em conjunto, não ficará bom. Em pacientes jovens, uma retirada de pele simples pode ser suficiente. Nas pálpebras inferiores, pode haver flacidez dos ligamentos e músculos além da protrusão das bolsas. Novamente, todas as estruturas devem ser tratadas em conjunto.

### Como é feita a cirurgia de blefaroplastia?

Deve ser feita em centro cirúrgico bem equipado e com segurança para o paciente. O momento mais importante da cirurgia é a marcação do que deve ser tirado ou reposicionado, feita antes da cirurgia com o paciente acordado, em posição sentada. É feita infiltração de solução com adrenalina que diminui o sangramento durante a cirurgia e as ecimoses (roxos) no pós-operatório. O paciente normalmente vai para casa no mesmo dia.

### Como é a anestesia?

Pode ser feita sob anestesia

local, local com sedação ou geral.

### Quanto tempo demora a cirurgia?

A cirurgia dura de 1 a 3 horas, dependendo do que será feito.

### Com que idade é indicada a cirurgia?

Quando o paciente estiver incomodado com o aspecto das pálpebras e a cirurgia estiver indicada. Pacientes podem reclamar de pequena sobra de pele na pálpebra superior que pode ser corrigida com toxina botulínica, elevando um pouco a sobrancelha ou bolsas discretas nas pálpebras inferiores que podem ser corrigidas com preenchimentos da região malar com ácido hialurônico ou laser tipo CO2 ou radiofrequência.

### Qual o tempo de recuperação?

Depende da cirurgia a ser realizada e de cada paciente. Não é muito doloroso, mas há edema e o roxo é variável. Muito importante: nos primeiros dois dias após a cirurgia o paciente deve permanecer em repouso, com compressas frias sobre os olhos.

### O local fica dolorido após a cirurgia?

Fica um pouco dolorido. Por causa do inchaço, o desconforto é grande nos primeiros dias. As compressas aliviam bastante. No dia seguinte da cirurgia o edema é grande e o aspecto muito feio, do terceiro para o quarto dia esse aspecto melhora muito, os pontos são retirados normalmente no quinto dia.

### Os resultados aparecem em quanto tempo?

Dependendo da cirurgia, o resultado final pode aparecer somente depois de al-



gumas semanas.

### E quanto à cicatriz?

Quanto mais fina a pele, melhor a cicatriz. As cicatrizes quase sempre ficam imperceptíveis, a cicatriz da pálpebra superior é colocada na dobra de pele já existente e a da pálpebra inferior sob os cílios.

### Quais as dicas para ter sucesso no resultado?

- **1ª Evite cigarro** - 30 dias antes e nos dois meses seguintes à cirurgia, pois prejudica a microcirculação e retarda a cicatrização.
- **2ª Faça higienização** - Normalmente com água e sabonete, uma vez que não são usados curativos no local.
- **3ª Tenha repouso** - Durante uma semana, até a retirada dos pontos.
- **4ª Use óculos escuros e chapéu** - Até que a cicatrização esteja completa, por cerca de 30 dias. A ação do sol deixa a pele manchada.
- **5ª Durma de barriga para cima** - Por duas semanas. De-

pois, será possível dormir de lado.

● **6ª Dispense lentes de contato** - Nos primeiros 15 dias pós-cirurgia.

● **7ª Realize compressas** - Com soro fisiológico ou água mineral gelada nos primeiros dois dias para reduzir ecimoses e inchaço da região.

## expediente

DESDE 15 DE MAIO DE 1976

**O Paraná**  
Jornal de Fato

Direção-Geral  
Clarice Roman

Diretor  
Jadir Zimmermann  
diretor@oparana.com.br  
jadir.jornalista@gmail.com

Editora-chefe  
Carla Hachmann  
editoria@oparana.com.br  
www.oparana.com.br

Jornal Oparana S/A CNPJ: 21.819.026/0001-36 Matriz  
Jornal Oparana S/A CNPJ: 21.819.026/0002-17 Filial

Redação, administração, publicidade e oficinas  
Rua Pernambuco, 1.600 - Cascavel - PR  
CEP 85.810-021 - Caixa Postal 761  
Telefone Central (45) 3321-1000 Fax (45) 3321-1020

Curitiba / São Paulo / Merconet  
(41) 3079-4666

Brasília, Florianópolis/Central  
(61) 3323-4701 / (48) 3216-0600  
Porto Alegre/Expansão Brasil  
(51) 3340-1408

Emails  
redacao@oparana.com.br  
comercial@oparana.com.br  
assinaturas@oparana.com.br

# Cuidados com alimentação ajudam no tratamento da gastrite e refluxo

A gastrite nada mais é que uma inflamação da mucosa do estômago e ser causada por alguns fatores: a bactéria *H. Pylori*, o aumento da secreção gástrica pelo estresse e ansiedade (gastrite nervosa), ou ainda pelo consumo e intolerância (individual) de alguns alimentos. Já o refluxo é aquela sensação de que o alimento fica o tempo todo “voltando” pelo esôfago. Suas causas são variadas, mas está relacionado a um problema causado pela válvula que separa o esôfago do estômago, permitindo que o conteúdo gástrico volte pelo esôfago.

Segundo a nutricionista e pesquisadora Aline Quissak, em ambos os casos o desconforto e as dores podem ser grandes e causar inúmeras queixas. “A alimentação nesses casos é fundamental para ajudar a melhorar os sintomas, mas é importante procurar um médico (gastroenterologista) para avaliar a situação e propor um tratamento paralelo”, avalia.

Porém, existem alguns cuidados com a alimentação que podem ajudar quem sofre com essas doenças. Tanto quem sofre com a gastrite, como quem tem problemas com refluxo, deve dar preferência a alimentos que tenham efeitos calmantes e anti-inflamatórios, como couve, gengibre, hortelã, alecrim e chás (sem cafeína). Consumir também vegetais e legumes cozidos, além de frutas, sempre evitando as cítricas (limão, abacaxi, laranja).

Tomar bastante água durante os intervalos das refeições além de dar preferência aos temperos naturais, como coentro, manjericao, erva-doce, alho e salsa. Evitar o consumo de leite e derivados. Se for consumi-los, dar preferência aos desnatados. “O leite é um alimento alcalino e o nosso estômago é ácido. Quanto mais o ingerimos, mais ácido é produzido pelo nosso estômago, agravando os sintomas”, explica a nutricionista.

## ADEUS CAFÉ E CHOCOLATE

Evite a cafeína! Ela está presente em chás, cafés e outras bebidas que, quando consumidas em grandes quantidades, prejudicam ainda mais o sistema digestivo que está debilitado. Você pode substituir o café pela versão descafeinada e os chás pelos de camomila, hortelã, erva-doce, melissa e erva-cidreira.

E não para por aí: o chocolate também tem que ser evitado, já que também possui cafeína, o que estimula a produção de ácido pelo estômago.

Adicionar cúrcuma e gengibre nas refeições, pois ambos possuem ações anti-inflamatórias e fortalecem o sistema imunológico, ajudando no tratamento desses problemas. Quanto à carne, consuma as mais magras como o frango (grelhado, assado), peixes com menos gordura, como pescada e merluza (ao forno, grelhado) e algumas carnes vermelhas com teor de gordura menor (coxão mole e patinho).



## OUTROS CUIDADOS

Álcool, temperos muito fortes (molho shoyo, pimenta, catchup, mostarda, canela, maionese), refrigerantes, bebidas energéticas, frituras, gorduras, embutidos, berinjela (digestão difícil), pimentão, tomate e molho de tomate, alimentos prontos congelados e industrializados, não devem ser consumidos pelo menos enquanto a pessoa estiver em tratamento. Fumar pode piorar ainda mais os

sintomas para quem tem gastrite, pois aumenta a produção de ácido no estômago, causando irritação local e alterando a mucosa da boca e os dentes, prejudicando a digestão, que começa na boca.

Goma de mascar e as balas influenciam na produção de ácido no estômago, já que ele entende que algum alimento irá ser deglutido, mas como nada irá para o estômago, ele produz ácidos que causam mais desconforto.

Coma sem medo qualquer alimento que não esteja na lista dos que precisam ser evitados. Lembre-se de mastigar muito bem os alimentos. Evite fazer jejuns prolongados, preste atenção no que está comendo, escute seu corpo. Pode parecer complicado, mas são atitudes simples que ajudam, e muito, a melhorar tanto a gastrite quanto o refluxo.

Fonte: [www.nutrisecrets.com.br](http://www.nutrisecrets.com.br)

DIVULGAÇÃO

## Aplicativo auxilia recuperação de pessoas com dependência química

Há três anos, Daniel dos Santos Cardoso desenvolveu um aplicativo que foi apontado pelo Sebrae como uma das 25 melhores ideias do Brasil, em 2015. Mas, além de uma tecnologia, o “Socorre.me” é uma ferramenta que pode salvar vidas de pessoas com dependência química. A invenção do analista de sistema se encaixa no terceiro dos 17 ODS (Objetivos de Desenvolvimento Sustentável) da ONU (Organização das Nações Unidas) que, desde 2015, é parceira do Sebrae no fomento aos negócios de impacto social e ambiental.

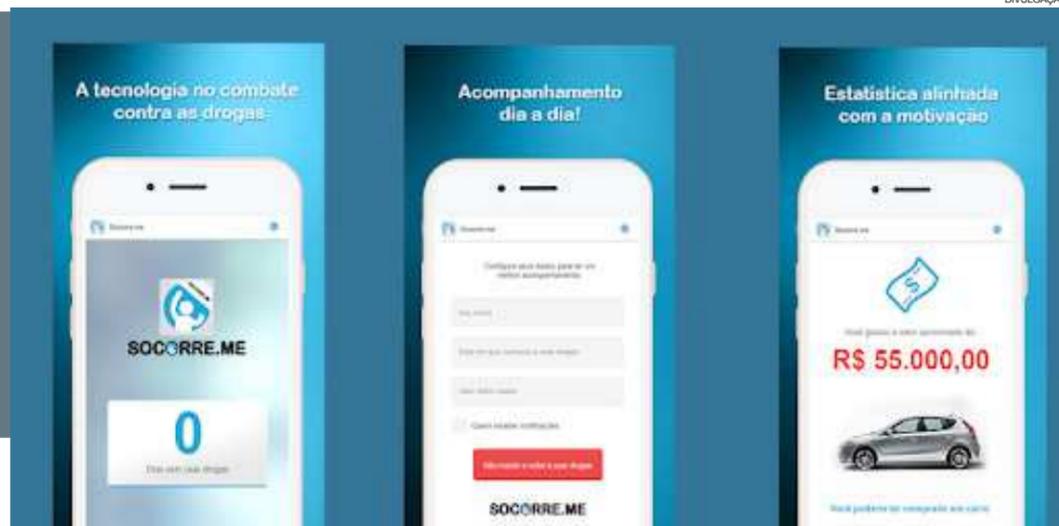
Foi pensando na própria experiência que Daniel Cardoso decidiu ajudar outras pessoas. “Comecei a conhecer a droga com 12 anos, com o cigarro e

depois veio o álcool e a cocaína”, conta o analista de sistema. “Era viciado, mas era uma pessoa normal até a primeira overdose. Foi quando eu parei pela primeira vez”, relata.

Segundo ele, houve outras duas tentativas de largar o vício, mas foi na terceira overdose que ele conseguiu, definitivamente, deixar as drogas de lado. “Há seis anos não uso mais, depois que, no hospital, uma enfermeira colocou na minha cabeça que eu iria parar”, conta Daniel.

A partir do momento em que ficou “limpo”, Daniel pensou em desenvolver um mecanismo que ajudasse as pessoas com o mesmo problema que ele teve. Foi quando surgiu a ideia do aplicativo “Socorre.me”.

A ferramenta tem o propó-



sito de auxiliar o tratamento de dependentes químicos por meio de diversos recursos, como indicar locais que representam um risco de recaída do paciente. Além disso, o “Socorre.me” mostra a quantidade de dias que o usuário está “limpo” e tem um localizador, caso a pessoa tenha uma recaída, sofra uma overdose ou até uma crise de abstinência. O usuário poderá colocar no aplicativo o tempo e o valor diário pelo consumo, foto das pessoas antes e depois da droga e também da família, que é para o dependente pensar antes de fazer uso do entorpecente.

## OUTRO PROJETO

Com 39 anos, Daniel Cardoso é graduado em Análise e Desenvolvimento de Sistemas, com pós-graduação em Análise e Projeto de Sistemas e trabalha, desde 1998, na área de Tecnologia da Informação. Há cinco anos, com apoio do Sebrae, fundou seu negócio (a Aplicativos 9), em São Paulo, para onde se mudou depois de deixar Brasília. Ele conta que todo o investimento do Socorre.me saiu do próprio bolso e o próximo passo será lançar um e-book com o mesmo tema e contra a pornografia infantil.

A tecnologia de combate às drogas criada por Daniel foi con-

siderada pelo Sebrae uma das 25 melhores ideias surgidas em 2015, quando o projeto foi apresentado na sede da instituição em São Paulo.

O “Socorre.me” pode ser baixado em aparelhos celulares IOS ou Android. O aplicativo hoje é vendido em várias lojas APP Store e Play Store em oito idiomas.

Hoje Daniel faz parte de um seleto grupo de startups brasileiras que ganha mercado a cada dia. Ele é chamado para palestras em fóruns, comunidades, igrejas e congressos, e participa de concursos, vencendo alguns deles, além de pitches em eventos como a Campus Party.



Moda, conforto e qualidade!  
**MONTE SEU BIQUÍNI**



**Bella Mulher**  
moda íntima

LOJA 01 **CASCADEL**  
(45) 3035-2999  
(45) 98801-6518

Rua Rio Grande do Sul, 769  
CEP 85801-010  
Centro - Cascavel - PR

LOJA 02 **CASCADEL**  
(45) 3322-2999  
(45) 99980-0070

Avenida Brasil, 5666  
CEP 85812-001  
Centro - Cascavel - PR

@bellamulhermodaintima  
/bellamulhermodaintimacascavel

# Jovens com sífilis podem virar cardiopatas

O aumento de 2.000% nos casos de sífilis no Brasil, divulgado pelo Ministério da Saúde, além de evidenciar a urgência de retomar ações e campanhas eficazes de prevenção contra doenças sexualmente preventivas, exige atenção quanto a futuras complicações cardiovasculares. O alerta é do médico José Francisco Kerr Saraiva, presidente da Socesp (Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo).

Ele explica que os jovens acometidos hoje pela doença

podem ter sérios problemas cardiovasculares no futuro, caso o tratamento não seja correto e eficiente.

Depois de dois a 20 anos da infecção, ocorre a sífilis terciária, cujos sintomas são mais graves. Dentre eles, pode se desenvolver a sífilis cardiovascular. Os sintomas são dor torácica e nas costas, provocada por aneurisma da artéria aorta ascendente ou descendente, com risco de ruptura. Outro sintoma é o cansaço, sensação de falta de ar,

quando a sífilis acomete a válvula aórtica. Nesse caso, ocorre um refluxo do sangue, que volta para dentro do coração e causa sobrecarga, provocando a sensação de falta de ar.

José Francisco explica que a sífilis é causada pela bactéria *Treponema pallidum*. A doença apresenta três fases de infecção. A primária tem como sintoma o surgimento, a partir de dez dias após o contágio, de uma ferida em local específico, como órgãos sexuais, boca ou pele.

A secundária ocorre entre seis semanas e seis meses. Os sintomas são manchas avermelhadas, principalmente nas mãos e nos pés, podendo também aparecer ínguas nas regiões íntimas e na virilha.

Há, ainda, uma fase na qual a doença fica latente, levando a um descuido com o tratamento, pois muita gente acredita ter sarado. Na sífilis terciária, na qual os sintomas podem aparecer entre dois e 20 anos após a infecção, os problemas são mais graves, incluindo os

problemas cardíacos, com alto risco de morte.

Em todos os casos, o tratamento no combate à bactéria é feito com antibióticos, em especial a penicilina. Porém, a sífilis cardiovascular exige que um cardiologista especializado também cuide do paciente.

“É premente a retomada de campanhas e ações preventivas de doenças sexualmente transmissíveis no Brasil”, alerta o presidente da Socesp.

Site: [www.viveiros.com.br](http://www.viveiros.com.br)



**CENTRO ÓPTICO PARANÁ**

**VARILUX CENTER**

**A estação mais divertida  
do ano chegou!**

**Óculos de Sol  
a partir de 6x R\$30,00**

Encontre o óculos  
ideal para você  
aqui no  
**CENTRO ÓPTICO  
PARANÁ**

MAIS INFORMAÇÕES:

Rua Minas Gerais, 1932

Ed. Unique - Sala 01

**45. 3037-6061**

Centro Óptico Paraná

@centroopticoparana

(Próximo ao Hospital dos Olhos de Cascavel)

# CÂNCER

## SEGUNDA CAUSA DE MORTE NO BRASIL. PRIMEIRA EM PREOCUPAÇÃO DA SOCIEDADE!

Atualmente, as doenças oncológicas são responsáveis por **8,2 milhões de óbitos por ano** em todo o mundo. E os dados preocupantes não param por aí:

**14 milhões**

de novos casos de câncer por ano no mundo

**mais** que uma cidade de **São Paulo** inteira



Esse número deve subir **70%** nas próximas duas décadas

serão mais de **23 milhões de novos casos** ao ano no mundo



o equivalente aos estados do **Rio de Janeiro** e da **Bahia** juntos

**#VádeLenço**

**600 mil novos diagnósticos de câncer** serão feitos no Brasil em 2019, o que dá quase **5 Maracanãs lotados**



Em 2016, os cânceres mataram **mais de 215 mil brasileiros** **16% das mortes no país**

quantidade equivalente a soma do público de uma noite no Rock in Rio com o de uma noite no Lollapalooza - dois dos maiores festivais do Brasil

Em 2016, **1 a cada 6 óbitos no Brasil foi pelo câncer**



Isso quer dizer que **1, destes 6 amigos** sentados neste bar, **irá morrer em decorrência da doença**



O **diagnóstico precoce** evitaria parte destas mortes. A **promoção da saúde** também. Além, é claro, do **acesso ao tratamento** correto e de qualidade. Conhecer as informações sobre o câncer é o primeiro passo para mudar esta realidade.

04/02

# DIA MUNDIAL DO CÂNCER

## O DIAGNÓSTICO PRECOCE SALVA VIDAS.

### Dia Mundial do Câncer: foco é acelerar atendimento pelo SUS

Pacientes, familiares, instituições, empresas, governo e população geral têm grande potencial para serem vetores de transformação e redução do impacto do câncer. Essa é a premissa da campanha do Dia Mundial do Câncer, organizada mundialmente pela UICC (União Internacional de Controle do Câncer). No Brasil, a Femama (Federação Brasileira de Instituições Filantrópicas de Apoio à Saúde da Mama), membro da UICC, está à frente das ações, com foco em fortalecer a luta pelo avanço PLC dos 30 Dias.

O Projeto de Lei Complementar 143/2018, ou PLC dos 30 Dias, determina que, em casos em que há a hipótese de um diagnóstico de câncer, os exames necessários para a devi-

da elucidação da doença, incluindo confirmação em biópsia, devem ser realizados em um prazo máximo de 30 dias no SUS (Sistema Único de Saúde).

Em razão do Dia Mundial do Câncer, 4 de fevereiro, a Femama lança um banco de relatos que visa coletar depoimentos sobre dificuldades para obter diagnóstico ágil de câncer na rede pública de saúde. Pacientes que esperam ou esperaram por mais de um mês para receber o diagnóstico oncológico podem acessar o site <http://bit.ly/DMCFemama19> e preencher o formulário, contando seu caso.

As 74 ONGs que compõem a rede Femama pelo País foram mobilizadas para entregar ofícios aos senadores de seus estados, explicando e ressaltan-

do a importância desse projeto, solicitando que sejam favoráveis e apoiem seu avanço na Casa Legislativa.

No portal do Senado E-cidadania, toda a população pode votar "SIM" no questionamento "Você Apoiar essa Proposição?" sobre o PLC 143/2018, bem como enviar o link da votação para seus amigos, colegas e parentes e aumentar ainda mais o alcance da consulta. Para votar, acesse: <http://bit.ly/ApoioPLC30Dias>.

Além disso, há também a hashtag #DiaMundialDoCâncer e um filtro especial para a câmera do Facebook criado pela UICC. Pelas redes sociais, a Femama disseminará diversas informações importantes e maneiras de apoiar e difundir a causa.

#### Pacientes contam história da longa espera

O banco de relatos da Femama nasceu como uma maneira de apresentar mais palpavelmente a realidade da assistência oncológica brasileira, uma vez que a demora no diagnóstico corrobora para que a doença seja identificada em estágios tardios. Os depoimentos são uma maneira de demonstrar a importância da aprovação rápida do PLC dos 30 Dias; o projeto foi aprovado pela Câmara em dezembro de 2018 e enviado ao Senado.

Enquanto nos países desenvolvidos o tempo entre a identificação dos sintomas e o diagnóstico é de menos de 30 dias, no Brasil esse processo dura entre sete e oito meses, segundo levantamento publicado no World Journal of Clinical Oncology em 2014. Não a toa, cerca de 60% dos casos de câncer são registrados nas fases mais avançadas em nosso país, informa a Femama. O banco de relatos tem o apoio do Instituto Espaço de Vida, além das instituições que compõem a rede Femama em todo o País.



Passa o leitor de QR Code do seu celular e conte sua história sobre a demora no atendimento oncológico

### Medicina Nuclear é importante ferramenta na detecção de metástase

De acordo com projeção da IARC (Agência Internacional de Pesquisa sobre Câncer), até 2030 o câncer será a principal causa de morte em todo o mundo - anualmente, 9,6 milhões de pessoas em todo o globo perdem vida em decorrência da doença.

O diagnóstico precoce é importante para evitar que as células cancerígenas se espalhem para outras regiões do corpo, as chamadas metástases, estágio mais avançado. Contudo, no Brasil, 40% dos casos são identificados já em fases mais graves. Neste caso, a medicina nuclear é ferramenta importante para precisão e agilidade diagnóstica e terapêutica.

A especialidade, que utiliza materiais radioativos em baixas doses para proporcionar diagnósticos cada vez mais assertivos, tem entre suas ferramentas na investigação de metástases a tomografia por emissão de pósitrons (PET/CT). Por meio desse exame se avalia a presença de lesões metastáticas e se detectadas permite a realização de biópsias, possibilitando que o tratamento contra a doença tenha maior eficácia e acurácia. "O procedimento permite visualizar a fisiologia humana por meio da concentração dos radiofármacos utilizados nos exames. As células cancerígenas precisam se re-

produzir rapidamente, o que aumenta seu consumo de energia; o exame de PET/CT aproveita desta característica para reconhecer se o câncer foi disseminado para outras estruturas do organismo", explica Juliano Cerci, presidente da Sociedade Brasileira de Medicina Nuclear (SBMN).

O PET/CT é um dos exames mais avançados no que tange o diagnóstico de câncer. "Ele pode alterar a forma de tratamento em cerca de 30% dos pacientes com câncer colorretal, principalmente ao detectar massas extra-hepáticas, por exemplo, que não são captadas nos exames tra-

dicionais como tomografia e ressonância", cita Cerci.

A medicina nuclear é amplamente utilizada para identificar a metástase óssea, inclusive encontrando-a antes mesmo de manifestar quaisquer sintomas. Entre os tumores mais comuns que se espalham para os ossos, destacam-se o de mama, de pulmão, de próstata, de tireoide e de rim.

#### IMPORTANTE PASSO

Recentemente, o governo federal deu um passo importante para o avanço brasileiro da medicina nuclear: o início da construção do Reator Multipropósito Brasileiro (RMB), empre-

endimento que será capaz de produzir radiofármacos utilizados no diagnóstico e tratamento oncológico, por exemplo. Com isso, visa-se suprir a demanda nacional e ampliar o acesso aos procedimentos da medicina nuclear no SUS (Sistema Único de Saúde).

"Por ano, cerca de 2 milhões de exames da medicina nuclear são realizados no Brasil, porém apenas 30% deles são realizados para o SUS, sendo que o SUS é responsável pela saúde de 75% da população brasileira. Ou seja, existe um abismo muito grande entre a medicina privada e a do SUS", afirma Cerci, da SBMN.

## O Brasil está preparado para reduzir a idade para o rastreamento do câncer colorretal?

Em menção ao Dia Mundial do Câncer, a Sobed (Sociedade Brasileira de Endoscopia Digestiva) chama atenção para o debate acerca do rastreamento do câncer colorretal (CCR). A partir de estudos realizados pela American Cancer Association, a recomendação internacional é reduzir a idade para início do rastreamento da neoplasia de 50 para 45 anos. Contudo, estamos preparados para atender a essa demanda?

De acordo com a estimativa do IBGE, o Brasil conta com mais de 43,6 milhões de pessoas na faixa etária contemplada pela política de prevenção do CCR - de 50 a 75 anos. Considerando quem tem mais de 45 anos, esse número salta para 56,9 milhões.

Ronaldo Taam, médico endoscopista e membro da Comissão de Prevenção do Câncer Colorretal da Sobed, diz que o País já encontra dificuldades de combater o câncer e que antecipar o início da realização de exames pode representar problema sério.

"Precisamos, sim, de programas direcionados ao rastreio da neoplasia de cólon e reto no grupo de risco e em pacientes que apresentam sintomas. Essas ações devem ser locais, a fim de contribuírem para formar um quebra-cabeça nacional - desta forma, conseguimos dados concretos sobre o que está sendo feito, além de aumentar consideravelmente a abrangência da cobertura dos exames, como da colonoscopia", indica.

O especialista explica que, "quando se fala em rastreamento do câncer de cólon e reto, na realidade é processo de busca ativa de lesões pré-cancerosas (pólipos adenomatosos) e/ou em estágios iniciais (câncer precoce) de uma doença ainda sem manifestações clínicas".

Essa neoplasia é a terceira mais frequente em homens e a segunda em mulheres - considerando-se a incidência dos casos de câncer e é a segunda causa mais frequente de óbito.

### EM ALERTA

A orientação internacional surgiu após evidenciar-se o diagnóstico em pacientes novos, com idades entre 20 e 40 anos. O especialista afirma que são casos específicos e que, por isso, demandam atenção de todos para identificar sinais e, quando necessário, solicitar exames complementares, como teste de sangue oculto nas fezes e colonoscopia.

"Estudos epidemiológicos mostram alguns critérios que devem ser levados em consideração, como obesidade, sedentarismo, alterações na dieta e alto índice de massa corporal. Ao analisar pessoas que vivem sob todas essas questões, reconheceram-se quadros em que havia presença de pólipos - ou seja, lesões pré-oncológicas, passíveis de tratamento endoscópico", esclarece. Porém, Taam reforça que tal conduta segue para casos específicos e utiliza-la como norte para políticas públicas em larga escala não é viável. "O número de pessoas a serem elegíveis para rastreamento tradicional, entre 50 e 75 anos, é muito elevado e não há ainda um programa que atenda essa demanda. As necessidades de recursos humanos e materiais são grandes, assim como é complexa a logística para assegurar a confirmação dos testes positivos e para oferecer tratamento para os casos em que haja necessidade de tratamento endoscópico e/ou cirúrgico e oncológico. Há a necessidade da implantação de programas de rastreamento e incremento dos poucos já existentes, com integração e análise dos dados coletados visando a uma visão mais global desse tipo de câncer em nosso país".

## Câncer de pulmão: 2º tumor mais frequente no Brasil

De acordo com o Inca (Instituto Nacional de Câncer), o câncer de pulmão é o segundo mais comum no Brasil, ficando atrás apenas do câncer de pele do tipo não melanoma. A previsão do instituto é de que em 2019 sejam diagnosticados mais de 31 mil novos casos de câncer de pulmão no País. E o principal vilão responsável pela alta incidência desse tipo de tumor é o tabagismo.

"O uso de tabaco corresponde a mais de 90% dos casos de câncer de pulmão no Brasil. Quanto mais cigarros a pessoa fuma por dia e quanto mais tempo a pessoa fumar na vida, maior será a probabilidade de desenvolver câncer de pulmão", alerta William Nassib William Júnior, diretor médico de Oncologia Clínica e Hematologia do Centro Oncológico da BP - A Beneficência Portuguesa de São Paulo.

### TRATAMENTO PERSONALIZADO

Ao identificar os sintomas como cansaço, fraqueza, perda de peso, tosse persistente, respiração curta, perda de fôlego, escarro com sangue, rouquidão e dor no peito, a pessoa deve buscar ajuda médica. Para maior assertividade no tratamento é importante procurar por um polo de saúde que proporcione assistência integrada no tratamento do câncer.

"No Centro Oncológico da BP, estruturado no modelo de cancer center, equipes multidisciplinares discutem cada caso de forma personalizada para definir a melhor estratégia de tratamento, garantindo segurança e qualidade de vida para os clientes", explica William Nassib William Júnior.

## Celular e micro-ondas causam câncer? Cinco mitos desvendados

Dados recentes indicam que, ao longo da vida, um a cada cinco homens e uma a cada seis mulheres desenvolverão câncer, de acordo com o Globocan 2018 - estudo liderado pela International Agency for Research on Cancer, que estima a taxa de incidência da doença em diferentes regiões do mundo.

Só no Brasil, considerando levantamento do Inca (Instituto Nacional do Câncer), 600 mil brasileiros deverão receber o diagnóstico da doença este ano.

Diante dessa realidade, os especialistas são taxativos: a informação ainda é a ferramenta essencial para o combate e o diagnóstico precoce de tumores malignos entre a população em geral.

É frequente, todavia, que graças às facilidades promovidas pela comunicação por meio da tecnologia e do uso de ferramentas de busca na internet que boatos sobre as principais causas de câncer se espalhem rapidamente e passem a ser tidas como verdades absolutas, mesmo que não contem com qualquer tipo de fundamento científico.

Do celular ao açúcar, muitos são os "vilões" apontados como grandes responsáveis pelos índices de casos da doença na atualidade. Para ajudar a esclarecer alguns desses mitos, cinco especialistas respondem às principais dúvidas que surgem nos consultórios:

### Açúcar causa câncer

O açúcar é fundamental para as células humanas realizarem seus processos metabólicos e o mesmo acontece com as células cancerígenas, mas isso não quer dizer que o açúcar cause ou até mesmo alimente o câncer. "O problema do açúcar é que, se consumido em excesso, pode aumentar a chance de o indivíduo se tornar obeso e a obesidade é um grande fator de risco para o desenvolvimento do câncer. Estima-se que esse fator aumente em 20% o risco da doença", afirma a oncologista clínica Cintia Elaine Nascimento Givigi, do Cecon (Centro Capixaba de Oncologia).

A dieta saudável é aquela que todos nós conhecemos, rica em alimentos integrais, verduras, frutas, proteínas de carne branca, em que também se limita o consumo de carne vermelha, álcool e carnes defumadas e processadas.

### Vacinas podem causar câncer

Existem diversos boatos de que algumas vacinas são capazes de causar o câncer, mas, além de não provocar, algumas são capazes até de prevenir a doença. Um exemplo é a vacina contra o HPV, vírus responsável por 90% dos casos de câncer de colo de útero. A vacina contra hepatite B, que pode ser tomada no início da vida, também é capaz de prevenir casos de câncer de fígado. "As vacinas estimulam o sistema imunológico, fazendo com que o corpo humano fique imunizado contra diversas doenças infecciosas. Não há qualquer relação com o desenvolvimento de câncer", explica Sílvia Fontan, oncologista da Oncoclínica Recife.

### Poluição causa câncer de pulmão

Já existe uma série de estudos que evidenciam uma associação entre conviver com a poluição e o risco aumentado de câncer. A OMS (Organização Mundial da Saúde) já estimou também que a poluição urbana do ar foi associada com a ocorrência de 227 mil mortes de câncer no mundo em 2012.

É claro que a qualidade do ar é uma questão de saúde pública e que deve ser melhorada, mas a oncologista Mariana Laloni, do Centro Paulista de Oncologia, afirma que, apesar de já ver no consultório pessoas não fumantes com câncer de pulmão, o cigarro continua sendo o maior fator de risco. "Em termos de atitudes que as pessoas podem fazer, a melhor indicação é largar o tabaco e manter um peso saudável".

### Protetor solar é tóxico

Depois que algumas pesquisas alegaram que substâncias presentes no protetor solar, como o oxibenzona, podem causar reações alérgicas e até mutações no DNA, difundiu-se a ideia de que não usar protetor poderia ser mais seguro para a pele.

Adriana Scheliga, oncologista da Oncoclínica Centro de Tratamento Oncológico, diz que os resultados desses estudos ainda são controversos e que há outros levantamentos que comprovam o contrário, que o uso diário de protetor solar reduz o risco de câncer de pele. "Já sabemos que mais de 70% da população brasileira não aplica o filtro solar diariamente. Parar de recomendar o seu uso sem pesquisas fundamentadas seria imprudente", conta.

A sugestão é buscar opções com fórmulas que tenham certificação de qualidade e evitar a exposição excessiva e constante aos raios solares.

## Radiação do celular, micro-ondas e Wi-fi aumenta o risco de tumores

Não é de hoje que o boato de que a radiação presente em alguns aparelhos tecnológicos pode causar câncer. Até o momento, nenhum estudo conseguiu encontrar uma associação entre essa exposição e o aumento do risco de câncer, isso porque esses aparelhos utilizam a radiação não ionizante, ou seja, possuem uma energia muito fraca. "As evidências atuais não demonstram que utilizar o celular ou qualquer outro desses aparelhos provoque danos ou alterações clinicamente significativas no DNA das células. Assim, é precoce para tentar relacionar essas radiações com o desenvolvimento do câncer", afirma Elge Werneck, oncologista do IHOC (Instituto de Hematologia e Oncologia de Curitiba).

O especialista, contudo, explica que deve existir uma preocupação com a exposição excessiva à radiação UV e raios-X, presente em lâmpadas de vapor de mercúrio, lâmpadas de bronzeamento, luzes negras e no sol.

[www.salusclinica.com.br](http://www.salusclinica.com.br)

 [clinica.salus.cascavel](https://www.facebook.com/clinica.salus.cascavel)

## O que é HPV?

✓ O HPV é um vírus que se transmite no contato pele com pele, por isso pode ser considerado uma doença sexualmente transmissível. No primeiro contato sexual 1 em cada 10 meninas chega a entrar em contato com o vírus. Conforme o tempo passa, 80 a 90% da população já entrou em contato com o vírus alguma vez na vida, mesmo que não tenha desenvolvido lesão. Mas é importante lembrar que mais de 90% das pessoas conseguem eliminar o vírus do organismo naturalmente, sem ter manifestações clínicas.

### ⇒ Sintomas de HPV:

O principal sintoma do HPV é o surgimento de verrugas ou lesões na pele, normalmente uma manchinha branca ou acastanhada que coça. Muitas vezes, no entanto, a lesão pode não ser visível a olho nu, aparecendo em exames como colposcopia, vulvoscopia e peniscopia.

### ⇒ Buscando ajuda médica:

Lembre-se, nem toda verruga é causada por uma infecção por HPV. No entanto, se você apresenta verrugas ou lesões na região genital é importante buscar a orientação de um ginecologista ou urologista.

⇒ Vale lembrar que, na maioria das vezes, o HPV é localizado nos exames de rotina das mulheres, até porque o problema pode não apresentar sintoma nenhum.



**Dr. Danilo Galletto**  
Ginecologia  
CRM-PR 10699 | RQE 5237  
Membro da Sociedade Brasileira de Endoscopia  
Ginecológica e Endometriose (SOBENGE)



**Dra. Luciana Osório Cavalli**  
Medicina de Família e Comunidade  
CRM-PR 27942 | RQE 17062  
Membro da Sociedade Paranaense  
de Medicina de Família



**Dra. Vanessa Pedreiro Krüger**  
Ginecologia e Obstetrícia  
CRM-PR 25675 | RQE 2141



**Dra. Helenara Osório Cavalli**  
Pediatría  
CRM-PR 9452 | RQE 3348  
Membro da Sociedade Brasileira de Pediatría



**Rafael Cavalli**  
Psicologia  
CRP 08/22656



**Dr. Galileu Francys Orlandi**  
Ginecologia e Obstetrícia  
CRM-PR 23615 | RQE 1095  
Membro da Sociedade Brasileira de Endoscopia  
Ginecológica e Endometriose (SOBENGE)



**Dr. Namir Cavalli**  
Ginecologia  
CRM-PR 9451 | RQE 3341  
Membro da Sociedade Brasileira de Endoscopia  
Ginecológica e Endometriose (SOBENGE)

Rua Paraguai, 648 (em frente ao Hospital Gênesis) – Cascavel-PR

Dr. Namir Cavalli – Diretor Técnico Médico – CRM-PR 9451 / RQE 3341

(45) 3226-8181 | 3035-4243