

prevenção

COM ALTO ÍNDICE DE MORTALIDADE, CÂNCER DE PÂNCREAS PODE SER PREVENIDO COM HÁBITOS SAUDÁVEIS



No caminho certo

O dia 5 de agosto deste ano foi de tristeza para a torcida do Flamengo. O ex-jogador Adílio, o terceiro atleta que mais vestiu a camisa do time, foi o primeiro remanescente da equipe titular campeã do mundial de 1981 a morrer, aos 68 anos. Por trás do falecimento do ex-meio-campista rubro-negro, o quadro delicado de uma doença que o matou em apenas cinco meses e que geralmente é descoberta em fase avançada: o câncer de pâncreas. Em março, quando soube da patologia, Adílio passou por um procedimento de emergência por causa de dores na coluna, que se espalharam para o abdômen. A intervenção foi bem-sucedida, mas seu estado de saúde voltou a piorar no início de agosto, levando-o a perder a vida em poucos dias.

A alta mortalidade da enfermidade deve-se principalmente ao fato de mais de 50% dos pacientes já a descobrirem com metástase, o que diminui as opções de tratamento e a possibilidade de cura.

Uma minoria vai se apresentar com a doença localizada ou localmente avançada (quando, além do pâncreas, afeta os gânglios). Nesse caso, a chance de eliminar o tumor é de quase 40%. Mas, de forma geral, o índice é de apenas 10% e cai para 0% com metástase ao diagnóstico.

Porém, a maior parte dos fatores de risco é externa, e vários deles podem ser modificados no cotidiano. De acordo com a nutricionista Luciana Grucci Maya, da Coordenação de Prevenção e Vigilância do INCA, o excesso de gordura corporal está fortemente associado com o aumento de risco de câncer de pâncreas. “Manter o peso saudável por meio de uma alimentação baseada em alimentos in natura e minimamente processados e evitar o consumo de alimentos ultraprocessados é uma forma de prevenir a doença. Além da forte associação com o excesso de gordura corporal, o Fundo Mundial de Pesquisa em Câncer revela que existem evidências limitadas que sugerem relação



FATORES DE PROTEÇÃO

MANTER O PESO SAUDÁVEL
NÃO FUMAR

FATORES DE RISCO

EXTERNOS (MODIFICÁVEIS)

- Tabagismo – quem fuma tem aproximadamente de 20% a 30% maior risco de desenvolver
- Sobrepeso e obesidade
- Consumo de bebidas alcoólicas
- Consumo de carne processada e consumo excessivo de carne vermelha
- Pancreatite crônica não hereditária

INTERNOS (NÃO MODIFICÁVEIS)

- Pancreatite crônica hereditária
- Idade a partir de 60 anos



“VACINA” EM ESTUDO

No ano passado, a revista Nature publicou artigo científico no qual detalhou um ensaio clínico em humanos para o desenvolvimento de vacina contra o câncer de pâncreas, cujo resultado teve “sucesso limitado” e foi “promissor”. Trata-se de um conceito semelhante ao dos imunizantes de RNA contra a Covid-19, como os da Pfizer-BioNTech e Moderna, que visaria ensinar o sistema imunológico a reconhecer e atacar as células cancerígenas. A substância está sendo desenvolvida pela empresa de pesquisa alemã BioNTech, junto com a norte-americana Genentech. Porém, Albagli não é otimista. “Não podemos usar o termo ‘vacina’, já que não é um método preventivo. Acho o estudo muito precoce para desenvolver uma análise crítica, pois os testes foram realizados em poucos pacientes, dos quais metade apresentou recidiva. Também não há nenhum estudo no Brasil sobre o assunto”, afirma o profissional.



entre a ingestão de bebidas alcoólicas, de carnes vermelhas e de carnes processadas com maior probabilidade de desenvolver tumor maligno no órgão”, informa.

OBSTÁCULOS

Esse atraso na descoberta da doença acontece por dois motivos: não há exame de rastreamento efetivo, seja de imagem ou de sangue, que possa ajudar a chegar ao diagnóstico precoce; e pela localização anatômica do órgão. Normalmente, o câncer de pâncreas é detectado quando o paciente apresenta sintomas, o que acontece em estágios avançados. Como o órgão fica em um

ponto sensível, muito próximo do estômago, da aorta e de vasos importantes, mesmo os tumores pequenos, às vezes, são considerados inoperáveis.

“Quando recebe a notícia [do câncer], a maioria dos pacientes se encontra com doença avançada, dificultando o tratamento cirúrgico. Não há evidências de que exames de triagem, na população em geral, possam aumentar as chances de diagnóstico precoce ou cura”, diz Rafael Oliveira Albagli, chefe da Seção de Cirurgia Abdômino-Pélvica do INCA.

Segundo o médico, o câncer de pâncreas, também chamado de adenocarcinoma pancreático, possui uma biologia tumoral muito agressiva. Mas, caso seja identificado no início, a cirurgia radical é o tratamento de escolha. “A localização do órgão dificulta uma investigação precisa, já que não se trata de uma víscera oca, como estômago, esôfago e intestino grosso, que podem ser acessados facilmente com exames de endoscopia”, compara.

“Os sintomas são variados, mas devemos dar atenção especial ao diabetes tipo 2, dores no estômago e nas costas, falta de apetite e dificuldades na digestão. Além disso, os pacientes também podem apresentar icterícia, com pele ou olhos amarelados”, completa Rafael, recomendando: “O importante é que todos vivam suas vidas da melhor maneira possível, mas de forma saudável”. ■

SINTOMAS ASSOCIADOS À DOENÇA

- Falta de apetite (inapetência)
- Perda de peso
- Dor abdominal (geralmente na região do estômago)
- Dor na região dorsolombar
- Náuseas e vômitos
- Fadiga
- Pele e olhos amarelados junto com urina escura
- Fezes esbranquiçadas
- Indigestão