

## *Eu posso, nós podemos*

Campanha do Dia Mundial  
do Câncer incentiva ações  
individuais e coletivas  
para combater a doença

Págs. 6 e 7



INCA REALIZA CIRURGIA PIONEIRA  
PELA PRIMEIRA VEZ NO SUS

Pág. 3



## CARTA AO LEITOR

Um grande aliado no controle do câncer é cultivar hábitos saudáveis. Este ano, a campanha do Dia Mundial do Câncer reforçou a necessidade de ações individuais e coletivas para evitar a doença. Com o tema *Eu posso, nós podemos*, a campanha, criada pela União Internacional para o Controle do Câncer (UICC), incentiva as boas escolhas que todos podem fazer. Como parte das ações, o INCA realizou um debate, em parceria com o jornal Extra, sobre os riscos da obesidade e do sedentarismo. Confira a matéria nas páginas 6 e 7.

No mês do Carnaval, a solidariedade tomou conta da Praça Cruz Vermelha. O tradicional bloco *Tá na hora de doar* animou e conscientizou foliões acerca da importância da doação de sangue e plaquetas neste período. Em sua 11ª edição, o evento teve as apresentações da bateria e da comissão de frente da Escola de Samba Acadêmicos do Salgueiro, além da presença da atriz Viviane Araújo e dos padrinhos da campanha, *Carlinhos de Jesus* e *Ana Botafogo*. Saiba mais na página 9.

Na página 3, o Informe INCA traz matéria sobre uma técnica para tratamento de câncer infantil realizada no Instituto, inédita no Sistema Único de Saúde (SUS). O procedimento, de retirada de tumor no abdômen com aplicação de quimioterápico aquecido, ajuda a prevenir o retorno da doença. Um avanço que poderá salvar vidas.

Pacientes, acompanhantes e profissionais da instituição receberam a bênção do arcebispo do Rio de Janeiro, *Dom Orani Tempesta*, durante a *trzena em homenagem a São Sebastião*. Mensagens de coragem, esperança e paz trouxeram conforto a todos que participaram da cerimônia. Veja na página 10.

Boa leitura!



## CURTAS

### Leylane Porto Bittencourt assumiu a Gerência de Risco Sanitário Hospitalar do HC II.

O setor auxilia a direção da unidade e a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) com ações que garantem a qualidade da assistência e a segurança dos pacientes. Leylane é enfermeira, com mestrado em Educação, e trabalha no INCA há cinco anos.

### Para garantir a acessibilidade de seus doadores

com deficiência visual, o Serviço de Hemoterapia oferece questionários em braile. A publicação foi elaborada e impressa por meio de parceria com o Instituto Benjamin Constant. No Rio de Janeiro, somente o INCA dispõe desse material.

### O Centro Cultural do Ministério da Saúde (CCMS) publicou em seu site duas novas exposições virtuais: *Hospício de Pedro II da construção à desconstrução* e *HAITI – a saúde e os desafios da reconstrução*.

⊕ **NA INTERNET:** O site do CCMS também disponibiliza outras 20 mostras virtuais, a maioria relacionada à saúde pública. Confira em [www.ccs.saude.gov.br](http://www.ccs.saude.gov.br).

### Profissionais de saúde podem enviar seus artigos

para a publicação do INCA Cadernos de Psicologia até o dia 21 de março. O tema da quarta edição é *O Corpo na perspectiva interdisciplinar*.

⊕ **NA ÁREA DO INFORME INCA NA INTRANET:** Para mais informações, acesse a área do Informe INCA na Intranet ou envie e-mail para [cadernosdepsicologia@inca.gov.br](mailto:cadernosdepsicologia@inca.gov.br).

informe INCA

Ano XXI | Nº344 | FEVEREIRO 2016  
Instituto Nacional de Câncer José Alencar  
Gomes da Silva

Praça Cruz Vermelha 23,  
CEP. 20.230-130 | Rio de Janeiro - RJ  
[www.inca.gov.br](http://www.inca.gov.br)

Informativo interno mensal do Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva, produzido pela Divisão de Comunicação Social/INCA. Tiragem: 7.000 exemplares. Edição: Fernanda Rena. Redação e reportagem: Fernanda Trotta (Agência Comunica). Revisão: Paula Vianna (Agência Comunica). Colaboração: equipe DCS/INCA. Divisão de Comunicação Social (tel.: (21) 3207-5963 / 5962): Mônica Torres (chefe), Adriana Rossato, Ana Carolina Souza, André Nessim, Andrea Silva, Daniella Daher, Elaine Oliveira, Eliana Pegorim, Luiza Real, Marcelo Chagas, Marcelo Mello, Marcio Albuquerque, Marcos Vieira, Marise Paz, Monique Rodrigues, Nemézio Amaral Filho, Nina Isidoro, Paula Bastos, Raissa Lima e Raquel Araújo. Projeto Gráfico: Joaquim Olímpio (Agência Comunica). Diagramação e prod. gráfica: Joaquim Olímpio, Leilane Gama e Lucas Igreja (Agência Comunica). Fotografia: Carlos Leite e José Antônio Campos (INCA), Carolina Del Guerso e Letícia Faver (Agência Comunica). Impressão: WalPrint. Grupo de Comunicação Social: Jaqueline Pimentel (Imprensa), Aline Bernardino (COAD); Micheli Souza e Juliana Freitas (HC II); Carlos Henrique Debenedito (HC IV); Monique Barros (INCAvoluntário); Luiz Paulo Labrego (Conprev); Tatiane Marques (CEMO); Alessandra Evangelista (Gestão de Pessoas); Hilton da Cunha Magnelli, Nelson Virla Gomes (Afinca) e Cyntia Bilheiro (Detecção Precoce).



Ministério da  
Saúde



## INCA é pioneiro em técnica cirúrgica para câncer infantil

Fotografia: Jaqueline Pimentel



O chefe da Divisão Cirúrgica do HC I, Odilon Filho, divulgou o procedimento para a imprensa

No mês de janeiro, o INCA apresentou à imprensa a primeira cirurgia de citorredução associada à quimiohipertermia em paciente pediátrico no Sistema Único de Saúde (SUS). O procedimento consistiu na retirada completa de um tumor do abdômen, seguida da aplicação de quimioterápico aquecido na área afetada, visando eliminar possíveis resíduos de células cancerígenas.

Segundo a chefe da Seção Oncológica Pediátrica do INCA, Sima Ferman, o primeiro paciente a ser submetido à técnica na instituição tem sete anos e desenvolveu um tumor raro e agressivo no abdômen, chamado desmoplásico de pequenas células redondas. “Apesar de as doenças malignas da infância terem, em geral, uma boa resposta aos métodos terapêuticos atuais, este tipo de câncer não tem a mesma natureza. As características do tumor determinaram a opção pelo procedimento”, explicou.

A técnica foi realizada em dezembro, pelo chefe da Divisão Cirúrgica do HC I, Odilon de Souza Filho. De acordo com ele, a aplicação do quimioterápico na área afetada é feita por meio de uma bomba

de perfusão (dispositivo que permite lavar a cavidade abdominal) e de termômetros para avaliar a temperatura durante a ação. O equipamento de perfusão utilizado nesta cirurgia foi desenvolvido no Instituto especialmente para este tratamento. “O menino teve uma ótima recuperação, e a alta foi rápida”, afirmou o médico. “Apesar da retirada total do tumor, a doença pode retornar, mesmo quando ele é tratado com quimioterapia e radioterapia. Por isso, é necessária uma terapia mais efetiva para atingir as células tumorais que podem permanecer na cavidade abdominal”, apontou Odilon.

“A cirurgia mobilizou boa parte da equipe multiprofissional dos dois setores para ser bem sucedida, e conseguiu. Com isso, será possível fazer mais procedimentos como esse no INCA”, frisou Sima Ferman.

### Procedimento realizado também em adultos

O Instituto foi pioneiro, em 1998, ao realizar a citorredução associada à quimiohipertermia em adultos. “A técnica tem sido utilizada com sucesso para tratar células residuais em outros tipos de câncer da cavidade abdominal”, disse Odilon. “O tratamento, entretanto, tem um custo alto e deve ser realizado apenas em casos em que é possível a retirada completa do tumor”, concluiu o médico.

⊕ NA ÁREA DO INFORME INCA NA INTRANET: Confira matéria veiculada na imprensa sobre o assunto.



**Sima Ferman,**  
chefe da Seção  
de Oncologia  
Pediátrica



Estratégias foram definidas na primeira reunião presencial dos supervisores dos BSCUPs

## BrasilCord traça metas para os bancos de cordão

**D**iscutir novas estratégias para fortalecer a Rede BrasilCord foi o objetivo da I Reunião Presencial dos Supervisores dos Bancos de Sangue de Cordão Umbilical e Placentário (BSCUPs) da Brasilcord, que aconteceu nos dias 18 e 19 de janeiro, no Hotel Vila Galé, no Rio de Janeiro.

A Rede BrasilCord conta com 13 Bancos Públicos de Sangue de Cordão Umbilical em funcionamento e tem mais quatro em construção. Atualmente, cerca de 20 mil unidades de sangue de cordão umbilical estão

armazenadas nesses bancos. A principal meta da Rede é a ampliação do serviço para que, além das amostras de sangue de cordão, os bancos também processem e armazenem células-tronco de outras fontes, como sangue periférico e medula óssea. Os BSCUPs pretendem padronizar seus procedimentos para atender ao processo de Acreditação dos bancos e às normas internacionais necessárias para o uso do material no exterior.

Durante os dois dias de trabalho, os participantes dos BSCUPs apresentaram propostas e fizeram uma revisão de protocolos e sistemas de tecnologia de informação (TI). Os principais temas discutidos foram financiamento, Acreditação, melhorias no sistema de TI e inclusão das unidades de sangue de cordão da BrasilCord na *Bone Marrow Donors Worldwide* (BMDW), Rede Mundial de Registros de Doadores de Medula Óssea.

## PREVENÇÃO

### Novo sistema de vacinação contra HPV no SUS

Fonte: Portal INCA

**O** Ministério da Saúde (MS) anunciou em janeiro que o esquema vacinal contra o papilomavírus humano (HPV) passa a contar com duas doses da vacina, em vez de três. Segundo o MS, estudos recentes mostram que o esquema com duas doses apresenta uma resposta de anticorpos, em meninas saudáveis de 9 a 14 anos, não inferior à resposta imune de mulheres de 15 a 25 anos que receberam as três doses.

A vacina contra o HPV faz parte do Calendário Nacional de Vacinação do SUS para meninas de 9 a 13 anos. A segunda dose deve ser administrada seis meses após a primeira. “É importante que as meninas tomem as duas doses, já que uma não é suficiente para que haja proteção”, alertou Maria Asuncion Solé Pla, tecnóloga da Divisão de Detecção Precoce e Apoio à Organização de Rede do INCA.

O HPV é um vírus capaz de infectar pele e mucosas, além de poder causar câncer do colo do útero, o quarto tipo de câncer mais frequente em mulheres no País. Estima-se que mais de 16 mil mulheres venham a desenvolver a doença este ano.

“A vacina protege contra os tipos de HPV responsáveis por 70% dos casos de câncer do colo do útero”, explicou Asuncion.

A tecnóloga do INCA lembra ainda que mesmo as meninas vacinadas não devem deixar de realizar o exame citopatológico do colo do útero (Papanicolaou) quando atingirem a idade recomendada (25 anos).



Maria Asuncion explicou a necessidade das duas doses da vacina

## É bonito, mas...

A relação entre a tatuagem e o câncer de pele é tema de artigo do oncologista do INCA Ronaldo Corrêa e do chefe da Seção de Dermatologia do Instituto, Dolival Lobão, publicado em 18/01/2016 no jornal O Globo



**N**as últimas décadas, a prática de tatuar o corpo alcançou grande popularidade no Brasil, onde se estima que de 10% a 20% da população adulta tenha tatuagens. O INCA alerta sobre os cuidados que os portadores de tatuagem devem ter com relação ao câncer de pele, tipo mais comum da doença no Brasil.

A tatuagem pode dificultar o diagnóstico precoce, porque há a possibilidade de a tinta encobrir as lesões. A preocupação principal é com o melanoma, tipo de câncer de pele mais agressivo e letal, que representa cerca de 4% de todos os casos. Os melanomas começam a partir de nevus (ou sinais), que podem ser encobertos ou confundidos com o pigmento das tatuagens. Ao contrário dos cânceres de pele não melanoma, os melanomas podem evoluir rapidamente e provocar lesões metastáticas bem cedo, a partir daquelas muito pequenas (0,5 a 1 cm).

Em uma pele livre de tatuagem, é muito mais fácil observar mudanças na textura e alterações na cor, no formato ou no tamanho de sinais ou pintas. As tatuagens, em especial as que utilizam tintas de pigmento escuro, dificultam a identificação das mudanças graduais de lesões suspeitas durante o autoexame e o exame clínico feito por um profissional de saúde.

Outro aspecto relevante é a qualidade das tintas usadas. Todas as tintas, nacionais e importadas,

assim como aparelhos, agulhas, equipamentos e acessórios utilizados para tatuar, precisam ser registrados. No entanto, segundo a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), responsável por fiscalizar e regular esses produtos no Brasil, existem tintas sem registro no mercado. Em 2014, foi suspensa a comercialização de 14 marcas no País.

Embora não haja uma análise específica da Agência Internacional para Pesquisa em Câncer (Iarc, na sigla em inglês), da Organização Mundial da Saúde (OMS), sobre o potencial carcinogênico das tintas utilizadas para tatuar, alguns componentes químicos encontrados nesses pigmentos (tais como mercúrio, cobalto e cádmio) e subprodutos gerados após a exposição solar são considerados carcinogênicos ou possivelmente carcinogênicos para humanos.

Recente revisão (*Tattoos, inks, and cancer*, publicada na revista *Lancet Oncology*) não encontrou evidência convincente de maior risco de câncer de pele no local da tatuagem ou de câncer em outros locais em pessoas tatuadas. É imprescindível que grupos de pesquisa se interessem em realizar novos estudos.

Tatuados ou não, vale ressaltar mais uma vez a importância dos cuidados com a pele, evitando-se a exposição direta ao sol principalmente no horário das 10 às 16 horas.

## Atitudes saudáveis são aliadas para o controle do câncer

O crescimento do consumo de alimentos processados e ultraprocessados no País nos últimos 20 anos, chegando a um terço de toda alimentação dos brasileiros já na primeira década dos anos 2000; a morte, em todo o mundo, de 3 milhões de pessoas por ano vítimas da inatividade física; e as cada vez mais fortes evidências científicas associando a epidemia de obesidade a vários tipos de câncer. Essas informações foram compartilhadas com o público que assistiu e

participou do debate *Eu posso, você pode, nós podemos: atitudes saudáveis para o controle do câncer*, ocorrido no dia 4 de fevereiro.

O evento foi realizado como parte da campanha do Dia Mundial do Câncer promovida pela União Internacional para o Controle do Câncer (UICC), que reúne mais de 800 organizações em 155 países. No Brasil, o INCA é o responsável pela mobilização, que este ano traz o tema *Nós podemos. Eu posso*. O objetivo é estimular estilos de vida saudáveis.

Segundo a *Estimativa 2016-2017*, os três tipos de câncer responsáveis pela maior parte dos novos casos em 2016 (excluindo o de pele não melanoma) são fortemente relacionados ao excesso de peso. São eles: próstata, mama e cólon e reto (conhecido como câncer de intestino).

Em 2016, haverá no Brasil 61.200 novos casos de câncer de próstata, que é o tipo mais comum entre os homens, e 57.960 de câncer de mama, o mais incidente entre as mulheres. Cólon e reto será o terceiro mais incidente com 34.280 casos, sendo 16.660 em homens e 17.620 em mulheres. Além desses três tipos principais, os cânceres de esôfago, pâncreas, endométrio (corpo do útero), ovário, rim e vesícula biliar também podem estar relacionados ao excesso de peso.

### Na abertura do evento

O diretor-geral do INCA, Luis Fernando Bouzas, falou da importância da prevenção por meio de hábitos saudáveis. “Nós estamos engajados na campanha da UICC. É uma iniciativa mundial e não poderíamos nos furtar desse esforço. A meta é que, por meio da comunicação adequada, possamos reduzir, de maneira significativa, o impacto dessa enfermidade nos próximos anos”, discursou. Bouzas informou, ainda, que recebeu da Agência Internacional para Pesquisa em Câncer (Iarc, na sigla em inglês) um documento em que o Instituto é citado como exemplo de ações de conscientização no controle da obesidade.

O secretário de Atenção à Saúde do Ministério da Saúde, Alberto Beltrame, presente ao evento, assinou o texto preliminar das *Diretrizes Brasileiras para o Rastreamento do Câncer do Colo do Útero*, que ficará em consulta pública por 30 dias, a partir da publicação do documento no Diário Oficial da União. “Espero que esse debate marque o início do fortalecimento de uma política de prática de hábitos saudáveis”, disse o secretário.

**PRATICAR ATIVIDADE FÍSICA NOS AJUDOU A MANTER UM PESO SAUDÁVEL.**

DISQUE SAÚDE **136**  
 Ouvidoria Geral do SUS  
[www.saude.gov.br](http://www.saude.gov.br)

4 de fevereiro - Dia Mundial do Câncer

Certas atitudes são muito importantes para sua saúde. A atividade física regular e a manutenção do peso adequado podem reduzir as chances de desenvolver câncer. Procure ajuda, se necessário. Os benefícios valem a pena.

**NÓS PODEMOS**  
**EU POSSO**

Logos: UICC (global cancer control), INCA, SUS, Ministério da Saúde, GOVERNO FEDERAL BRASIL (PÁTRIA EDUCADORA)

Cartaz da campanha do Dia Mundial do Câncer

**+** NA INTERNET: Acesse o *hotsite* e saiba mais [www.inca.gov.br/wcm/dmdc/2016/](http://www.inca.gov.br/wcm/dmdc/2016/).



Debate incentivou a boa alimentação e a prática de exercícios físicos



## Os riscos da obesidade e do sedentarismo foram destaques no debate

Médico da Unidade Técnica de Exposição Ocupacional, Ambiental e Câncer, Ronaldo Correa informou que, nos últimos anos, a prevalência de obesidade vem aumentando, o que gera um impacto em certos tipos de câncer. “Segundo o Instituto, aproximadamente 15 mil dos 596 mil novos casos estimados para 2016 estarão associados ao sobrepeso e à obesidade. Esse cenário diz para os responsáveis pela saúde pública que alguma intervenção deve ser feita”, destacou.

A nutricionista Maria Eduardo Melo, da Unidade Técnica de Alimentação, Nutrição e Câncer, alertou para o fato de o brasileiro estar abandonando gradualmente os alimentos *in natura* e os substituindo pelos processados, ultraprocessados e hiperpalatáveis, que são prontos para comer e hipercalóricos mesmo em pequenas quantidades. “O aumento da venda desses produtos cresce 2% ao ano”, revelou Maria Eduarda. “Há evidências claras do impacto desses alimentos na obesidade infantil e na vida adulta”, completou.

O médico Carlos José Coelho de Andrade, chefe da Divisão Clínica do HC I, afirmou que o combate ao excesso de peso também é importante para o tratamento do câncer, não somente para a prevenção. “Se a pessoa se comportar com o mesmo estilo de vida [má alimentação, sem exercícios físicos] é como se ele jogasse fora os benefícios ganhos com a quimioterapia”, explicou. “A OMS [Organização Mundial da Saúde] estima que mais de 3 milhões de pessoas morrem por ano, no mundo, por conta da inatividade física”, ressaltou Andrade.

O especialista em medicina do exercício e do esporte João Felipe Cabral de Franca explicou que a atividade física, em termos oncológicos, atua na prevenção primária (antes da doença) e secundária (no tratamento). Em média, de acordo com a OMS, 30 minutos de exercício moderado, cinco vezes por semana, seriam suficientes para se garantir ganhos à saúde. Mas o ideal é que cada pessoa tenha uma prescrição médica para adequar o treino.

O ultramaratonista Marcio Villar pesava 96 kg no final de 2002, quando decidiu mudar de vida e passou a correr. Hoje, 13 anos depois, acumula recordes e palestra em todo o Brasil sobre como sair do sedentarismo. Questionado acerca de dicas para aqueles que querem ter uma vida mais ativa, Villar disse que o fundamental é fazer aquilo que se ama. “Do contrário, encontram-se desculpas para não fazer atividade física”, afirmou. Ele já correu 509 quilômetros na Amazônia, 705 em montanha, e também corre em favor do INCA, arrecadando doações de alimentos, há sete anos. Ele vê nisso mais uma motivação, mas há outra. “Se eu não gostar de mim, ninguém vai gostar”, brincou.

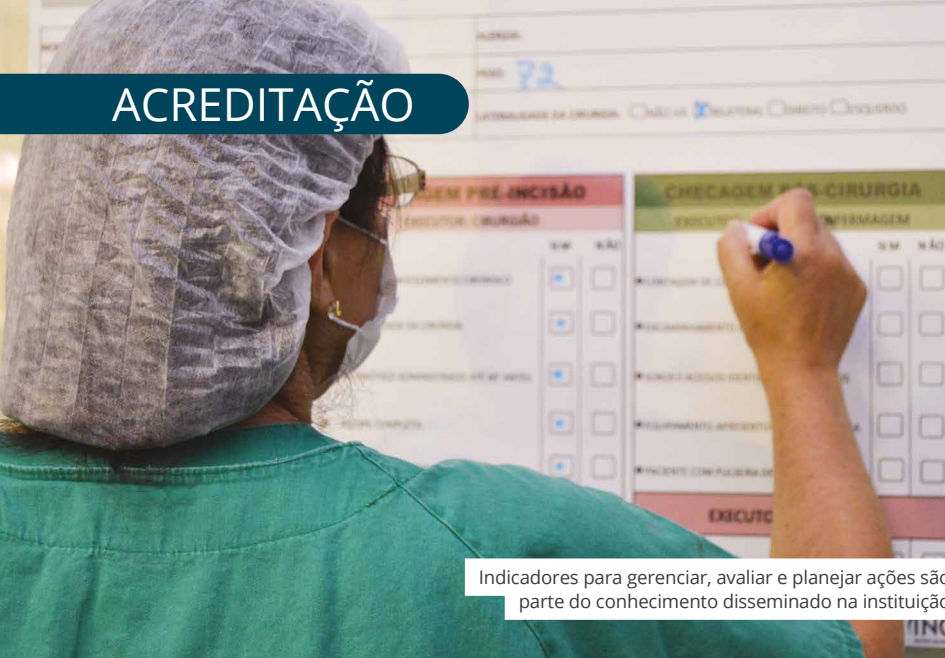
Apesar do reconhecimento da importância das atitudes saudáveis de cada um, o médico Ronaldo Correa lembrou que é um erro pensar apenas na mudança individual para resolver o problema. “São necessárias políticas públicas que melhorem o meio ambiente e o acesso a determinados alimentos”, explicou.

“São necessárias políticas públicas que melhorem o meio ambiente e o acesso a determinados alimentos”  
Ronaldo Correa, médico do INCA

### Mais participantes

O debate foi moderado pela jornalista do jornal Extra Flavia Junqueira. Também participaram do evento o presidente da Sociedade Brasileira de Pediatria, Eduardo da Silva Vaz; o presidente da Sociedade de Cardiologia do Estado do Rio de Janeiro, Ricardo Mourille Rocha; a presidente da Sociedade Brasileira de Endocrinologia, Flávia Lucia Conceição; o presidente da Sociedade Brasileira de Nutrição Oncológica, Nivaldo Barroso de Pinho; e a vice-presidente da Sociedade Brasileira de Oncologia Pediátrica, Teresa Cristina Cardoso Fonseca.

O evento, realizado em parceria com o Extra, teve transmissão ao vivo pela Rede Rute e pela página do jornal no Facebook. Foram mais de 130 mil pessoas alcançadas, 1.000 comentários e 2.500 curtidas. O auditório Moacyr Santos Silva, no prédio-sede do Instituto, foi o local do debate.



Indicadores para gerenciar, avaliar e planejar ações são parte do conhecimento disseminado na instituição

## Segurança do paciente é prioridade de ensino no INCA

**A**primorar o conhecimento em busca de níveis de excelência. Este é o princípio central das ações de ensino no INCA. Dentre as estratégias para promover um processo contínuo de melhoria da qualidade no sistema de atenção à saúde, conteúdos sobre segurança do paciente, ferramentas de gestão e acreditação são ensinados nas diversas modalidades de cursos oferecidos pelo Instituto. A unidade responsável por essas ações é a Coordenação de Ensino, que visa à qualificação de profissionais de saúde para a Rede de Atenção Oncológica.

No Programa de Residência Multiprofissional em Oncologia – que é um curso de pós-graduação *lato sensu* oferecido para profissionais das áreas de Enfermagem, Farmácia, Física Médica, Fisioterapia, Nutrição, Psicologia e Serviço Social – essas temáticas são tratadas nos módulos *Segurança do Paciente* e *Gestão em Saúde*.

O módulo *Segurança do Paciente*, coordenado por Fábio Miranda, responsável pela Assessoria de Gestão da Qualidade do INCA, atende a uma obrigatoriedade da Resolução nº 5 de 7 de novembro de 2014, da Comissão Nacional de Residência Multiprofissional, e está alinhado a preceitos existentes no Programa Nacional de Segurança do Paciente (PNSP), na Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) nº 36/2013 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) e no capítulo *Educação e Qualificação dos Profissionais*, do Manual de Acreditação Hospitalar.

### PROTOCOLOS BÁSICOS DO PROGRAMA NACIONAL DE SEGURANÇA DO PACIENTE

- 1 Identificar corretamente o paciente.
- 2 Melhorar a comunicação entre profissionais de Saúde.
- 3 Melhorar a segurança na prescrição, no uso e na administração de medicamentos.
- 4 Assegurar cirurgia em local de intervenção, procedimento e paciente corretos.
- 5 Higienizar as mãos para evitar infecções.
- 6 Reduzir o risco de quedas e úlceras por pressão.

Fábio Miranda destaca a importância do ensino no INCA para o processo de Acreditação. “A formação dos residentes das diversas especialidades pela instituição segue um modelo único, em que são priorizados os aspectos assistenciais, certamente, porém com um viés importantíssimo em segurança e qualidade”, ressalta Fábio.

Maria de Fátima Bussinger, fisioterapeuta do Instituto e coordenadora do módulo *Gestão em Saúde*, explica que os alunos, no fim do módulo, elaboram projetos de melhoria com base no conhecimento adquirido, com metas relacionadas a temas como segurança do paciente, biossegurança hospitalar, gerenciamento de resíduo, economia e qualidade em saúde. “Esta atividade tem vários objetivos e um deles é a oportunidade de conhecer e aplicar ferramentas da qualidade que possibilitam a avaliação dos resultados”, conta.

O chefe da Divisão de Ensino Lato Sensu e Técnico, Mario Jorge Sobreira, lembra a importância destes módulos para a qualidade do cuidado aos pacientes oncológicos. “O conhecimento e as habilidades adquiridas nestes módulos podem contribuir para a execução de práticas sanitárias mais seguras”, explicou.



## Bloco da Solidariedade anima e conscientiza foliões



A Praça Cruz Vermelha recebeu foliões que abraçaram a causa

### O Banco de Sangue do INCA está localizado no 2º andar do HC I.

As doações devem ser feitas de segunda a sexta-feira, das 7h30 às 14h30 e aos sábados, das 8 às 12 horas. Não é necessário estar em jejum, apenas evitar alimentos gordurosos três horas antes, pesar mais de 50 kg e ter entre 16 e 69 anos, sendo que os menores de 18 anos precisam da autorização dos responsáveis.



Carlinhos de Jesus, Viviane Araújo e Ana Botafogo apoiaram a campanha

Em sua 11ª edição, o Bloco da Solidariedade – *Tá na hora de doar* pela primeira vez foi realizado na Praça Cruz Vermelha, em frente ao HC I. O evento teve as apresentações da bateria e comissão de frente da Escola de Samba Acadêmicos do Salgueiro e da atriz Viviane Araújo, além da presença dos padrinhos da campanha, Carlinhos de Jesus e Ana Botafogo, e de integrantes da Direção-Geral e de funcionários do INCA.

A ação teve como objetivo incentivar a doação de sangue e plaquetas no período que antecede o feriado de Carnaval, quando a queda do número de doadores chega a 50%. Iara Motta, chefe do Serviço de Hemoterapia, disse que a iniciativa é um sucesso. “Há 11 anos realizamos o evento e, desde então, temos alcançado nossas metas”, contou.

O coreógrafo Carlinhos de Jesus é padrinho do Bloco desde a primeira edição. “Participo da campanha há muitos anos e acredito que ela é fundamental para conscientizar a sociedade a estender os braços para o Banco de Sangue do INCA. Abraço a causa com o maior prazer”, declarou.

A modelo e atriz Viviane Araújo chamou os foliões para doar. “A atitude é muito simples, mas a ajuda é de extrema importância. Convido a todos para também fazerem parte deste ato de solidariedade”, incentivou.

Pedro Laercio de Matos, de 34 anos, que doou sangue pela primeira vez, afirmou ter se sentido útil. “Minha principal motivação é saber que estou ajudando pessoas. É um ato de boa vontade que salva vidas”, explicou.

**+** NO PORTAL DO INCA NA INTERNET: Veja mais informações sobre como doar sangue em [www.inca.gov.br](http://www.inca.gov.br) em *Informações rápidas/doação de sangue*.



O arcebispo do Rio de Janeiro foi recebido no prédio-sede do Instituto

**O Rio de Janeiro vivenciou, entre os dias 7 e 19 de janeiro, a Trezena de São Sebastião:**

série de orações realizadas durante um período de 13 dias. A imagem do padroeiro da cidade percorreu hospitais, instituições e igrejas. O tema este ano foi *São Sebastião, anunciador da Misericórdia de Deus*.

## Dom Orani celebra cerimônia de bênção ao INCA

**D**urante a tradicional trezena em homenagem a São Sebastião, o INCA recebeu a visita do arcebispo do Rio de Janeiro, Dom Orani João Tempesta, e da imagem peregrina, no dia 12 de janeiro. O auditório Moacyr Santos Silva, no prédio-sede do Instituto, foi o local da cerimônia de bênção realizada pelo arcebispo, que trouxe mensagens de coragem, esperança e paz. “Todos que exercem bem a sua missão e têm carinho para com os outros manifestam o amor de Deus”, ressaltou.

Dom Orani também percorreu as enfermarias das Seções de Cirurgia de Cabeça e Pescoço e de Oncologia Pediátrica, no 6º e 5º andares, respectivamente, onde dirigiu palavras de fé a pacientes como Rhannya Lannes Faria, de 11 anos. Segundo Eneida Lannes Faria, mãe da menina, a visita de um líder religioso é importante para os usuários do hospital porque traz esperança. “Sentir a presença de Deus ali perto nos faz muito bem”, relatou. De acordo com Sima Ferman, chefe da Seção de Oncologia Pediátrica, os pacientes ficaram muito felizes com a vinda de Dom Orani. “Isso é muito bom porque a fé é extremamente importante para a cura”, disse.

## Residentes celebram formatura

**A**turma Emilson de Queiroz Freitas, do Programa de Residência Médica do INCA, celebrou em janeiro a formatura de 83 alunos. Funcionários, familiares, amigos e profissionais foram homenageados pelos formandos. Segundo o orador, Rafael Correa Coelho, o trabalho em equipe e o apoio daqueles que fazem a diferença são um combustível arrebataador. “O amor que temos por aquilo em que acreditamos, nossa vocação e pessoas amadas nos fizeram seguir adiante”, discursou.

A patronesse Maria Kadma da Silva Carriço, do Serviço de Hematologia, parabenizou os alunos. “O que vocês estão conquistando hoje reflete o espírito de perseverança e busca pelo conhecimento constante”, disse. O diretor-geral Luis Fernando Bouzas frisou a importância dos residentes no combate ao câncer no País. “Essa é uma luta incessante. Vocês têm a responsabilidade de levar toda a experiência adquirida para expandir esse esforço coletivo.”

Participaram da cerimônia o cirurgião que dá nome à turma, Emilson de Queiroz Freitas, o paraninfo Luis Guilherme Branco, a responsável pela área de Ensino Médico, Sheila Pereira, e a chefe do Serviço de Educação Técnico-Científica, Rosilene Pinheiro, representando o coordenador de Ensino e vice-diretor, Luis Felipe Ribeiro Pinto.

**O auditório Moacyr Santos Silva**, no prédio-sede do Instituto, foi o local da cerimônia, no dia 29 de janeiro.



A turma Emilson de Queiroz Freitas, com 83 alunos, comemorou o fim do curso do Programa de Residência Médica

### O poder da gratidão



**Carlos José Coelho de Andrade,**  
oncologista clínico do HC I

**N**ão é a felicidade que nos torna gratos, mas a gratidão que nos torna felizes, dizia o psicólogo americano Martin Seligman. O oncologista clínico do INCA Carlos José Coelho, autor da palestra *O que a ciência tem a falar sobre felicidade*, diz que um dos segredos para essa conquista é cultivar hábitos que alimentem a percepção de bem-estar, e a gratidão é um deles. “A pessoa passa a enxergar o que tem, ao invés do que não tem”, disse.

“Há cinco elementos do bem-estar: Positividade, Engajamento, Relacionamentos, Significado e Realizações”, explicou Carlos José. Esses conceitos foram definidos por Seligman, e em inglês, formam a palavra PERMA (*Positive, Emotion, Engagement, Relationships, Meaning e Accomplishments*). “Ser grato está intimamente ligado à positividade”, afirmou o médico.

Carlos explica que a gratidão ativa o sistema de recompensas em nosso cérebro. “Esse



sistema é a base da satisfação e autoestima”, destacou. Segundo o oncologista, estudos sugerem que o ato de ser agradecido pode liberar neurotransmissores, que aumentam a sensação de prazer. “Por isso este exercício gera bem-estar. Uma boa dica é anotar, ao fim de cada dia, coisas positivas que aconteceram”, concluiu.

Nas próximas edições do *Informe INCA*, vamos abordar a importância do engajamento, dos relacionamentos, do significado e das realizações, para uma melhor qualidade de vida.



### DICA DO LEITOR

A cada edição selecionamos uma dica do leitor recebida por e-mail. Envie sua dica para [informeinca@inca.gov.br](mailto:informeinca@inca.gov.br). Participe!

**Pão integral vegano (sem leite e ovos).** Enviado por Eliete Azevedo, chefe da Divisão Técnico-Assistencial do HC IV

- 1 litro de água morna (quase fria) - 2 colheres de sopa de fermento biológico para pão - 1 colher de sopa de açúcar demerara (pode ser açúcar cristal) - 2 colheres de sopa de sal - 1/2 xícara de óleo - 1 kg de farinha de trigo integral - Farinha de trigo comum para dar o ponto
- Opções a acrescentar: gergelim, linhaça ou chia.

Em uma vasilha coloque a água e acrescente o fermento, dissolvendo-o por completo. Coloque na sequência o açúcar, o sal, o óleo e os ingredientes opcionais. Por último, acrescente a farinha de trigo integral aos poucos até incorporá-la por completo. Para dar o ponto, acrescente a farinha de trigo comum até que a massa fique firme e desprenda das mãos. Se quiser, pode sovar para deixá-la macia. Deixe descansar por 30 minutos. Em seguida, faça os pães no formato de sua preferência e deixe crescer por mais 30 minutos. Asse em forno médio por aproximadamente 40 minutos. Por fim, verifique a cada 10 minutos o ponto de sua preferência.



### GALERIA INCA

A cada edição selecionamos uma foto enviada pelo leitor. Na próxima edição o tema será *Bichos*. Envie suas fotos para [informeinca@inca.gov.br](mailto:informeinca@inca.gov.br).



**TEMA: FESTAS | Festa de fim de ano da equipe da Divisão de Desenvolvimento de Pessoas (COGEP).** Foto enviada pelo analista em Ciência & Tecnologia André Khawaja.

## ORGULHO DE SER INCA

### Marisa Martins

Supervisora da Secretaria Acadêmica  
da Coordenação de Ensino do INCA

**H**á 20 anos no Instituto, Marisa Martins, supervisora da Secretaria Acadêmica do INCA, formou-se em Letras e concluiu a pós-graduação em Gestão em Saúde na Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Chegou na instituição ao prestar concurso em 1996 para o Serviço de Compras, área em que já possuía experiência pela iniciativa privada. Ainda em estágio probatório, assumiu a chefia do Serviço por quatro anos. Em 2004, Marisa transferiu-se para o Ensino, onde atua há mais de 10 anos.

“Quando cheguei no Instituto, tinha uma ideia defasada a respeito do serviço público. Pude, sendo servidora do INCA, mudar meu pensamento, pois encontrei pessoas comprometidas com o trabalho. Tenho vários motivos para ter orgulho de fazer parte dessa instituição, e esse compromisso dos profissionais que atuam aqui é um deles. Acredito que a causa do combate ao câncer é uma das razões de termos pessoas tão envolvidas e com vontade de fazer diferente e melhor. Sempre falo isso no meu setor, estamos nesta vida para deixar o melhor de nós.”



## O INCA quer conhecer você e publicar o que você quer ler!

Sugira um assunto para este e outros meios de comunicação interna do INCA. É fácil – basta escrever para [informeinca@inca.gov.br](mailto:informeinca@inca.gov.br) ou ligar: (21) 3207-5962.

Para mais informações, consulte a Norma Administrativa do *Informe INCA* publicada na Intranet, em *Comunicação Social / Normas e Documentos*.

## EM BREVE

### A aula inaugural para os novos discentes do INCA acontecerá no dia 1º de março.

Participarão do evento alunos, coordenadores e professores dos programas de mestrado, doutorado e residências (médica, multiprofissional e em física médica), e dos cursos de aperfeiçoamento nos moldes *fellow* e de educação profissional técnica de nível médio. A aula contará com a palestra *A felicidade baseada em evidências*, noticiada na página 11 desta edição.

### A Coordenação de Gestão de Pessoas promove, a partir de março, uma série de palestras do Programa Ampliar: Planejamento de Vida e Aposentadoria.

O Ampliar é aberto a todos os funcionários que queiram, desde já, começar a organizar essa nova fase da vida. A programação acontecerá ao longo de 2016 em todas as unidades e será divulgada por meio da Intranet, quadros de avisos e *Postmaster*.



Ministério da  
Saúde



