

Dia Internacional da Mulher

Campanha sobre
a saúde da mulher
e fórum de
empoderamento
marcam a data

Pág. 6



PESQUISADORES DO INCA PARTICIPAM
DE ARTIGO EM REVISTA INTERNACIONAL

Pág. 9



CARTA AO LEITOR

Para comemorar o Dia Internacional da Mulher, as unidades III e IV promoveram o Fórum Empoderamento da mulher: as escolhas para alcançar o equilíbrio entre o trabalho e a vida, evento que debateu a desigualdade de gênero e a relevância do papel da mulher na sociedade. Palestrantes apresentaram dados sobre a condição socioeconômica feminina, lembraram mulheres cujas trajetórias são exemplo até hoje e discutiram a importância de compartilhar os afazeres domésticos. Em parceria entre a Divisão de Comunicação Social e a Coordenação de Prevenção e Vigilância, também foi criada uma campanha de conscientização especialmente para a data. Saiba mais na página 6.

Outra matéria dirigida especialmente às mulheres você confere na página 3. O Informe INCA entrevistou a epidemiologista Maria Beatriz Kneipp Dias sobre o câncer do colo do útero. Descubra as formas de prevenção, a relação da doença com o Papilomavírus Humano (HPV) e como ela se desenvolve.

Leia na página 9 a respeito do artigo que contou com a participação de três pesquisadores do Instituto e foi publicado em revista internacional. O estudo estimou em que proporção 25 tipos de câncer resultam da exposição a fatores de risco modificáveis, como tabagismo, má alimentação, sedentarismo, excesso de peso e agentes ocupacionais.

E você já se decidiu se irá se aposentar ou optar pelo abono permanente? Entenda as vantagens da aposentadoria e do abono na reportagem com a equipe do Serviço de Relações do Trabalho, na página 7.

Boa leitura!



CURTAS

O INCAvoluntário está arrecadando leite em pó integral (em pacotes de 400 gramas) para distribuir nas bolsas de alimentos doadas aos pacientes em tratamento no Instituto com condições socioeconômicas desfavoráveis. Os alimentos podem ser entregues de segunda a sexta-feira (exceto feriados), das 8 às 16 horas, na Central Única de Doações, na Rua Washington Luís, 35 – Centro. Para mais informações, ligue (21) 3207-4585 / 4574 / 4547 ou envie um e-mail para incavoluntario@inca.gov.br.

O Ministério da Saúde e a Universidade Aberta do SUS (UNASUS) oferecem os cursos online *Zika: abordagem clínica na atenção básica e Manejo clínico de Chikungunya*, com objetivo de capacitar profissionais de saúde. As inscrições estão abertas até 15 de fevereiro de 2017 e 15 de maio de 2016, para cada curso, respectivamente. Acesse unasus.gov.br/cursos/zika e unasus.gov.br/page/manejo-clinico-de-chikungunya.

Em fevereiro, a Coordenação de Administração divulgou na Intranet um comunicado de alerta sobre a importância da identificação de funcionários e visitantes. O público que circula nos prédios do INCA deve usar o crachá em local visível. A ação é fundamental para a segurança de todos na instituição.

Os analistas da área de Cooperação Internacional do INCA João Ricardo Viégas e Lívia Pasqualin participaram da semana de abertura do curso de Relações Internacionais da Universidade Estácio de Sá, no Campus Nova América, com a palestra *Cooperação Internacional em Saúde*. A apresentação, realizada no dia 15 de fevereiro, incluiu as iniciativas brasileiras e do Instituto no setor.

informe **INCA**

Ano XXI | Nº345 | MARÇO 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

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 Comunicar). **Revisão:** Paula Vianna (Agência Comunicar). **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 Dias, Nemézio Amaral Filho, Nina Isidoro, Paula Bastos, Raissa Lima e Raquel Araújo. **Projeto Gráfico:** Joaquim Olímpio (Agência Comunicar). **Diagramação e prod. gráfica:** Joaquim Olímpio, Leilane Gama e Lucas Igreja (Agência Comunicar). **Fotografia:** Carlos Leite e José Antônio Campos (INCA), Carolina Del Guerso e Letícia Faver (Agência Comunicar). **Impressão:** WallPrint. **Grupo de Comunicação Social:** Alessandra Evangelista (Gestão de Pessoas); Aline Bernardino (COAD); Carlos Henrique Debenedito (HC IV); Cyntia Bilheiro (Detecção Precoce); Hilton da Cunha Magnelli e Nelson Virla Gomes (Afinca); Jaqueline Pimentel (Imprensa); Luiz Paulo Labrego (Conprev); Monique Barros (INCAvoluntário); Micheli Souza (HC II); Ricardo Barros (Direção-Geral) e Tatiane Marques (CEMO).



Ministério da
Saúde





Maria Beatriz Kneipp Dias explica a importância da vacinação contra o HPV e dos exames para prevenir a doença

Como as mulheres podem se prevenir do câncer do colo do útero?

A vacina contra o HPV, oferecida pelo Sistema Único de Saúde para meninas de 9 a 13 anos é preventiva e tem por objetivo evitar a infecção pelo Papilomavírus, principal causadora desse câncer. A vacinação deve ser feita antes do início da vida sexual, pois não há, até o momento, evidências de benefício significativo em vacinar mulheres previamente expostas ao HPV. Mulheres entre 25 e 64 anos devem fazer o exame preventivo de Papanicolaou, o qual pode identificar lesões pré-neoplásicas, cujo tratamento evita o aparecimento do câncer. Os dois primeiros exames devem ser feitos com intervalo de um ano e, se os resultados forem normais, o exame pode ser realizado a cada três anos.

E como se contrai o HPV?

Por contato direto com a pele ou mucosa infectadas. A via sexual é a principal forma e pode haver contágio por diversos contatos, mesmo na ausência de penetração. É importante frisar que não está comprovada a possibilidade de contaminação por objetos, uso de vaso sanitário e piscina ou ao compartilhar toalhas ou roupas íntimas. Para prevenção, deve-se usar preservativos durante todo o contato

sexual. A camisinha feminina evita mais eficazmente o contágio se utilizada desde o início da relação.

Qual o risco de as mulheres infectadas pelo HPV desenvolverem câncer do colo do útero?

Mesmo na presença de infecção por HPV, o câncer é um desfecho raro. Existem mais de 150 tipos diferentes do vírus, sendo que 40 podem infectar a região genital e, dentre esses, apenas 13 são oncogênicos, ou seja, são capazes de causar câncer. A mulher pode apresentar lesões que, em sua maioria, regredem espontaneamente ou são passíveis de tratamento. As que não são tratadas é que, após alguns anos, podem evoluir para o câncer do colo do útero. Por isso, a orientação é sempre procurar um posto de saúde para tirar dúvidas e realizar o exame preventivo na idade e periodicidade recomendadas.

Quais são os sintomas da infecção pelo HPV e do câncer do colo do útero?

Tanto o homem quanto a mulher podem estar infectados pelo vírus sem apresentar sintomas. Estima-se que cerca de apenas 5% das pessoas infectadas desenvolverão alguma forma de manifestação. O câncer também é assintomático durante a fase inicial, por ser de desenvolvimento lento, mas, nos casos de câncer avançado, pode apresentar sangramento vaginal intermitente ou após a relação sexual, secreções vaginais anormais e dor abdominal associada a queixas urinárias ou até mesmo intestinais.

Você sabe o que fazer para evitar o câncer do colo do útero?

No mês em que se comemora o Dia Internacional da Mulher, o *Informe INCA* conversou com a chefe da Divisão de Detecção Precoce e Apoio à Organização de Rede, Maria Beatriz Kneipp Dias, para esclarecer dúvidas sobre o câncer do colo do útero. Terceiro mais frequente na população feminina e quarta causa de morte de mulheres por câncer no Brasil, o câncer do colo do útero é causado principalmente pela infecção persistente pelo Papilomavírus Humano (HPV). A estimativa é que mais de 16 mil novos casos da doença sejam registrados este ano.

“Mulheres entre 25 e 64 anos devem fazer o exame preventivo de Papanicolaou, o qual pode identificar lesões pré-neoplásicas”

Maria Beatriz Kneipp Dias, epidemiologista



HC III recebeu visita de representantes do NISP do HC II e do coordenador de Assistência, Gélcio Mendes

INCA planeja criar núcleos de segurança do paciente

Com o intuito de implantar Núcleos Internos de Segurança do Paciente (NISP) nas unidades III e IV, a Coordenação de Assistência (COAS) promoveu, no auditório Gama Filho, no HC III, uma apresentação das atividades desenvolvidas pela equipe multiprofissional do NISP do HC II, que trabalha em prol da segurança do paciente.

O objetivo do evento foi repassar aos participantes as ações realizadas pelo NISP do HC II para cumprir as Metas Internacionais de Segurança do Paciente: identificar corretamente o paciente; melhorar a comunicação entre profissionais de saúde; melhorar a segurança na prescrição, no uso e na administração de medicamentos; assegurar cirurgia em local de intervenção, procedimento e pacientes corretos; higienizar

as mãos para evitar infecções e reduzir o risco de quedas e úlceras por pressão.

A criação de NISPs é uma das obrigações do Programa Nacional de Segurança do Paciente (PNSP), instituído por meio da Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) n.º 36/2013 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). No Instituto, a COAS será responsável pelo núcleo central, que auxiliará os NISPs. “O objetivo é promover o diálogo entre as unidades e disseminar a cultura de segurança no Instituto”, frisou o coordenador de Assistência, Gélcio Mendes.

A apresentação do processo de estruturação e desenvolvimento de Núcleos Internos de Segurança do Paciente para o HC III e HC IV ocorreu no auditório Gama Filho, dia 17 de fevereiro.

HC II prioriza cirurgia segura

Para aumentar os padrões de qualidade do cuidado cirúrgico, o Núcleo Interno de Segurança do Paciente do HC II (NISP), instalou, em fevereiro, quadros para realização da lista de verificação de cirurgia nas salas do centro cirúrgico. A ação foi baseada no manual *Cirurgias seguras salvam vidas*, do Ministério da Saúde, da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) e da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa).

Os quadros auxiliam no processo de *time out*, que consiste em um momento de pausa, antes de dar início à cirurgia, para confirmar o procedimento. O intuito é garantir que as equipes sigam constantemente as etapas de segurança e minimizar os riscos



Quadros que auxiliam o *time out* foram instalados no centro cirúrgico da unidade

evitáveis mais comuns. Uma das atribuições do NISP é cumprir a exigência da quarta meta do protocolo básico do Programa de Segurança do Paciente, o qual estipula que o profissional de saúde deve assegurar a cirurgia em local de intervenção, procedimento e paciente corretos.

Profissionais de Enfermagem do HC II recebem treinamento

A Educação Continuada e o Núcleo da Qualidade do HC II oferecem regularmente capacitação para os profissionais de Enfermagem com foco nas Metas Internacionais de Segurança do Paciente e nas práticas assistenciais de enfermagem. “A proposta visa enfatizar a fundamentação científica da prática assistencial de enfermagem, bem como favorecer a construção de uma cultura voltada para a qualidade e a segurança dos pacientes”, informou Vivian Mazzoni, chefe da Divisão de Enfermagem do HC II.

Neste primeiro semestre, foi iniciada uma nova modalidade de treinamento que consiste nas atividades de ensino em serviço relacionado às práticas assistenciais. A Educação Continuada disponibiliza o conteúdo teórico previamente, de acordo com as demandas da equipe de Enfermagem, e vai ao local

de trabalho observar de forma participativa um determinado serviço praticado, como, por exemplo, puncionar uma veia. Ao final do treinamento, há uma avaliação na qual os participantes fazem uma associação da prática anteriormente realizada e discutida com os princípios científicos envolvidos. “A equipe relembra toda a fundamentação teórica da técnica em questão. Nosso objetivo é, além de resgatar o aporte teórico das práticas assistenciais, construir um plano de ação para corrigir as possíveis fragilidades desses processos”, explicou Vivian.

Documentos e normas institucionais também estão sendo atualizados, com a participação de toda a Enfermagem, com o intuito de melhorar os processos e a comunicação entre a equipe da Assistência, que lida com o paciente, e a de Gestão, relativa aos processos da instituição. “O objetivo é criar um diálogo constante para que sejam feitos ajustes, caso necessário, tornando cada profissional sujeito ativo das políticas institucionais nas quais está inserido”, revelou.



Vivian Mazzoni afirmou que o objetivo é criar um diálogo entre a Assistência e a Gestão da unidade

Radiofarmácia desenvolve indicadores de desempenho

O trabalho *Construção de um conjunto de indicadores de desempenho aplicados a uma radiofarmácia hospitalar*, realizado pela farmacêutica Priscila Brunelli Pujatti, da Seção de Medicina Nuclear do HC I, em parceria com as farmacêuticas residentes Débora Silva Gonçalves e Jayda Eiras Ramim, elaborou indicadores capazes de monitorar metas importantes para a seção. O setor é responsável pela preparação, controle de qualidade e descarte dos radiofármacos, que são medicamentos radioativos utilizados nos exames e tratamentos de medicina nuclear, como, por exemplo, para realização de cintilografias ósseas, terapias de câncer de tireoide e de tumores neuroendócrinos, além de cuidados paliativos para dor de metástase óssea.

As autoras foram contempladas com o primeiro lugar do prêmio Jayme Torres de Farmácia, concedido anualmente pelo Conselho Federal de Farmácia (CFF) para estimular a pesquisa e a produção de artigos técnico-científicos entre farmacêuticos e acadêmicos da área. O tema da premiação em 2015 foi *O farmacêutico como gestor*. “Por meio de um dos indicadores construídos, nós monitoramos lotes de radiofármacos reprovados por desvios na qualidade, com o objetivo de adotar medidas para investigar e corrigir o problema. Com isso, alcançamos a meta de 100% de lotes aprovados”, revelou Priscila.



Débora Gonçalves, Priscilla Pujatti e Jayda Ramim (da esq. p/ dir.), autoras do trabalho premiado pelo Conselho Federal de Farmácia

Fórum debate desigualdade de gênero

As escolhas para alcançar equilíbrio entre o trabalho e a vida foram tema do *Fórum Empoderamento da Mulher*, promovido em parceria entre o HC III e o HC IV. O objetivo foi falar do fortalecimento da figura feminina em seus vários papéis sociais. “Esse assunto não deve ser debatido em uma única data ou em determinado mês, mas durante todo o ano”, afirmou o diretor-geral do INCA, Luis Fernando Bouzas. Para ele, a sensibilidade feminina faz toda a diferença para que o Instituto alcance resultados ainda melhores. “Cada vez mais temos contado com a humanidade característica da mulher; tão importante para as atividades que a instituição desenvolve”, discursou.

Segundo a coordenadora do evento, a mastologista do HC III Sandra Gioia, muitas colaboradoras passam mais tempo no hospital do que em casa e, por isso, tentam tornar o ambiente de trabalho o mais agradável possível. “Devido a tantas demandas do mundo moderno, a profissional de saúde se encontra com sobrecarga física e psicológica, e precisa de apoio”, frisou. O evento contou com as palestrantes Nilcea Freire, ex-ministra da Secretaria Especial de Políticas para as Mulheres e representante da Fundação Ford no Brasil; Vera Fonseca,



As palestrantes do evento Vera Fonseca, Silvana Aquino e Nilcea Freire (da esq. p/ dir.)

membro da Academia de Medicina do Rio de Janeiro; e Silvana Aquino, psicóloga do Grupo COI – Clínicas Oncológicas Integradas.

Igualdade só daqui a 80 anos

Silvana Aquino apresentou dados sobre a desigualdade de gênero no mundo. “Segundo a ONU Mulheres – entidade das Nações Unidas para a Igualdade de Gênero e o Empoderamento das Mulheres –, se mantidas as condições atuais, levará 80 anos para se alcançar a equivalência social”, disse. Silvana revelou ainda que 54% das mulheres trabalham nove horas ou mais por dia, em comparação com 41% dos homens. “Sem contar que, nos dias de hoje, a mulher ganha 26% a menos que os homens”, observou.

O compartilhamento das tarefas domésticas entre mulheres e homens também foi debatido. “Deveriam ser igualmente partilhadas e de responsabilidade de todos, mas o que vemos são mulheres estressadas pelo acúmulo de funções”, considerou Nilcea Freire. Já Vera Fonseca defendeu que é preciso investir na educação para mudar o cenário. “Professores não deveriam reproduzir em seus espaços de ensino estereótipos e preconceitos, sejam eles referentes a sexo, cor, cultura, orientação sexual ou identidade de gênero. Isso é fundamental para a construção de uma sociedade mais igualitária”, argumentou.

Sandra Veríssimo, assistente social do HC III, elogiou a iniciativa. “A nossa unidade é formada, em sua maioria, por mulheres. Tentamos sempre desconstruir a ideia de que o papel de cuidar só cabe à mulher. Para isso, orientamos aos acompanhantes das nossas pacientes a serem cuidadores.”

INCA promove campanha para a saúde da mulher

O Dia Internacional da Mulher deste ano contou com uma campanha elaborada pelo INCA especialmente para esta data, por meio de parceria entre a Divisão de Comunicação Social e a Coordenação de Prevenção e Vigilância. As peças foram divulgadas em cartazes nos quadros de aviso da instituição, fundo de tela para os computadores, *Postmaster* e Intranet.

A ação, que contou também com um *stepbanner* no portal do INCA na Internet e imagens nas redes sociais, teve como objetivo estimular hábitos saudáveis no público feminino, como não fumar, ter uma alimentação saudável, praticar atividade física e conhecer o próprio corpo.



Saiba quando solicitar o abono de permanência



Equipe do SERET responsável pelo benefício



REQUISITOS PARA APOSENTADORIA

HOMEM

35 anos de contribuição e 60 anos de idade
OU
95 pontos – soma da idade com a contribuição mínima de 35 anos

MULHER

30 anos de contribuição e 55 anos de idade
OU
85 pontos – soma da idade com a contribuição mínima de 30 anos

⊕ **NA INTERNET:** No link <http://www.previdencia.gov.br/servicos-ao-cidadao/todos-os-servicos/certidao-de-tempo-de-contribuicao>, estão disponíveis informações sobre como obter a Certidão de Tempo de Contribuição junto ao INSS.

O Serviço de Relações do Trabalho, da Divisão de Administração de Pessoal, da Coordenação de Gestão de Pessoas (SERET/COGEP), esclarece dúvidas sobre o abono de permanência. O benefício é concedido ao servidor que opta por permanecer em atividade após ter cumprido todos os requisitos para aposentadoria. O valor é equivalente ao da contribuição previdenciária, que pode ser consultada no contracheque. “A opção pelo abono de permanência pode ser feita no preenchimento do Requerimento de Contagem de Tempo, que é o primeiro passo para dar entrada na aposentadoria”, explica Mariana Biolchini, assistente em Ciência e Tecnologia do SERET. Aprovado o benefício, o servidor continua recolhendo a contribuição previdenciária, mas recebe o abono de permanência em retribuição, em valor idêntico e na mesma folha de pagamento.

Por meio do Requerimento de Contagem de Tempo é possível determinar se o servidor possui os requisitos para receber o abono de permanência. O tempo de contribuição anterior ao INCA deverá ser comprovado mediante certidão emitida pelo Instituto Nacional de Seguridade Social (INSS) ou pelo órgão da Administração Pública, no caso de vínculo público. O original da certidão deve ser entregue no SERET, localizado no 11º andar da Rua Marquês de Pombal.

Para mais informações e solicitação do Requerimento de Contagem de Tempo, os e-mails de contato são fabiobatalha@inca.gov.br ou telmasilva@inca.gov.br. Se preferir, o servidor pode ligar para os números 3207-5794/5785.



Pesquisadores devem submeter seus projetos ao Comitê de Ética e à direção da unidade

São requisitos para a execução de pesquisas no INCA:

- (1) Ao menos um funcionário com vínculo formal com o Instituto na equipe de pesquisa;
- (2) Autorização da direção da unidade onde a pesquisa será realizada;
- (3) Ter sido aprovada pelo CEP-INCA.

CEP-INCA prioriza a proteção de pacientes em pesquisas com seres humanos

Pesquisas que envolvem seres humanos são um desafio complexo e significativo para um hospital. Segundo o *Manual de Acreditação Hospitalar*, no capítulo *Pesquisa Envolvendo Seres Humanos*, a liderança do hospital reconhece os níveis de comprometimento e envolvimento pessoal exigidos para o avanço de pesquisas científicas, com o propósito de proteger os pacientes para com os quais assumiu o compromisso de diagnóstico e tratamento.

O Comitê de Ética em Pesquisa do INCA (CEP-INCA) foi criado para defender os interesses dos voluntários em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos. “No Comitê contamos com 22 membros de diversas áreas do conhecimento. Assim, mantemos o caráter interdisciplinar do setor”, afirmou o coordenador do CEP-INCA, Carlos Henrique Debenedito. Segundo ele, em 2015 foram submetidos ao comitê 199 projetos.

O CEP-INCA integra o Sistema da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CEP-CONEP) há 20 anos. Esse sistema utiliza mecanismos, ferramentas e instrumentos próprios, que visam, especialmente, à proteção dos participantes de pesquisa do Brasil, de forma coordenada e descentralizada.

A CONEP elabora e atualiza diretrizes e normas do setor e coordena a rede de Comitês de Ética em Pesquisa das instituições.

Direitos dos participantes

Entre os direitos dos participantes de pesquisas previstos na Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, destacam-se a privacidade de dados, o ressarcimento de gastos, como transporte e alimentação, e a possibilidade de abandonar o estudo no momento em que quiser. A resolução ainda garante indenização e assistência à saúde durante e após as pesquisas, no caso de os participantes apresentarem efeitos colaterais, e prevê a garantia de informações acessíveis a eles sobre o estudo, levando em conta sua idade, cultura e condição socioeconômica.

+ NA INTERNET: A Plataforma Brasil (<http://aplicacao.saude.gov.br/plataformabrasil>) é o sistema oficial de lançamento de pesquisas para análise e monitoramento do Sistema CEP/CONEP, e o CEP-INCA mantém um espaço na Internet no endereço <http://www2.inca.gov.br/wps/wcm/connect/ensino-pesquisa/site/home/comite-etica-pesquisa>, para mais esclarecimentos.

Artigo revela tipos de câncer mais evitáveis no Brasil

Pesquisadores do INCA participaram de um artigo publicado em fevereiro na revista internacional *Plos One*, em parceria com outras instituições de saúde, que estimou o percentual de casos evitáveis de 25 tipos de câncer relacionados aos modos de vida e outros fatores. O artigo também calculou o número de mortes e de novos casos da doença que surgirão em 2020, se a exposição a esses fatores, como tabagismo, má alimentação e agentes ocupacionais, não for modificada.

O trabalho foi resultado de mais de três anos de revisão de estudos nacionais e internacionais sobre câncer. “Esse é o primeiro artigo deste tipo com dados brasileiros. Será importante para priorizar ações de prevenção específicas, considerando a nossa realidade”, afirmou Ubirani Otero, responsável pela Unidade Técnica de Exposição Ocupacional, Ambiental e Câncer e uma das autoras do artigo.

A pesquisa estimou que 42% das mortes previstas para 2020 por câncer poderiam ser evitadas, bem como

34% dos novos casos da doença. Os fatores de risco evitáveis foram ranqueados por prevalência. O tabagismo ficou em primeiro lugar como fator causador de câncer que poderia ser evitado, seguido de infecções, baixo consumo de vegetais, inatividade física, baixo consumo de frutas e excesso de peso.

Os fatores ocupacionais apresentaram contribuição importante para múltiplos tipos de câncer, como os de esôfago, nasofaringe, sinusal, laringe, pulmão, bexiga, mama, ovário, linfoma não-Hodgkin, leucemia e mesotelioma. Para esses dois últimos, a contribuição de agentes ocupacionais foi preponderante.

“Se não revertermos o quadro atual, a maior parte dos cânceres que acometerá os brasileiros no futuro não será causada pelo tabagismo, ou infecções, ou fatores genéticos, mas pela má alimentação e excesso de peso”, frisou Fábio Gomes, nutricionista da Unidade Técnica de Alimentação, Nutrição e Câncer, que também colaborou com o artigo.



Fotografia: Thiago Rosa

Os três autores do estudo, representantes do INCA, Márcia Sarpa, Fábio Gomes e Ubirani Otero

+ NA ÁREA DO INFORME INCA NA INTRANET: O estudo está disponível na íntegra na área do *Informe INCA* na Intranet.

Os tipos de câncer que mais poderiam ser evitados:

■ **Colo do Útero:**

100% dos casos são causados pelo Papilomavírus Humano (HPV).

■ **Cavidade oral:**

95% dos casos em homens e 92,3% em mulheres são atribuídos ao tabagismo, uso frequente de álcool, baixo consumo de frutas e vegetais e HPV.

■ **Nasofaringe:**

89,2% dos casos em homens e mulheres são atribuídos a agentes ocupacionais e ao vírus *Epstein-Bar*.

■ **Pulmão:**

88,3% dos casos em homens e 73,6% em mulheres são atribuídos ao tabagismo, agentes ocupacionais e baixo consumo de frutas e vegetais.

■ **Estômago:**

88% dos casos em homens e 83,6% em mulheres são atribuídos ao tabagismo, consumo frequente de álcool, baixo consumo de frutas e vegetais, consumo de carnes processadas, alto consumo de sal e infecção por *Helicobacter pylori* (*H.pylori*).

Médica estuda técnica para tratamento de câncer de próstata

A médica da Radioterapia do HCl Raquel Guimarães defendeu a dissertação de mestrado *Hipofracionamento em Câncer de Próstata – Bases Biológicas e Perfil Comparativo de Toxicidade*, na qual abordou o uso da radioterapia guiada por imagem, obtidas por métodos como tomografia, ultrassom e raios X, em pacientes com câncer de próstata. Com o hipofracionamento, é possível reduzir o número de aplicações de radiação e, conseqüentemente, a quantidade de sessões de radioterapia.

O estudo mostrou resultados semelhantes em 170 pacientes tratados

com hipofracionamento moderado, quando comparados ao grupo que recebeu a terapia convencional. “Normalmente, o paciente é submetido a um total de 37 a 39 sessões de radioterapia, realizadas em um período de quase oito semanas. Com a técnica, é possível limitar para 21 ou 28 sessões, reduzindo em alguns casos a duração do tratamento para quase metade”, explicou Raquel.

O trabalho foi defendido com conceito máximo na Universidade CEU San Pablo, em Madri, na Espanha, pelo curso de mestrado *Investigação Clínica e Aplicada em Oncologia*.



Raquel Guimarães defendeu tese de mestrado sobre o hipofracionamento, que reduz o número de sessões de radioterapia

ENSINO

Novos alunos do INCA recebem boas-vindas

Alunos ingressantes nos cursos de Doutorado, Mestrado, Educação Profissional Técnica de Nível Médio, Aperfeiçoamento nos Moldes *Fellow* e dos Programas de Residência Médica, Multiprofissional e em Física Médica foram recebidos com aula inaugural, dia 1º de março, no auditório Moacyr Santos Silva.

O diretor-geral do Instituto, Luis Fernando Bouzas, deu início às apresentações contando a trajetória do INCA, traçando a situação do câncer no Brasil e falando dos desafios para o controle da doença. “Hoje a palavra de ordem é integração. Não há como combater o câncer sem integrar assistência, ensino, pesquisa e políticas de saúde”, destacou.

O vice-diretor do Instituto e coordenador de Ensino, Luis Felipe Ribeiro Pinto, divulgou as ações da área e encorajou os novos alunos. “Até aqui vocês já são vitoriosos. Aproveitem ao máximo e não pensem pequeno. A instituição tem todas as condições de alimentar sua curiosidade. Vocês serão INCA para sempre”, orientou Luis Felipe. “Ler para se atualizar é e continuará sendo uma realidade na área oncológica. Ficará para trás quem não o fizer”, aconselhou.

O evento durou todo o dia e contou com apresentações sobre as áreas de Pesquisa e de Ensino, a organização da Assistência, ações institucionais para controle e prevenção do câncer, além da palestra *A felicidade baseada em evidências*, do chefe da Divisão Clínica do HC I, Carlos José Andrade.



Luis Felipe Ribeiro Pinto
Vice-Diretor do Instituto de Ensino de INCA

Aula inaugural lotou o auditório Moacyr Santos Silva

O engajamento pode ser motivo de felicidade



Na série *O que a ciência tem a dizer sobre felicidade*, vamos abordar a importância do engajamento, um dos cinco elementos para o bem-estar, segundo o psicólogo americano Martin Seligman, da Universidade da Pensilvânia. Seligman explica que o engajamento é a profundidade de envolvimento entre a pessoa e sua vida, relacionamentos, trabalho e lazer.

Para o oncologista clínico e autor da palestra que deu título a essa série, Carlos José Coelho de Andrade, o engajamento reflete o encontro das forças internas da pessoa com as atividades

com as quais ela está envolvida. Contudo, ele explica, outras variáveis podem interferir, como as referências locais, o clima organizacional e até mesmo o humor de um líder. “O círculo virtuoso, que ocorre quando conseguimos realizações ao manifestar nossas habilidades, é o que reforça o engajamento”, afirmou.

Os outros três elementos do bem-estar: relacionamentos, significado e realizações, que, em inglês, formam a palavra PERMA (*Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning e Accomplishments*), serão abordados nas próximas edições do *Informe INCA*.

Como ser uma pessoa mais engajada?

Entre as dicas para ser uma pessoa mais engajada está procurar dedicar-se em tudo o que faz, seja no trabalho ou em outras atividades. A postura diante de um desafio é o que faz a diferença entre o que pode ser entediante ou incentivador. Exercícios físicos praticados com frequência também aumentam a disposição para a vida. Pense nisso!



DICA DO LEITOR

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

Ilse Pietz, analista em Ciência e Tecnologia da Divisão de Saúde do Trabalhador (DISAT), sugeriu o passeio à Fortaleza de Santa Cruz, em Niterói, próximo à praia de Jurujuba.



Fotografia: Luiz Maron

“As visitas ocorrem de terça a domingo, das 9 às 17 horas. O ingresso custa R\$ 10 e a meia entrada, R\$ 5. A Fortaleza só pode ser visitada com guia, disponível a cada 30 minutos. Não é necessário agendar. A vista é espetacular! Quem for visitar de manhã pode aproveitar para almoçar no restaurante Berbigão, que fica na praia de Jurujuba. Os peixes e os frutos do mar são fresquíssimos, e os preços não são exorbitantes”. Fica a dica!



GALERIA INCA

A cada edição selecionamos uma foto enviada pelo leitor. Na próxima edição o tema será *Natureza*. Envie suas fotos para informeinca@inca.gov.br.



TEMA: BICHOS | *Selfie com o meu pet.* Foto enviada pelo médico Yung Gonzaga, que trabalha na Hematologia do HC I.

ORGULHO DE SER INCA

Ricardo Machado Barros

Chefe do Serviço de Apoio Administrativo da Direção-Geral e chefe de Gabinete Substituto

Há 10 anos como servidor na saúde pública, Ricardo Barros já trabalhou na direção de um hospital psiquiátrico e entrou para o INCA em 2012, como assistente em Ciência e Tecnologia. Ricardo tem formação na área de Administração e em Marketing, e está concluindo especialização em Gestão em Saúde Pública pela Universidade Federal Fluminense (UFF). Em 2014, foi nomeado chefe do Serviço de Apoio Administrativo da Direção-Geral e chefe de Gabinete substituto. Para Ricardo, apesar de todos os desafios enfrentados ao longo desses quase 80 anos, o Instituto tem conseguido provar que é capaz de promover as mudanças necessárias para seguir cumprindo sua missão.

“Tenho orgulho de trabalhar em uma instituição com o histórico de evolução do INCA. O Instituto se fortalece a cada entrada de novos servidores, além de ter um corpo funcional com enorme diversidade de conhecimentos e experiências, que atuam com afinco nas suas respectivas áreas. O controle do câncer é uma tarefa complexa para os sistemas de saúde, em razão da prevalência da doença e dos altos custos do tratamento. O INCA tem uma importância diferenciada no setor público, mantendo ações que incluem assistência especializada, prevenção e promoção da saúde, pesquisa, ensino e formação de pessoas, comunicação e mobilização social, todas voltadas para o fortalecimento do Sistema Único de Saúde.”



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 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

O III Simpósio Internacional de Imunobiológicos, que ocorre de 2 a 5 de maio, na Fundação Oswaldo Cruz, está com as inscrições abertas. O evento é gratuito, mas as vagas são limitadas. Além de palestras, haverá uma exposição de pôsteres de trabalhos científicos nas áreas de Vacinas, Biofármacos, Reativos para Diagnóstico e Gestão. Veja a programação e outras informações no *site simposio.bio.fiocruz.br*.

Vai até o dia 17 de maio a fase de atribuição de notas para a Avaliação de Desempenho, realizada no Sistema de Avaliação de Desempenho (SAD-INCA), para o 4º ciclo da Gratificação de Desempenho de Atividade de Ciência e Tecnologia (GDACT) e 6º ciclo Gratificação de Desempenho da Carreira da Previdência, da Saúde e do Trabalhador (GDPST). A Coordenação de Gestão de Pessoas recomenda não deixar para última hora o cumprimento desta etapa.



Ministério da Saúde

