

## Pesquisa mostra que 13% dos casos de câncer de mama seriam evitados com hábitos mais saudáveis

Cerca de 13% dos casos de câncer de mama no País em 2020 poderiam ter sido evitados pela redução de fatores de risco relacionados ao estilo de vida, como o consumo de bebida alcoólica, excesso de peso, não aleitamento materno e inatividade física. Isso quer dizer que medidas de baixo custo, como amamentar pelo maior tempo possível e praticar atividade física regularmente, podem reduzir consideravelmente o número de casos da doença e os custos do Sistema Único de Saúde (SUS). Em um recorte relativo ao ano de 2018, os gastos do SUS com o tratamento do câncer de mama ultrapassaram R\$ 800 milhões, dos quais cerca de R\$ 102 milhões teriam sido poupados com a adesão a hábitos saudáveis.

Os dados foram divulgados na pesquisa *Número de casos e gastos com câncer de mama no Brasil atribuíveis à alimentação inadequada, excesso de peso e inatividade física*, elaborada pela Coordenação de Prevenção e Vigilância (CONPREV) e apresentada durante *webinar* de abertura do Outubro Rosa deste ano, transmitido pela TV INCA e realizado no primeiro dia do mês.

O levantamento faz parte de um estudo mais amplo que estimou o impacto da má alimentação, do consumo de álcool, do excesso de peso, da inatividade física e do não aleitamento materno nos casos de câncer de 2020 e nos gastos do SUS em 2018. Entre os desafios para uma



mudança de cenário está o fato de 28% das mulheres de 20 países não perceberem a ausência de atividade física como um fator de risco para o câncer, segundo pesquisa de 2020 da União Internacional para o Controle do Câncer (UICC). No entanto, a inatividade física, de acordo com o estudo, é atribuída a 5% dos casos de câncer de mama ocorridos no ano passado.

“É importante refletir que, à medida que a gente investe em ações de promoção de modos de vida mais saudáveis, o recurso que é gasto [no tratamento] poderia ser investido em ações de prevenção primária ou até mesmo reinvestido em ações de diagnóstico e tratamento do câncer”, defendeu uma das autoras da pesquisa, a nutricionista Maria Eduarda Melo, da Área Técnica de Alimentação, Nutrição, Atividade Física e Câncer da CONPREV.

Em 2019, os gastos diretos do SUS atribuídos ao câncer de mama somaram R\$ 848 milhões, o que corresponde a 22,8% do que é dispendido diretamente com o tratamento de todos os tipos de câncer. A estimativa é que, nas próximas duas décadas, o número de casos deva crescer 47%, e os gastos federais tenham acréscimo de 100%. Por isso, o diagnóstico da necessidade de investimentos na prevenção primária da doença.

### Acesso à mamografia

Por outro lado, alguns avanços foram demonstrados no evento. O número de mulheres de 50 a 69 anos de idade que nunca fizeram mamografia no País caiu de 31,5%, em 2013, para 24,9%, conforme foi divulgado na apresentação *Rastreamento de câncer de mama no Brasil: resultados da nova Pesquisa Nacional de Saúde*.

Entretanto, persistem as desigualdades regionais e de faixas de renda, o que impacta no acesso das mulheres ao rastreamento na faixa etária indicada, segundo o chefe da Divisão de Detecção Precoce e Apoio à Organização de Rede do INCA, Arn Migowski. “Nos últimos dois anos ou menos, 58,3% das mulheres têm realizado exame [de mamografia], mas com uma variação regional importante, com resultados piores no Norte do Brasil [43,2%] e melhores no Sudeste [65,2%]”.



# “Eu cuido da minha saúde todos os dias. E você?”

Quando o câncer de mama é descoberto no início, há mais chances de cura.

Fique atenta aos sinais e sintomas suspeitos de câncer de mama:

- Nódulo (caroço) duro, em geral fixo e indolor
- Endurecimento de partes da mama
- Mudanças na pele da mama
- Alterações no mamilo
- Nódulo no pescoço ou nas axilas

E procure logo o serviço de saúde para avaliação.



Peças de divulgação reforçam importância do autocuidado

A redução da mortalidade prematura (entre 30 e 69 anos) por doenças não transmissíveis é um dos compromissos do Brasil na Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável definida pela Organização das Nações Unidas (ONU). Com relação ao câncer de mama feminino, estudo internacional realizado com a participação da chefe da Divisão de Vigilância e Análise de Situação (DIVASI), Marianna Cancela, buscou compreender como está a projeção da mortalidade precoce pela doença até 2030, para verificar se os países participantes estão perto de atingir o objetivo da Agenda 2030 (reduzir em 30% as mortes prematuras por doenças não transmissíveis). O estudo mostra que, para o Brasil, a projeção é de estabilidade, ou seja, não existe uma expectativa de decréscimo. Especificamente por região, “é esperado discreto declínio no Sudeste; e, no Sul, uma estabilidade. Há previsão de aumento nas regiões Centro-Oeste, Nordeste e Norte”, informou Marcell de Oliveira Santos, da DIVASI, em sua apresentação *Panorama Epidemiológico do Câncer de Mama no Brasil*.

A coordenadora de Prevenção e Vigilância do INCA, Liz Almeida, chamou a atenção para a necessidade de se refletir sobre a desigualdade no acesso à mamografia de mulheres de acordo com suas regiões de origem e níveis socioeconômicos. Também presente no evento, a chefe de Gabinete da Secretaria de Atenção Especializada à Saúde (Saes) do Ministério da Saúde, Maria Inez Gadelha, informou que, em 2020, a pasta editou portaria destinando um aporte de R\$ 173 milhões a estados e municípios para ações de “prevenção e detecção precoce no acesso ao diagnóstico do câncer” em meio aos desafios impostos pela pandemia do novo coronavírus.

Já o secretário de Atenção Primária à Saúde (Saps) do Ministério, Raphael Câmara Medeiros Parente, disse que ações específicas para o Norte do País têm sido planejadas. Ele citou a Ilha de Marajó, no Pará, como uma região cujas mulheres receberão atenção especial para o controle do câncer de mama e do colo do útero.

## Campanha

A diretora-geral do INCA, Ana Cristina Pinho, ressaltou a importância da rotina do autocuidado para a prevenção do câncer de mama e apresentou as peças da campanha do Instituto para o Outubro Rosa deste ano, que tem como mote “Eu cuido da minha saúde todos os dias. E você?”. A ação é voltada para profissionais de saúde e a população em geral.

O evento contou ainda com exibição de vídeo com o depoimento da ex-paciente do INCA Walkyria dos Reis Nadaz, revelando como os hábitos saudáveis têm ajudado em sua recuperação.

O seminário foi encerrado com o debate *Os desafios do cuidado com a saúde: o que podemos fazer?*, moderado pelo jornalista Pedro Guimarães, da Assessoria de Imprensa do INCA. Os debatedores foram Marcelo Bello, mastologista e diretor do HC III; Fábio Fortunato, representante da Área Técnica de Alimentação, Nutrição, Atividade Física e Câncer; Mônica de Assis, da Divisão de Detecção Precoce e Apoio à Organização de Rede; e Dalila Tusset, coordenadora-geral de Promoção da Atividade Física e Ações Intersetoriais do Departamento de Promoção da Saúde da Saps do Ministério da Saúde. O evento teve como mestre de cerimônias Renata Maciel, técnica da CONPREV.