

informe

INFORMATIVO INTERNO MENSAL DO INSTITUTO NACIONAL
DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA
ANO XXVII | Nº 417 | MARÇO 2022

INCA



Formação de qualidade

INCA abre ano letivo com Semana
do Aluno 2022
Páginas 6 e 7



INSTITUTO PROMOVE CAMPANHA DIGITAL
PARA INCENTIVAR DOAÇÃO DE SANGUE

Pág. 8

O INCA abriu o ano letivo com a Semana do Aluno, que reuniu mais de 300 estudantes das diversas áreas de Ensino e do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu, de 7 a 9 de março. Durante o encontro, que contou com atividades teóricas e práticas, gestores do Instituto ministraram palestras sobre a importância da instituição no cuidado oncológico. A reportagem está nas páginas 6 e 7.

Na página 3, saiba mais sobre os riscos do consumo do cigarro eletrônico em artigo publicado no jornal O Globo e assinado pela diretora-geral, Ana Cristina Pinho, e pela coordenadora de Prevenção e Vigilância, Liz Almeida. De acordo com as autoras, revisão sistemática feita pelo Instituto revela que o uso do dispositivo aumenta em quase três vezes e meia a chance de o indivíduo experimentar o cigarro convencional e, em mais de quatro vezes, o risco de tornar-se fumante habitual.

Confira, na página 10, matéria sobre a pesquisa Dimensionamento da Força de Trabalho, que rendeu ao INCA convite do Ministério da Economia para participar de grupo de trabalho sobre o tema. A líder do projeto, a analista em Ciência e Tecnologia e doutora em Saúde Coletiva, Alessandra Pereira, da Coordenação de Gestão de Pessoas, aplicou a ferramenta WISN, metodologia que permite definir a real necessidade de pessoal em serviços de saúde, promovendo a melhoria dos processos de alocação, retenção e movimentação de colaboradores.

E, ainda por conta da pandemia de Covid-19, o tradicional Bloco da Solidariedade, promovido pelo Banco de Sangue, fez campanha nas redes sociais em busca de doadores antes do carnaval. O resultado foi o comparecimento de 258 doadores de sangue e plaquetas. Saiba mais sobre a ação na página 8.

Boa leitura!



Os pacientes infantojuvenis ganharam uma animada comemoração de carnaval com distribuição de acessórios coloridos. A ação, realizada no dia 24 de fevereiro, teve como objetivo tornar o ambiente da enfermaria pediátrica mais agradável. A parceria entre a Classe Hospitalar e a Brinquedoteca contou com o apoio do INCAvoluntário, que doou peças carnavalescas e enfeites.

Os servidores devem ficar atentos ao prazo para o envio do atestado médico pelo aplicativo SouGov.br. Para evitar descontos na folha de pagamento, o limite é de até cinco dias corridos a contar da data do início do afastamento. A Divisão de Saúde do Trabalhador lembra que o documento original deverá necessariamente ser apresentado no momento da perícia médica.

MAIS NA INTERNET: Outras informações sobre o assunto em Gestão de Pessoas/Saúde do Trabalhador/Avaliação Médico Ocupacional/Atestado Web.

Já está disponível na internet a cartilha Condutas vedadas aos agentes públicos federais em eleições 2022, organizada pela Advocacia-Geral da União. A publicação reúne informações básicas acerca dos direitos políticos e das normas éticas e legais que devem nortear a atuação dos agentes públicos federais neste ano de eleições. A intenção é evitar a prática de atos que possam ser questionados como indevidos nesse período. O link para acesso é https://www.gov.br/agu/pt-br/assuntos-1/Publicacoes/cartilhas/eleicoes-2022_versao-26-01-22-final.pdf.

informe INCA

Ano XXVII | Nº417 | MARÇO 2022
Instituto Nacional de Câncer

Praça Cruz Vermelha, 23
CEP. 20.230-130 | Rio de Janeiro - RJ
www.inca.gov.br

Informativo interno mensal do Instituto Nacional de Câncer, produzido pelo Serviço de Comunicação Social/INCA. Tiragem: 4.000 exemplares. Redação e reportagem: Carla Sena e Daniel Gonçalves (Agência Comunica). Edição: Nemézio Amaral Filho e Daniella Daher. Pauta: Fernanda Rena. Colaboração: equipe Comunicação/INCA. Serviço de Comunicação Social (tel.: (21) 3207-5962): Marise Mentzingen (chefe), Adriana Rossato, Andrea Silva, Celeste Ribeiro, Carlos Júnior, Carlos Leite, Elaine Oliveira, Eliana Pegorim, Ingrid Trigueiro, Luiza Real, Marcelo Chagas, Marcelo Mello, Marcio Albuquerque, Marcos Vieira, Paula Bastos e Ricardo Barros. Projeto Gráfico: Joaquim Olímpio (Agência Comunica). Diagramação e prod. gráfica: Gabriel Córdova (Agência Comunica). Impressão: WalPrint. Fotografia: Tatiana Freitas (Agência Comunica), Carlos Leite e Ricardo Barros (INCA). Grupo de Comunicação Social: Alessandra Evangelista (Gestão de Pessoas); Angela Coe Camargo da Silva e Raquel Célia Vieira Santana (Coordenação de Assistência); Bruna Rodrigues (INCAvoluntário); Érica Tavares (Ensino); Dulce Couto (HC I); Débora Gonçalves e Micheli Souza (HC II); Lidiane Bastos (HC IV); Cecília Silva (Pesquisa); Ricardo Maceira (Afinca); Guilherme Costa (Direção-Geral); Alessandra Trindade e Alexandre Octávio (SE-CONICQ); Pedro Guimarães e Mônica Andrade (Assessoria de Imprensa).



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



Nicotina de roupa nova

O cigarro eletrônico é um dispositivo que fornece nicotina associada a aditivos químicos com sabor de frutas, bebidas, doces, sorvetes, o que o cliente quiser. A nicotina é um psicoativo encontrado nas folhas do tabaco; ao ser consumida, provoca uma sensação de bem-estar passageira. A exposição repetida a essa substância desencadeia o mecanismo de tolerância, provocando um aumento no número de receptores nicotínicos nas membranas. A consequência é que o cérebro passa a exigir doses cada vez maiores para obter o mesmo prazer do início do uso. Quando a quantidade é insuficiente, a pessoa pode experimentar sintomas de abstinência.

Alguns dos efeitos mais comuns do uso dos cigarros eletrônicos são tosse, boca seca, falta de ar, irritação na garganta, dor de cabeça, crises de asma e bronquite, lesões na cavidade oral, reações alérgicas, aumento da frequência cardíaca e hipertensão arterial. Uma revisão sistemática realizada pelo INCA revelou que o uso de cigarros eletrônicos aumentou em quase três vezes e meia o risco de o indivíduo experimentar o cigarro convencional e, em mais de quatro vezes, o risco de se tornar fumante habitual.

No Brasil, graças à Resolução de Diretoria Colegiada da Anvisa (RDC) 46, de 28 de agosto de 2009, que proibiu a venda, comercialização e importação dos cigarros eletrônicos, o uso desses dispositivos não se difundiu tão rapidamente como em muitos outros países. A Pesquisa Nacional de Saúde de 2019 mostrou que 0,6% dos indivíduos de 15 anos ou mais já faziam uso do produto (cerca de 1 milhão de pessoas), mas, entre os de 15 a 24 anos, esse percentual era quatro vezes maior (2,4%), correspondendo a cerca de 700 mil jovens. Muitos ainda não experimentaram o cigarro convencional, mas pode ser questão de tempo.

Infelizmente, enxergamos uma ameaça real aos resultados positivos obtidos com os esforços de uma rede nacional e internacional, que inclui entidades governamentais, não governamentais,



sociedades científicas, mídia e a própria sociedade civil, que levaram à redução da proporção de fumantes no Brasil, de 35% (1989) para 12,8% (2019). Hoje, a população brasileira tem consciência dos prejuízos que o consumo de produtos de tabaco traz para a saúde, o meio ambiente e a economia. A liberação do uso dos cigarros eletrônicos poderá provocar uma nova onda de dependentes de nicotina no país — especialmente entre os jovens — e anular tamanho ganho já alcançado.

Para a indústria multinacional de produtos do tabaco, o que importa é fazer novos consumidores de nicotina, que, conseqüentemente, se tornarão dependentes e passarão a comprar suas mercadorias, analógicas ou eletrônicas. Quanto mais precocemente forem iniciados, por mais tempo se tornarão consumidores regulares.

Nossos esforços devem caminhar em sentido oposto, na direção do controle do tabagismo, com a ampliação de ações de esclarecimento à população, visando à prevenção da iniciação do consumo dos produtos contendo nicotina, à proteção do meio ambiente e ao estímulo à cessação do uso, com ampliação da oferta do tratamento do fumante na rede SUS, em todo o território nacional. Por isso, o INCA manifesta apoio à manutenção da RDC 46/2009, que, com base no princípio da precaução, resguarda a população da venda, comercialização e importação de mais um produto que pode comprometer a saúde e trazer mais prejuízos para nossa economia e o meio ambiente.

Artigo assinado pela diretora-geral do INCA, Ana Cristina Pinho, e pela coordenadora de Prevenção e Vigilância, Liz Almeida, publicado no jornal O Globo de 9 de janeiro de 2022

INCA participa de estudo inédito sobre novo fármaco para câncer do colo do útero

O INCA participou do estudo internacional inédito *Survival with Cemiplimab in Recurrent Cervical Cancer*, que analisou um novo fármaco que melhora a sobrevida ao câncer do colo do útero em cerca 30%. A chefe da Divisão de Pesquisa Clínica e Desenvolvimento Tecnológico do Instituto, Andréia Melo, foi a investigadora principal do estudo no Instituto, que contou com a participação de pacientes de vários países, a maioria do Brasil. Foram selecionadas 49 do INCA, 32 das quais efetivamente incluídas no estudo. O resultado foi publicado no *New England Journal of Medicine*.

"Nós avaliamos o uso de cemiplimabe, um tipo de imunoterápico, no tratamento de segunda linha do câncer do colo do útero. O uso desse medicamento mostrou redução da chance de morte em aproximadamente 30%", disse a pesquisadora.



Andréia Melo: "Sobrevida foi significativamente maior com o cemiplimabe do que com a quimioterapia"

Ela também explicou como o INCA ingressou no estudo. "Recebemos um convite: a Divisão de Pesquisa Clínica e Desenvolvimento Tecnológico tem sido protagonista na condução de estudos clínicos multicêntricos para diversas neoplasias. Além disso, o HC II é referência no tratamento de cânceres ginecológicos. Nesse cenário, surgem diversas oportunidades para que estudos inovadores como esse aconteçam no Instituto".

De acordo com a pesquisadora, as participantes com câncer do colo do útero recidivado e previamente tratado foram alocadas em dois grupos: um recebeu a quimioterapia e o outro, a imunoterapia com cemiplimabe. "A sobrevida foi significativamente maior com o cemiplimabe do que com a quimioterapia", afirmou Andréia. Incluindo o Brasil, 12 países participaram da pesquisa, entre eles, Estados Unidos, Itália, Rússia, Espanha e Japão.

CONTROLE DO TABACO

Ministério da Saúde tem linha de cuidado para prevenção e controle do tabagismo

Está disponível, no portal do Ministério da Saúde (MS), a linha de cuidado voltada ao controle e à prevenção do tabagismo, que procura garantir a continuidade da atenção em qualquer das instâncias que o tabagista percorra na rede de saúde. A Divisão de Controle do Tabagismo e Outros Fatores de Risco do INCA integrou a equipe técnica que elaborou o conteúdo.

Acessível por meio de uma plataforma interativa e de fácil navegabilidade, a linha de cuidado do tabagismo é útil, prioritariamente, para profissionais de saúde e gestores do SUS, que podem organizar e padronizar os serviços oferecidos, estabelecendo o percurso assistencial adequado aos usuários de acordo com a necessidade de cada um. O espaço traz ainda conteúdo para o desenvolvimento de estratégias de abordagem e aconselhamento sobre o tema, além de planejamento terapêutico.



Adesivo de nicotina é um dos tratamentos oferecido pelo SUS para quem quer deixar de fumar

O cidadão também se beneficia, pois encontrará informações gerais sobre a doença e poderá conferir se o encaminhamento do seu caso foi feito adequadamente. Estão disponíveis ainda atividades de promoção da saúde e de prevenção de doenças, desenvolvidas pela equipe multidisciplinar. O projeto reúne orientações clínicas transversais com recomendações contidas no *Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas do Tabagismo* a toda a rede de atenção, contribuindo para uma trajetória mais segura ao paciente.

A implementação de linhas de cuidado pelo MS tem como objetivo ampliar o acesso da população aos serviços de Atenção à Saúde no âmbito do SUS, com ênfase na qualidade assistencial.

MAIS NA INTERNET: Acesse a plataforma em <https://linhasdecuidado.saude.gov.br/portal/tabagismo/>

HUMANIZAÇÃO

Banco do Bem financia 16 projetos do Instituto este ano

Com a finalidade de apoiar ações de humanização do ambiente hospitalar e de melhoria da qualidade de vida dos pacientes, de forma direta ou indireta, o INCAvoluntário lançou, em dezembro, o edital Banco do Bem 2022. Ao todo, foram enviadas 25 propostas, das cinco unidades assistenciais do Instituto. A comissão avaliadora, formada pela Direção-Geral do INCA e pela Supervisão-Geral do INCAvoluntário, promoveu duas fases de qualificação. Na primeira, foi feita a análise de cada inscrição; e, na segunda, os classificados apresentaram e defenderam suas ideias.

Foram aprovados 16 projetos, que serão contemplados com o recurso total de R\$ 300 mil. "Acreditamos que, unindo forças, vamos conseguir desenvolver um espaço mais adequado e confortável aos usuários, que estão



Comissão avaliadora reuniu a direção-geral do Instituto e a supervisão-geral do INCAvoluntário

passando por um período de incertezas e desafios", disse a supervisora do INCAvoluntário, Angélica Nasser, ressaltando que o processo de seleção dos projetos foi primordial para a equipe. "Foi um momento muito rico, no qual nos encontramos para avaliar as iniciativas, promovemos um dia de apresentações e vimos como os setores estavam engajados com o edital".

Além dos critérios de humanização e de melhoria do funcionamento das atividades e dos setores da instituição, as regras de elegibilidade para apoio levaram em consideração outros tópicos, entre eles, o fato de os projetos não abrangerem o tratamento de câncer dos pacientes, o que já é garantido pelo Sistema Único de Saúde, e também de serem iniciativas pontuais.

COOPERAÇÃO

Representante angolana planeja parceria com INCA em práticas clínicas

Para conhecer mais da experiência do INCA e identificar potencialidades de colaboração na área de treinamento e firmar futuras parcerias, a representante do setor de cooperação internacional do Instituto Superior Politécnico da Caála, em Angola, a enfermeira Marina Nhamba, esteve no Instituto nos dias 3 e 4 de março. O Instituto Superior Politécnico é uma instituição de ensino privada, criada por decreto presidencial em 2017, no município de Caála.

Marina Nhamba visitou as instalações do prédio-sede do INCA e conheceu a rotina das enfermarias da Hematologia e da Pediatria, localizadas no HC I, bem como o Serviço de Radioterapia e o banco de sangue. A visita foi guiada pela chefe do Serviço de Enfermagem da unidade, Christiane Sbano.



Christiane Sbano, João Viegas e Kauã Assunção, da Cooperação Internacional, acompanharam Marina Nhamba (E) durante a visita

A angolana disse que escolheu visitar o Instituto "pelo grande renome da vossa instituição, pela carência em nosso país nesta especialidade clínica, sendo nossa instituição um centro de formação de profissionais da área da saúde e ainda pela necessidade mundial da multiplicação de centros de acolhimento como o INCA."



Coordenador de Ensino, Gustavo Mello apresentou a área e incentivou os novos discentes

Semana do Aluno dá início a ano letivo no INCA

A Semana do Aluno do INCA 2022 abriu o ano letivo, reunindo uma ampla programação, com diversos módulos de temas institucionais voltados para os discentes ingressantes nos diversos programas de ensino do INCA. Durante a iniciativa, realizada de 7 a 9 de março, no prédio-sede, foram abordadas as rotinas institucionais e a importância da instituição no cuidado oncológico, além de informações e orientações relevantes para o melhor desenvolvimento da vida acadêmica. Diversas apresentações dos gestores do Instituto completaram o evento, que foi transmitido pela TV INCA.

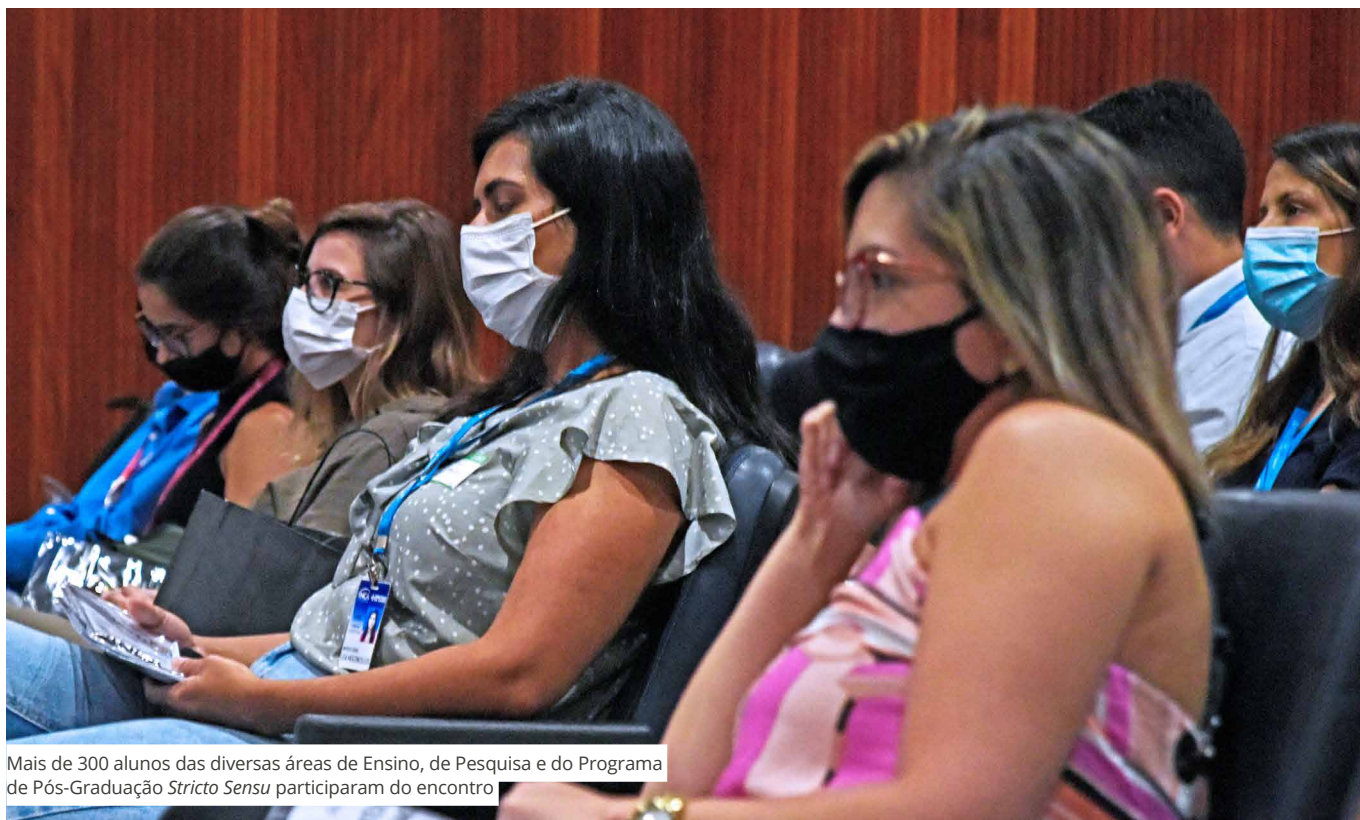
Mais de 300 alunos das diversas áreas de Ensino, de Pesquisa e do Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* estiveram na Semana. Realizado em módulos temáticos, o encontro incluiu atividades teóricas e de caráter prático, substituindo a tradicional aula inaugural. Participaram da iniciativa todos os novos alunos das áreas do Ensino Médico (Residência

Médica e Aperfeiçoamento nos Moldes *Fellow*); do Ensino Multiprofissional (Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Nutrição, Odontologia, Psicologia e Serviço Social); da Residência em Física Médica e dos Programas de Pós-Graduação *Stricto Sensu* (PPGO e PPGCan). As aulas foram iniciadas este mês, com cursos de duração entre um e quatro anos.

A diretora-geral do INCA, Ana Cristina Pinho, deu boas-vindas aos alunos, lembrando que ela também foi residente de Anestesiologia, em 1993: "Estive exatamente onde vocês estão agora. O INCA tem um carimbo de qualidade", salientou. "Como é importante para o INCA fazer parte desse sonho. Mesmo depois de dois anos muito difíceis por causa da pandemia, vocês não desistiram", parabenizou Ana Pinho.

Marco profissional

A programação incluiu apresentações dos coordenadores de Assistência, Gélcio Mendes; de



Mais de 300 alunos das diversas áreas de Ensino, de Pesquisa e do Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* participaram do encontro

Pesquisa, Luis Felipe Ribeiro Pinto; de Ensino, Gustavo Francisco de Souza e Mello; de Prevenção e Vigilância, Liz Maria de Almeida. O Ministério da Saúde foi representado pela chefe de gabinete da Secretaria de Atenção Especializada à Saúde, Maria Inez Gadelha, que apresentou a palestra Assistência Oncológica no SUS, abordando

a importância da integralidade dos serviços preventivos, diagnósticos e terapêuticos.

Gélcio Mendes, que também fez residência no INCA, destacou a relevância entre o ensino e a prática enfatizada pelo curso. Mendes detalhou ainda a estrutura física de cada uma das unidades do INCA. "Nosso desejo é a criação do Campus Integrado, que será localizado no terreno ao lado do HC I", adiantou o coordenador.

Em sua palestra, Luis Felipe Ribeiro Pinto apresentou a estrutura da Pesquisa e ressaltou sua importância para o constante fluxo de novas ideias. "O INCA, sem dúvida, confere aprendizados técnicos e de conhecimentos, mas também molda a formação diferenciada do profissional, especialmente na área de Oncologia", afirmou.

Liz Maria de Almeida enfatizou as metas do Instituto, sempre alinhadas às do Ministério da Saúde e às da Organização Mundial da Saúde, para o controle do câncer. "Precisamos trabalhar com um *continuum* de ações, que basicamente são intervenções que podemos dividir em dois grandes grupos: detecção precoce da doença e cuidados paliativos", ressaltou.

Ex-aluno da especialização em Endoscopia na instituição, Gustavo Mello lembrou sua própria vivência e incentivou os novos discentes. "Esse período passado aqui fica marcado em nossas almas. Carregamos para a vida toda. Trabalhar aqui é um dos pontos mais altos das nossas carreiras", disse o médico.



Ana Cristina Pinho deu as boas-vindas aos novos alunos e lembrou sua passagem pela residência médica no Instituto



Internautas atenderam ao apelo para doar sangue

Campanha nas redes sociais sensibiliza doadores de sangue antes do carnaval

O tradicional Bloco da Solidariedade, promovido pelo Banco de Sangue do INCA, fez campanha nas redes sociais em busca de doadores no período que antecedeu o carnaval. Com o apoio dos padrinhos Carlinhos de Jesus e Ana Botafogo, que participam da ação desde o primeiro ano, diversos famosos aderiram à causa, postando mensagens em suas páginas pessoais. Em função das medidas de prevenção ao contágio pelo novo coronavírus, o desfile na Praça Cruz Vermelha, no Centro do Rio, não foi realizado. Durante a campanha, 258 pessoas doaram sangue e plaquetas.

Com a hashtag #FoliaéDoarSanguenoINCA levantada na internet, os internautas se uniram e ampliaram a divulgação da campanha. As atrizes Arlete Salles e Cissa Guimarães e o cantor Negoinho da Beija-Flor apoiaram a iniciativa. As rádios JB FM, SulAmérica Paradiso FM, Mix FM e a emissora comunitária Saara (na região do comércio popular no centro da cidade) também entraram no bloco, além do INCAvoluntário, da Associação Brasileira de Linfoma e Leucemia (Abrale) e o clube Vasco da Gama.

"O Bloco da Solidariedade é uma iniciativa maravilhosa, que aproveita o contexto do carnaval para reforçar a importância de doar sangue. Podemos fazer a diferença na vida de muitos pacientes. Nosso pedido foi que, antes de cair na folia, as pessoas doassem sangue no INCA", disse a bailarina Ana Botafogo.

Desde o início da pandemia de Covid-19, o Banco de Sangue sofreu redução de cerca de 20% no número de

doadores. Para manter os estoques, são necessárias 70 bolsas de sangue diariamente. "Tenho muito orgulho de apadrinhar o Bloco da Solidariedade há 17 anos. Temos a missão de chamar a atenção e incentivar que pessoas venham ao INCA doar sangue", disse o dançarino Carlinhos de Jesus. "A alegria contagiante do carnaval também tem o poder de despertar os foliões para esse ato de amor ao próximo. Doar sangue é salvar vidas", completou.

Chefe do Serviço de Hemoterapia, Iara Motta afirma que a iniciativa é uma aliada na conscientização do cidadão. "A campanha possibilitou aumentarmos o número de doadores em todos esses 17 anos, o que garantiu o atendimento das demandas de transfusão de sangue no Instituto. Apesar da pandemia, contamos com a solidariedade da população", destacou.

Recomendações

De acordo com as orientações do Ministério da Saúde e da Agência Nacional de Vigilância Sanitária, pessoas com diagnóstico ou suspeita de Covid-19 estão aptas a doar sangue 10 dias após o desaparecimento de todos os sintomas. Quem teve contato com casos positivos da infecção pode doar após sete dias do último contato, enquanto os assintomáticos com teste positivo têm autorização para fazer a doação 10 dias após o teste. Aqueles que fizeram isolamento voluntário ou por determinação médica estão liberados a participar da ação 10 dias após o término do isolamento.

Mostra de trabalhos acadêmicos reúne produção científica de residentes



O INCA realizou a 11ª Mostra de Trabalhos Acadêmicos da Residência Multiprofissional e de Física Médica, na modalidade remota, nos dias 21 e 24 de fevereiro. Promovida anualmente, a iniciativa tem como objetivo divulgar a produção científica de residentes e orientadores dos programas de Residência Multiprofissional em Oncologia e de Residência em Física Médica, para o público interno e externo.

Participaram residentes de diferentes categorias profissionais, que ingressaram no Instituto em 2020. “Foram apresentadas 26 pesquisas desenvolvidas como trabalhos de conclusão de residência”, explicou Fernando Lopes Tavares de Lima, da Coordenação de Ensino, que elencou, entre as temáticas mais relevantes e atuais, as

apresentações sobre o impacto da pandemia de Covid-19 no cuidado oncológico, além das diferentes abordagens no tratamento das mulheres com câncer de mama e do colo do útero para melhorar a qualidade de vida.

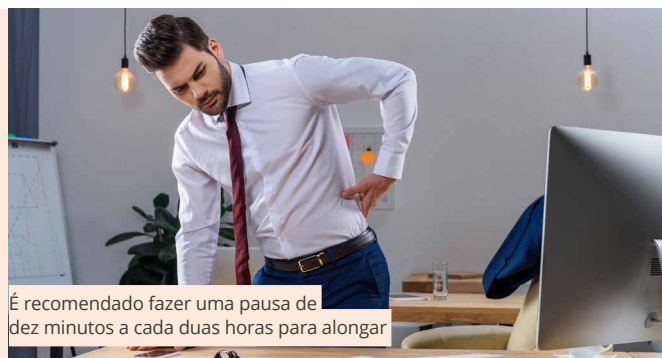
A fisioterapeuta Kajena Nascimento Seriano, aluna da Residência Multiprofissional, apresentou o tema “Uso da bandagem compressiva na dor aguda pós-mastectomia” e elogiou a experiência. “O trabalho de conclusão de residência é minuciosamente detalhado para ser mais do que uma exigência acadêmica, mas sim para somar às evidências científicas e ajudar na qualidade do tratamento dos pacientes oncológicos. A mostra nos dá visibilidade e permite que os frutos da nossa pesquisa alcancem mais pessoas”, observou.

SERVIÇO

Pausa para alongamento e postura adequada previnem dores

Responsável pela Fisioterapia da Divisão de Saúde do Trabalhador (DISAT), a fisioterapeuta Fátima Bussinger alerta para a importância da prevenção das enfermidades ocupacionais, especialmente por meio da realização de alongamentos e da adoção de posturas adequadas. Atualmente, as Doenças Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho (Dort) e as Lesões por Esforços Repetitivos (LER) são as principais causas de afastamento das atividades no Brasil. Levantamento do Ministério da Saúde realizado em 2019 mostra que, em 10 anos, as duas enfermidades representam 67.599 casos entre os trabalhadores do país, com aumento de 184% no período.

Segundo Fátima, a LER ocorre por esforço repetitivo, enquanto a Dort tem como causas as posturas incorretas e as estáticas prolongadas, o mobiliário inadequado, os fatores psicológicos, a exposição ocupacional e a sobrecarga física. Além disso, o sexo feminino tem maior tendência a desenvolvê-las. “A ausência de pausas para alongamentos é



outro fator determinante. Os principais sintomas das LER/Dort são cansaço no membro afetado, dor, dormência ou formigamento. E o início é de forma lenta. Se não tratadas precocemente e corretamente, as doenças podem levar à incapacidade funcional e trazer consequências para a vida das pessoas também fora do trabalho”, adverte Fátima, que ressalta a importância de procurar um médico logo no surgimento dos primeiros sinais. “O tratamento deve ser seguido rigorosamente, e o repouso da área afetada é essencial para resolução do quadro inflamatório”.

A fisioterapeuta afirma que a prevenção das LER/Dort exige a consciência dos trabalhadores quanto à própria postura durante as atividades. “É fundamental a pausa para alongamentos. Somente o alongamento consegue interromper o processo inflamatório que ocorre durante os movimentos repetitivos e a contração estática dos músculos”, diz Fátima. O recomendado é fazer uma pausa de dez minutos a cada duas horas para alongar.

Pesquisa inédita aborda dimensionamento de recursos humanos

A Iniciativa Estratégica “Dimensionamento da Força de Trabalho”, prevista no Plano Estratégico 2020-2023, rendeu ao INCA convite do Ministério da Economia para participar de grupo de trabalho sobre o tema. Líder do projeto, a analista em Ciência e Tecnologia e doutora em Saúde Coletiva, Alessandra Pereira, da Coordenação de Gestão de Pessoas, concluiu recentemente uma pesquisa com aplicação da ferramenta WISN, criada pela Organização Mundial da Saúde (OMS). De acordo com a pesquisadora, a ferramenta permite definir quantitativamente e qualitativamente, por área e categoria profissional, a real necessidade de pessoal em serviços de saúde. O objetivo é promover a melhoria dos processos de alocação, retenção e movimentação de colaboradores.

O HC IV foi a unidade escolhida para utilização da tecnologia e recebeu trabalho de campo desenvolvido com sete categorias profissionais de nível superior. “Buscamos



Alessandra Pereira aplicou a ferramenta WISN

identificar atividades do cotidiano para estimar quantidade e alocações assertivas. Os métodos de dimensionamento, usados isoladamente, não surtem um resultado abrangente”, observou a pesquisadora, que detalhou o procedimento. “O conceito vigente é de que um *mix* de métodos, customizados para necessidades, revela a realidade das instituições. O sistema do Ministério da Economia é semelhante ao WISN e permite cruzar informações com outros métodos. É possível chegar a um diagnóstico que identifique, além da necessidade numérica, carga de trabalho e condições laborais para investir no bem-estar do profissional, com subsídio técnico”, detalhou Alessandra.

O convite do Ministério da Economia foi feito no final do ano passado à coordenadora de Gestão de Pessoas, Cassilda Soares. “O INCA será a primeira instituição a participar dessa parceria na área da Saúde”, comemorou Alessandra.

Reconhecimento internacional

Alessandra Pereira publicou artigo na revista *Human Resources for Health*, apoiada pela OMS e que detém Qualis A1, o maior indexador de qualidade na plataforma de periódicos de pós-graduação da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes). O estudo *An experience with the use of WISN tool to calculate staffing in a palliative care hospital in Brazil* apresenta a experiência da pesquisadora com a equipe do HC IV.

INCA integra Comissão de Ética Pública do Ministério da Saúde

Responsável por resguardar a moralidade pública e fortalecer o respeito e a confiança da sociedade no serviço público, a Comissão de Ética do Ministério da Saúde conta com a participação do INCA. Os servidores Thiago de Souza Cruz e Paulo de Tarso Ferreira de Carvalho são os titulares do Instituto na comissão, tendo como suplentes Camilla Allievi e Rachele Grazziotin Reisner.

Em junho do ano passado, o INCA enviou postmaster convocando os interessados em participar da iniciativa e, depois, os nomes seguiram para a Comissão de Ética, que analisou os currículos e fez as entrevistas.

“Já houve algo marcante nos primeiros quatro meses de trabalho. Tivemos reunião com as ouvidorias dos seis hospitais federais e dos três institutos do Rio com a presença da



Thiago, Rachele, Elisângela, Camilla, Michelle e Paulo fazem parte da comissão

ouvidora-geral do SUS e do superintendente do Ministério da Saúde no Rio de Janeiro, na qual foram identificadas possíveis melhorias no fluxo de denúncias relativas aos hospitais”, revelou o tecnologista Thiago Cruz.

A comissão (que além do grupo do INCA é integrada pela titular Verônica Carvalho Theodoro, do Hospital Federal de Ipanema, a suplente Elisângela da Costa Pinheiro, do Hospital Federal da Lagoa, e a secretária executiva Michelle Mael Martins, da Superintendência Estadual do Ministério da Saúde) se reúne uma vez por mês rotineiramente e, de forma extraordinária, quando há demandas urgentes.

Vacinação contra gripe começa em abril

A campanha nacional de vacinação contra a gripe terá início dia 4 de abril. A primeira etapa, que vai até 2 de maio, abrange trabalhadores da saúde e idosos acima de 60 anos. De acordo com o Ministério da Saúde, a expectativa é imunizar cerca de 76,5 milhões de pessoas dos grupos prioritários, que incluem, ainda, crianças abaixo de 5 anos, gestantes, puérperas, professores e população indígena. A previsão é que a campanha seja encerrada em 3 de junho.

A vacina Influenza trivalente utilizada pelo Sistema Único de Saúde (SUS) é produzida pelo Instituto Butantan. Sua formulação é constantemente atualizada para que a dose seja efetiva na proteção contra as novas cepas do vírus. A nova vacina será eficaz contra as cepas H1N1, H3N2 e tipo B.

De acordo com a chefe da Divisão de Saúde do Trabalhador do INCA, Juliana Couto, devido à ampla cobertura vacinal contra a Covid-19 e a consequente redução das medidas restritivas, a circulação de pessoas passou



a ser maior e, com isso, aumenta o risco de contágio por doenças infecciosas. “Para prevenir a re-circulação dos vírus Influenza e SARS-CoV-2, assim como evitar a sobrecarga dos sistemas de saúde, é importante vacinar-se contra a gripe, pois protegemos as populações com maior risco de desenvolver formas graves da doença, reduzindo as complicações respiratórias atribuídas à influenza.”

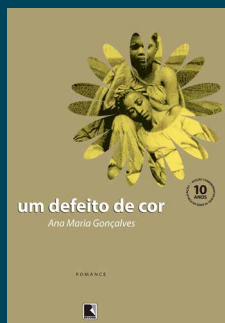
Fazem parte do grupo de trabalhadores da saúde todos os profissionais da área que atuam em estabelecimentos de saúde (médicos, enfermeiros, nutricionistas, fisioterapeutas, etc) bem como os trabalhadores de apoio (receptionistas, seguranças, pessoal da limpeza, gestores públicos, entre outros). “Os trabalhadores do INCA devem ficar atentos ao calendário e locais de atendimento divulgados pela Prefeitura do Rio de Janeiro nos meios de comunicação e redes sociais, assim como aos comunicados internos com orientações sobre onde poderão ser imunizados”, alertou Juliana.



DICA DE BEM-ESTAR

A cada edição selecionamos dicas para tornar a vida dos nossos leitores mais leve e interessante. Quer contribuir? Envie sua dica para informeinca@inca.gov.br. Participe!

Livro *Um defeito de cor*, Ana Maria Gonçalves, Editora Record.



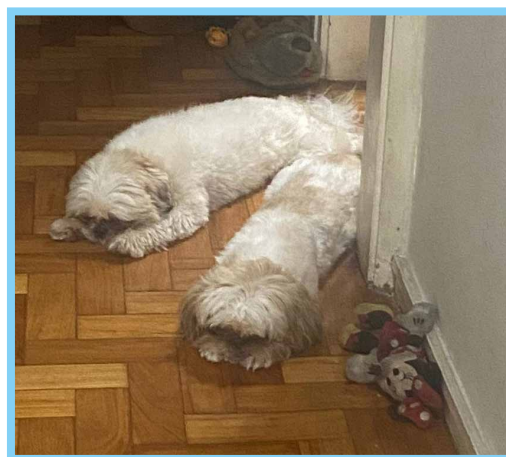
Primeiro romance da autora mineira Ana Maria Gonçalves, *Um defeito de cor* traz a fascinante história de uma africana idosa, cega e à beira da morte, que viaja da África para o Brasil em busca do filho perdido há décadas. Ao longo da travessia, ela vai contando sua vida, marcada por mortes, violência e escravidão. O belo romance é narrado de maneira muito original, prendendo a atenção do leitor da

primeira à última página. A publicação também está inserida em contexto histórico importante na formação do povo brasileiro. A autora, que trabalhava no mercado publicitário em São Paulo, isolou-se por seis meses na Ilha de Itaparica, na Bahia, para escrever a obra. Inicialmente, o livro foi vendido de forma independente na internet. Logo, tornou-se sucesso, conquistando público e crítica.



GALERIA INCA

Envie suas fotos para o nosso e-mail: informeinca@inca.gov.br. Uma foto será selecionada e pode ser a sua. Na próxima edição, o tema da Galeria será **ESPORTE**.



TEMA: FOFURA

Jade e Eros, cachorrinhos shih-tzu

da psicóloga do HC IV Cláudia de Paulo Pereira

ORGULHO DE SER INCA

Teresa Fernandez

Pesquisadora titular do Laboratório de Citogenética

Teresa de Souza Fernandez iniciou sua história no INCA em 1989, quando foi estagiária de iniciação científica no Serviço de Genética da antiga Pesquisa Básica. Naquela ocasião, nasceu o sonho de se tornar pesquisadora na área de oncologia. Em 1996, ela se tornou servidora pública, após ser aprovada em primeiro lugar para o cargo de pesquisadora no Instituto, aos 26 anos.

Ano passado, completou 25 anos na instituição, atuando no Laboratório de Citogenética, do Centro de Transplante de Medula Óssea (Cemo). Atualmente, Teresa é docente permanente do Curso de Pós-graduação em Oncologia do INCA e líder do Grupo de Pesquisa “Genética, Epigenética e Biologia Celular em Síndrome Mielodisplásica”.

Com formação em Ciência Biológicas, concluída em 1990 pela Universidade Santa Úrsula, ela concluiu o mestrado em 1994 e o doutorado, em 2000, no Instituto de Biofísica Carlos Chagas Filho, na Universidade Federal do Rio de Janeiro. Já em 2012, fez o pós-doutorado no INCA.

“Pertencço a uma instituição com profissionais de excelência em assistência, ensino e pesquisa. Atualmente, sou pesquisadora titular do Laboratório de Citogenética e também citogeneticista supervisora de neoplasias hematológicas e do acompanhamento pré e pós-transplante de medula óssea. Nossos projetos de pesquisa utilizam técnicas de citogenética e de biológica molecular. Busco aplicar esses conhecimentos na prática clínica, auxiliando os pacientes atendidos em nossa instituição. Como orientadora, atuo na formação de recursos humanos tanto na graduação como na pós-graduação”, relata.

“Tenho muito orgulho de ser INCA. Agradeço a Deus pela oportunidade de fazer parte do grupo de profissionais do INCA, minha segunda casa, e por ter colocado, durante minha trajetória, pessoas muito especiais que contribuíram para minha formação e crescimento profissional. Hoje, vejo meu sonho realizado e surgem novos desafios.”



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 para (21) 3207-5962.

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

EM BREVE

Vamos comemorar juntos o Dia Mundial do Livro, em 23 de abril. O INFORME INCA vai publicar sugestões dos leitores na seção Dica de Bem-Estar. Para participar, basta enviar *e-mail* para informeinca@inca.gov.br, com a indicação do livro, nome do autor, seu setor, cargo e número de telefone para contato.

Celebrado em 6 de abril, o Dia Mundial da Atividade Física é uma reflexão sobre a importância do movimento corporal. O INCA lembra que a prática diária é aliada na prevenção do câncer. Além de frequentar academia, hábitos como caminhar, andar de bicicleta ou passear com o animal de estimação trazem benefícios à saúde.



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



PÁTRIA AMADA
BRASIL
GOVERNO FEDERAL