

informe

INCA

INFORMATIVO INTERNO MENSAL DO INSTITUTO NACIONAL
DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA
ANO XXVI | Nº 405 | MARÇO 2021

Foco na prevenção

INCA alerta sobre importância
do autocuidado no
Dia Internacional da Mulher

Pág. 7



ESTUDOS INÉDITOS DIVULGADOS POR PESQUISADORES DO
INSTITUTO ANALISAM A RELAÇÃO ENTRE O CÂNCER E A COVID-19

Pág. 6

O incentivo ao autocuidado, como forma de prevenção de cânceres como o do colo do útero e o de mama, fez parte das ações do INCA no Dia Internacional da Mulher, celebrado em 8 de março. A medida ganha ainda mais importância em tempos de pandemia: o período de isolamento social representa um desafio a mais para o rastreamento da doença, que tem chances significativamente maiores de cura com o diagnóstico precoce. A reportagem da página 7 apresenta recomendações simples que podem ser seguidas em casa e reúne informações sobre o exame preventivo e a vacina contra o HPV, que ajudam a proteger contra o câncer do colo do útero.

Na página 6, descubra quais foram as conclusões de duas pesquisas inéditas do Instituto sobre a relação entre câncer e Covid-19, publicadas em respeitadas revistas científicas. Um dos estudos mostra que a variedade genética do novo coronavírus é maior em pacientes oncológicos. Já o segundo artigo comprova que um indivíduo pode ser infectado de forma simultânea por mais de uma variante viral.

A edição traz, ainda, na página 3, uma inspiração para você começar a levar uma vida mais saudável. Profissionais do INCA que aderiram ao Desafio 21 dias para sua saúde, iniciativa lançada como parte das comemorações do Dia Mundial do Câncer 2021, contam quais mudanças incluíram na rotina para cumprir as tarefas, propostas com o objetivo de prevenir e controlar a doença.

Leia também, na página 5, sobre a técnica adotada pelo Serviço de Radioterapia do HC I no tratamento de pacientes com câncer de próstata, mama e reto. É o hipofracionamento, que permite reduzir o número de sessões e o tempo total da terapia, além de causar menos efeitos colaterais.

Boa leitura!



A ouvidoria é o canal de comunicação entre você e o INCA.



O INCA está ampliando seu canal de comunicação com pacientes, acompanhantes e profissionais, com a abertura de um novo posto de Ouvidoria para o HC III e o HC IV. O setor fica localizado no 3º andar da unidade III, ao lado da Direção, e o atendimento é feito de segunda a sexta-feira, em dois turnos: das 8h às 12h30 e das 13h30 às 17h. Também é possível fazer elogios, críticas e sugestões, além de obter orientações e informações, pelo ramal 4061 ou pelo e-mail ouvidoriahc3.hc4@inca.gov.br.

Foram aprovados pelo Ministério da Saúde os protocolos clínicos e diretrizes terapêuticas do Linfoma de Hodgkin no Adulto e da Leucemia Mieloide Crônica do Adulto. Os documentos contêm informações importantes como critérios de diagnóstico e indicações do tratamento adequado, além de descreverem mecanismos de regulação, controle e avaliação das doenças. Disponíveis em conitec.gov.br, em Protocolos Clínicos e Diretrizes Terapêuticas, os protocolos são de caráter nacional e devem ser utilizados pelas Secretarias de Saúde dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios na regulação do acesso assistencial, autorização, registro e ressarcimento dos procedimentos correspondentes.

A tese de doutorado do fisioterapeuta do HC IV Ernani Costa Mendes, noticiada no Informe INCA nº 373, serviu de inspiração para o livro *Cuidados paliativos: uma questão de direitos humanos, saúde e cidadania*, do qual ele é organizador. A elaboração da obra teve a participação de outros quatro profissionais do Instituto: a fonoaudióloga do HC I Christiane Gouvêa; o chefe da Divisão de Ensino Lato Sensu e Técnico, Mario Jorge Sobreira; a psicóloga do HC I Juliana Castro; e a epidemiologista da Coordenação de Prevenção e Vigilância (CONPREV) Beatriz Cordeiro Jardim.

informe INCA

Ano XXVI | Nº 405 | MARÇO 2021
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. Edição: Fernanda Rena. Redação e reportagem: Giselle de Almeida e Daniel Gonçalves (Agência Comunica). Revisão: Lana Cristina do Carmo. Colaboração: equipe Comunicação/INCA. Serviço de Comunicação Social (tel.: (21) 3207-5962): Marise Mentzingen (chefe), Adriana Rossato, Andrea Silva, Carlos Júnior, Carlos Leite, Daniella Daher, Elaine Oliveira, Eliana Pegorim, Ingrid Trigueiro, Luiza Real, Marcelo Chagas, Marcelo Mello, Marcio Albuquerque, Marcos Vieira, Nemézio Amaral Filho, Paula Bastos e Ricardo Barros. Projeto Gráfico: Joaquim Olímpio (Agência Comunica). Diagramação e prod. gráfica: Joaquim Olímpio (Agência Comunica). Impressão: WalPrint. Fotografia: Tatiana Freitas (Agência Comunica) e Carlos Leite (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); Micheli Souza (HC II); Neuza Cesária da Motta (HC III); Lidiane Bastos (HC IV); Rosa Teixeira (COAGE); 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); Mauro Carneiro (Engenharia).

Profissionais do INCA mudam rotina com *Desafio 21 dias para sua saúde*

Que tal dedicar um tempo todos os dias para se concentrar no seu bem-estar? É só seguir o exemplo dos profissionais do INCA que aderiram ao *Desafio 21 dias para sua saúde* e cumpriram as metas rápidas, simples e divertidas, sugeridas no portal do Instituto. Lançada em 4 de fevereiro como parte das comemorações do Dia Mundial do Câncer 2021, a iniciativa lembra que ter uma vida mais saudável ajuda na prevenção e no controle da doença. Inspire-se!

Lilia Pedrada, enfermeira do HC II
Tarefa realizada: "Coloque cores no seu prato"

"Combinamos, entre os profissionais de enfermagem do Centro Cirúrgico e do Centro de Material e Esterilização, de fazermos uma salada de frutas comunitária para nosso lanche pelo menos uma vez por semana. Cada um escolhe a fruta que tem em casa ou que seja mais fácil comprar. É um estímulo para uma mudança de hábito alimentar. Já procuro manter esses hábitos na vida particular, mas estamos trabalhando também para essa mudança coletiva."



Tatiana Diogo Couto Monteiro, apoio administrativo do Serviço de Compras
Tarefa realizada: "Relaxe"

"Caminhei na Floresta da Tijuca, em contato com a natureza. Atividades ao ar livre são muito benéficas e continuarei com esse hábito. Foi importante para que eu pudesse me reconectar comigo mesma. Meus dias são sempre cheios e muito corridos e acabo deixando de lado cuidar da minha saúde. Escolhi uma tarefa que me permitisse ter um momento meu, sem a agitação do dia a dia, em que eu realmente pudesse relaxar e fazer a faxina da alma."



Luiza Real, relações públicas do Serviço de Comunicação Social
Tarefa realizada: "Mexa-se"

"Além dos benefícios físicos comprovados pela ciência, fazer atividade física, para mim, é uma válvula de escape, uma maneira de descarregar o estresse cotidiano. No dia proposto, fiz exercícios de ioga, uma atividade que pratico há dez anos, entre idas e vindas, e pretendo continuar praticando com aulas *on-line*, por causa da pandemia. O desafio foi muito interessante. Na foto, faço um dos movimentos de que eu mais gosto, a postura da árvore."



Cristiane Vaucher, ouvidora-geral do INCA
Tarefa realizada: "Coloque cores no seu prato"

"Montei um prato balanceado, com salada e legumes variados. O desafio mostrou ainda mais para mim a importância de uma alimentação saudável para ter qualidade de vida. Acredito que isso ajuda a manter a saúde física e mental, melhora a autoestima, ameniza os sintomas da depressão e da ansiedade, reduz o risco de doenças cardíacas e fortalece o organismo. Mudei completamente meu estilo de vida desde 2016 e participar do desafio foi mais uma etapa nesse processo."



Deise Martins Rosa, médica anestesista do HC II
Tarefa realizada: "Treine como campeões"

"O ano de 2020 serviu para me mostrar o quanto os exercícios são importantes. Durante a pandemia nós, anestesistas, fomos extremamente solicitados diante de uma situação totalmente inédita. Então, pedalar foi uma forma de cuidar da saúde, mas também de lidar com os momentos de tristeza. Por isso, escolhi a bicicleta para o desafio, pois permite o contato com o ar livre e a natureza. A cidade do Rio favorece esse tipo de exercício. Foi uma ótima experiência."



O *Desafio 21 Dias* foi destaque em diferentes veículos de comunicação no mês de fevereiro. A diretora-geral do INCA, Ana Cristina Pinho, falou ao vivo na GloboNews sobre como o desafio estimula a mudança de comportamento, e também deu outras entrevistas relativas ao tema. Na semana do Dia Mundial do Câncer, profissionais da instituição ressaltaram a importância de hábitos saudáveis para prevenir a doença, em uma série de reportagens da TV Record e do portal R7. Programas das rádios BandNews FM e JB FM também destacaram os alertas do INCA sobre a necessidade de desenvolver hábitos que melhorem a saúde da população.



As fisioterapeutas Clarice Teodózio e Simone Saraiva conduzem exercícios com pacientes do HC III

Exercícios de ombro após cirurgia de câncer de mama são seguros

Mulheres submetidas à cirurgia do câncer de mama podem praticar, sem riscos, exercícios de ombro com amplitude de movimento livre no período pós-operatório. Um estudo realizado pelo INCA com pacientes do HC III, unidade especializada no tratamento da doença, concluiu que a atividade é segura e não prejudica o processo de cicatrização. Os resultados foram publicados na *Breast Cancer Research and Treatment*, uma das mais respeitadas revistas sobre câncer de mama no mundo.

Até então, a recomendação padrão para as pacientes era fazer apenas movimentos parciais durante a recuperação. O

receio era que exercícios livres do ombro aumentassem as chances de complicações depois da cirurgia. No entanto, a ausência de evidências motivou a pesquisa, conduzida em 2019 pela fisioterapeuta Clarice Gomes Chagas Teodózio, durante seu mestrado no INCA, sob orientação dos pesquisadores Anke Bergmann e Luiz Claudio Santos Thuler.

Segundo Thuler, a possibilidade de amplitude dos movimentos contribui para o bem-estar das mulheres no pós-operatório. “Nós verificamos melhora significativa na recuperação física das pacientes que fizeram exercícios livres com os ombros. Isso favoreceu sua reinserção social, porque reduziu o medo que elas tinham de voltar às atividades do dia a dia”, disse.

Também participaram do estudo Liz de Oliveira Marchito, aluna de Aperfeiçoamento da Coordenação de Pesquisa (COPQ) do INCA; Erica Alves Nogueira Fabro, responsável pela Fisioterapia do HC III; Flávia Oliveira Macedo, fisioterapeuta da unidade, e Suzana Sales de Aguiar, tecnóloga da Divisão de Pesquisa Clínica e Desenvolvimento Tecnológico, vinculada à COPQ.

Com exceção das pacientes que passaram por cirurgia plástica reconstrutora, pois estas não participaram do estudo, agora todas as pacientes do HC III no pós-operatório praticam exercícios de ombro com amplitude de movimento livre (acima da altura do ombro, até o limite em que não há dor ou sensação de repuxamento da cicatriz). A inovação foi implementada pela Fisioterapia da unidade inicialmente para mulheres que fizeram cirurgia conservadora e posteriormente para todas as mastectomizadas.

RECONHECIMENTO

Cremerj homenageia Instituto por atuação na saúde

Por sua atuação de excelência na área de saúde pública, o INCA recebeu uma homenagem do Conselho Regional de Medicina do Rio de Janeiro (Cremerj), no dia 9 de março. O segundo vice-presidente do Cremerj, Carlos Romualdo Barboza Gama, entregou a Comenda e Menção Honrosa Doutor Evandro Freire para a diretora-geral, Ana Cristina Pinho. Participaram do encontro membros da diretoria executiva do Instituto e representantes do Conselho.

“A maior parte da população brasileira depende do SUS [Sistema Único de Saúde]. No cumprimento de nosso papel de prestar assistência a pessoas que precisam do INCA, eu sei que seguimos a mesma linha do Cremerj, da responsabilidade institucional. É uma satisfação muito grande ver a entidade manifestar esse reconhecimento pelo Instituto”, agradeceu Ana Cristina Pinho.



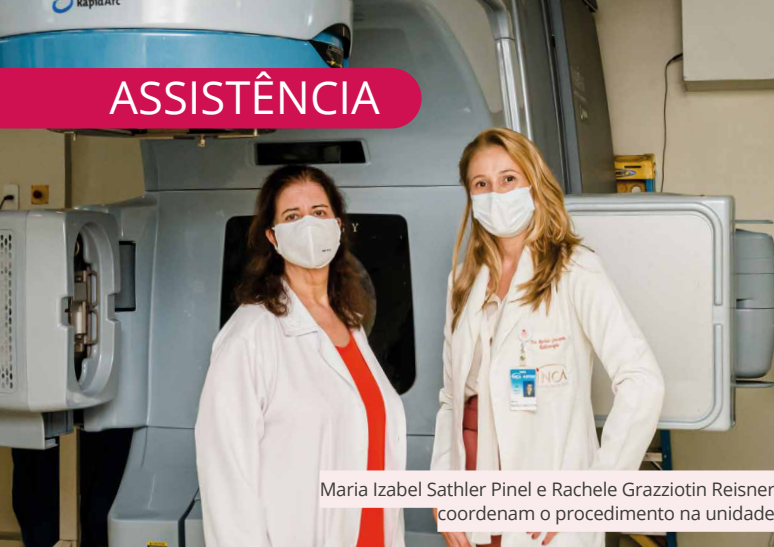
O médico do HC II e conselheiro do Cremerj Antonio Santa Rosa, com Ana Cristina Pinho e Carlos Romualdo Barboza Gama, na solenidade

Barboza Gama afirmou que o Cremerj e o INCA seguem a filosofia de buscar o melhor para o cidadão que necessita do sistema de saúde.

“É uma alegria prestar essa homenagem, porque temos o mesmo compromisso de fazer o bem para a sociedade. Vimos aqui agradecer a esta instituição que é de fundamental importância não só para o Rio, mas em nível nacional, e que traça as normas da oncologia com maestria. O INCA é a nossa referência”, disse.

O médico Evandro Freire, que dá nome à condecoração, dedicou sua vida ao serviço público. Seu livro *Trauma*, sobre a área em que se tornou um dos maiores especialistas no Brasil, é referência no meio profissional. Cirurgião reconhecido, ele teve mais de cem trabalhos publicados em revistas médicas nacionais e estrangeiras.

ASSISTÊNCIA



Maria Izabel Sathler Pinel e Rachele Grazziotin Reisner coordenam o procedimento na unidade

HC I adota técnica que agiliza tratamento de radioterapia

O Serviço de Radioterapia do HC I está implementando como padrão o hipofracionamento no tratamento de pacientes com câncer de próstata, mama e reto. O procedimento consiste em aplicar frações (doses) de

radiação de forma mais concentrada, abreviando significativamente o tempo total da terapia.

Com a técnica, a média de sessões necessárias pode cair de 38 dias, distribuídos ao longo de oito semanas, para cerca de cinco sessões, em casos de reto, 16 em mama e 20 em próstata, reduzindo o período de aplicação para uma a quatro semanas.

“O hipofracionamento permite doses mais altas e mais localizadas de radioterapia com a mesma eficácia e resposta. Por isso, é possível diminuir a quantidade de sessões e dos efeitos colaterais em órgãos não afetados pelo tumor. O paciente também se beneficia por não precisar se deslocar tantas vezes até o hospital”, explicou Rachele Grazziotin Reisner, chefe substituta do Serviço de Radioterapia do HC I.

O hipofracionamento, que já era feito no INCA, é um procedimento que chegou ao Brasil em 2015 e tem sido utilizado no Sistema Único de Saúde (SUS) há um ano. Atualmente, cerca de 20 pacientes são atendidos mensalmente com a técnica, no Instituto. Esse número será ampliado graças à aquisição de um acelerador linear com mais recursos tecnológicos que permitirão a segurança para realizar o hipofracionamento.

“Estamos estudando a melhor forma para conseguir, ao longo deste ano, tratar com a técnica também os cânceres do sistema nervoso central, pulmão e do esôfago”, anunciou Maria Izabel Sathler Pinel, chefe do Serviço de Radioterapia do HC I.

REFERÊNCIA

Observatório reúne ações de controle do tabaco no Brasil

Criado em 2011, o Observatório da Política Nacional para o Controle do Tabaco tem sua base de dados constantemente atualizada pela Secretaria-Executiva da Comissão Nacional para Implementação da Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco (Conicq) para que seja uma referência de informações sobre as ações desenvolvidas no País. O objetivo é reunir, organizar, monitorar e disponibilizar dados e conhecimentos sobre a evolução da implementação da Convenção-Quadro no Brasil.

“Nós atualizamos as informações com base nos relatórios e pesquisas do INCA e de outras instituições voltadas para o controle do tabaco. O Observatório serve como fonte para pesquisadores, gestores e outros profissionais que precisam desses dados. Sua própria existência é um dos compromissos da Convenção-Quadro”, explicou o secretário-executivo substituto da Conicq, Felipe Mendes.

No Observatório, é possível conhecer mais sobre a atuação da Conicq, dados e números relevantes sobre



tabagismo e a legislação vigente sobre controle do tabaco, além de ações judiciais relacionadas ao tema. O visitante também encontra artigos e publicações, como folhetos informativos, infográficos e notas técnicas, e tem acesso aos programas e ações que integram a Política Nacional de Controle do Tabaco.

A Convenção-Quadro é o primeiro tratado internacional de saúde pública da história e visa conter a epidemia do tabagismo em todo o mundo. Com a ratificação do tratado pelo Brasil em 2005, sua implementação nacional ganhou o status de política de Estado e o cumprimento de suas medidas e diretrizes tornou-se uma obrigação legal do governo brasileiro.

+ **MAIS NA INTERNET:** O Observatório da Política Nacional para o Controle do Tabaco está disponível em www.inca.gov.br/observatorio-da-politica-nacional-de-controle-do-tabaco



INCA divulga estudos inéditos sobre câncer e Covid-19

As descobertas feitas a partir de dois estudos conduzidos por pesquisadores do INCA sobre a relação entre câncer e Covid-19 podem contribuir para o controle e a prevenção da pandemia. Os artigos mostram que a variedade genética do novo coronavírus (SARS-CoV-2) é maior em pacientes com câncer e comprovam que a infecção de forma simultânea por mais de uma variante viral é possível.

Divulgados em respeitadas revistas científicas em fevereiro, os trabalhos desenvolvidos sob coordenação do pesquisador Marcelo Soares também despertaram interesse da mídia brasileira e repercutiram em veículos como a CNN Brasil.

O primeiro estudo, publicado pela revista *Virus Evolution*, da Universidade de Oxford, na Inglaterra, foi iniciado em abril de 2020 e intitulado *As análises genômicas de SARS-CoV-2 em pacientes com câncer revelam elevada diversidade genética intra-hospedeiro* (na tradução para o português). Foram coletados exames de 57 pacientes e 14 profissionais de saúde do Instituto, e observou-se que a diversidade genética viral é significativamente maior no primeiro grupo. A conclusão tem uma implicação importante no conhecimento sobre o surgimento das novas variantes virais com propriedades biológicas diferentes, como as do Reino Unido, da África do Sul e de Manaus (AM).

O resultado sugere que a baixa imunidade dos pacientes oncológicos pode facilitar a maior

diversidade genética do vírus. “Essa diversidade permite ao vírus explorar as possibilidades de mutações com mais eficiência e rapidez, podendo culminar com o aparecimento de variantes mais transmissíveis ou mais letais”, aponta Soares.

Múltipla infecção

A segunda pesquisa, *Distinguindo a reinfecção por SARS CoV-2 genuína da reativação de variante minoritária preexistente*, foi publicada pela revista *Infection Genetics and Evolution* e investiga casos de coinfeção – situações em que são detectadas, no organismo, variantes em diferentes momentos de infecção. O grupo analisou o caso de uma paciente oncológica do HC II que desenvolveu Covid-19 duas vezes. Embora a ocorrência pudesse ser relatada inicialmente como uma reinfecção, uma análise mais minuciosa demonstrou que ela já carregava o vírus principal do segundo evento clínico (ocorrido 102 dias depois) na primeira coleta.

“A múltipla infecção pode gerar formas recombinantes [misturando partes dos dois vírus circulantes] mais agressivas ou que não sejam reconhecidas pelas vacinas existentes. É possível que muitos casos definidos como reinfecção sejam, na verdade, a reativação de uma variante viral preexistente no indivíduo infectado, inicialmente em baixa frequência, mas que predomina em relação a outras formas do vírus ao longo do tempo”, esclarece Soares.

A pesquisa contou com o apoio da Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro (Faperj), por meio de editais emergenciais de Covid-19 lançados em 2020, além de suporte da Fundação Swiss-Bridge (Suíça) e dos Institutos Nacionais de Saúde (NIH) dos Estados Unidos.

Autocuidado é aliado das mulheres na manutenção da saúde

A pandemia trouxe um desafio a mais para o rastreamento do câncer, já que o momento exige que as pessoas passem mais tempo em casa e evitem saídas que não sejam essenciais. Por isso, no Dia Internacional da Mulher, celebrado em 8 de março, o INCA fez um alerta sobre a necessidade de redobrar a atenção aos sinais indicativos da doença na população feminina e também sobre a importância do autocuidado na prevenção de cânceres como o do colo do útero e de mama.

“Por um lado, sair tornou-se um risco, mas, se surgir algum sinal ou sintoma suspeito, deve-se procurar ajuda médica. Nesse caso, a recomendação é manter o distanciamento social que for possível nos transportes e nas ruas, usar sempre a máscara de forma adequada e manter as mãos limpas”, explica a coordenadora de Prevenção e Vigilância do Instituto, Liz Almeida.

Mesmo em casa, é possível cuidar da saúde. Prestar mais atenção ao próprio corpo é fundamental para identificar algo fora do normal. O autocuidado, aliás, é tema de um vídeo disponível no canal do INCA no YouTube apresentado pela tecnologista na área de Detecção Precoce do Câncer Renata Maciel, da Coordenação de Prevenção e Vigilância (CONPREV). Uma das sugestões é aproveitar a hora do banho para checar a presença de algum caroço nas mamas. Renata lembra que essa simples ação pode levar a um diagnóstico precoce, o que facilita o encaminhamento para o tratamento adequado e aumenta as chances de cura do câncer.

Os homens também devem refletir sobre como contribuir para o bem-estar das mulheres que fazem parte de suas vidas, alerta Liz Almeida. “Eles podem observar os corpos das companheiras e reparar nas pequenas alterações ou em sintomas relatados que se repetem e incentivá-las a procurar ajuda”, diz.

Vacina é fornecida pelo SUS

O exame de Papanicolaou é uma das principais formas de prevenção contra o câncer do colo do útero. Mulheres de 25 a 64 anos devem fazê-lo a cada três anos, como explica o folheto do INCA sobre o tema. O material traz informações sobre os principais fatores de risco associados e sintomas, e mostra a importância da vacina contra o HPV para evitar o desenvolvimento da doença. Por isso, é importante mantê-la em dia, mesmo durante a pandemia.

Desde 2014, a imunização é fornecida gratuitamente pelo Sistema Único de Saúde (SUS) a meninas de 9 a 14 anos e meninos de 11 a 14 anos, com o objetivo de prevenir os cânceres do colo do útero, vulva, vagina, pênis, ânus, boca e orofaringe. Fornecida em duas doses, a vacina está disponível na rede pública de saúde durante todo o ano.

Outra importante fonte de informação do INCA sobre o assunto é a exposição *A Mulher e o Câncer do Colo do Útero*, disponível no portal do Instituto. A mostra reúne histórico e dados como a incidência de casos no Brasil, esclarece as dúvidas mais comuns e lembra que esse tipo da doença, considerado um problema de saúde pública no País, atinge principalmente mulheres com maior dificuldade de acesso aos serviços de saúde e à informação.

Este ano, o Instituto criou materiais informativos para o Dia Internacional da Mulher sobre a exposição, que foram divulgados internamente e publicados no portal do INCA. Além disso, as peças foram compartilhadas pelo INCAvoluntário, Serviço Social do Comércio (Sesc), Supervia e pelas rádios Sulamérica Paradiso e Mix FM, a partir de parcerias com o INCA firmadas pelo Serviço de Comunicação Social.

O câncer do colo do útero na história

- Nos últimos 100 anos, o câncer do colo do útero passou a ser associado a aspectos morais e condições sociais.
- Por muito tempo, esse tipo de câncer foi associado à imoralidade e a excessos sexuais. Felizmente, mais informações foram descobertas. Além disso, técnicas diagnósticas e de tratamento evoluíram ao longo dos séculos XX e XXI.
- A partir dos anos 1970, os movimentos de mulheres intensificaram a luta pela atenção à saúde.

Como prevenir o câncer do colo do útero?

Vacina contra o HPV

- Antes do início da vida sexual.
- As meninas de 9 a 14 anos e os meninos de 11 a 14 devem procurar uma unidade de saúde e receber a vacina gratuitamente.

Exame preventivo (papanicolaou) e tratamento adequado quando houver necessidade.

- O preventivo (exame de Papanicolaou ou citopatológico) é a análise das células do colo do útero para ver se há alterações causadas pelo HPV que podem se transformar em câncer.

+ MAIS NA INTERNET: Saiba mais sobre câncer do colo do útero acessando o **folheto** e a **exposição** no portal do INCA. Sobre a importância da atenção ao próprio corpo, **assista** ao vídeo disponível no canal do Instituto no YouTube.

Cards informativos divulgam conteúdo da exposição *A Mulher e o Câncer do Colo do Útero*

Ciclo de palestras aborda produção de vacinas contra Covid-19

O INCA deu início à temporada 2021 do ciclo de palestras da Coordenação de Pesquisa e do Programa de Pós-Graduação em Oncologia com um dos principais assuntos da atualidade no Brasil e no mundo: as vacinas contra Covid-19. O primeiro encontro *on-line*, realizado no dia 5 de março, teve como convidado Jorge Kalil, ex-diretor-presidente do Instituto Butantan, membro da Academia Brasileira de Ciências e professor da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (USP).

O médico explicou como um vírus entra no corpo humano e se multiplica, fazendo uso das células. No caso do SARS-CoV-2, que provoca a Covid-19, a principal suspeita é que sua origem seja animal e tenha surgido na China. Para infectar humanos, acredita-se que o agente infeccioso tenha sofrido uma mutação.



Jorge Kalil (à esq.), ex-diretor-presidente do Instituto Butantan, falou sobre as diversas abordagens para fabricar os imunizantes

Kalil, que atuou no desenvolvimento de vacinas contra a Covid-19 e a dengue no período em que esteve na direção do Instituto Butantan, ressaltou que a proteção imunológica é o principal recurso para vencer uma doença dessa natureza. O especialista mencionou diferentes formas de produção dos imunizantes e reforçou que, mesmo quando não impedem a infecção, eles conseguem diminuir a gravidade da doença.

Com relação às novas variantes do vírus que estão surgindo, o pesquisador explica que é certo que elas são mais infecciosas. “Para conter sua disseminação, temos que vacinar rapidamente, com a vacina contra a Covid-19 que estiver disponível”, orientou. A palestra está disponível na íntegra em <https://bit.ly/2Z7OEja>.

Mostra de Trabalhos Acadêmicos realiza debates sobre Oncologia

Promover uma reflexão sobre o processo de trabalho dos profissionais da área de Oncologia, bem como discutir tipos de tratamento e formas de prevenção. Esse foi o objetivo da X Mostra de Trabalhos Acadêmicos – Residência Multiprofissional em Oncologia e Residência em Física Médica, realizada pelo INCA em fevereiro. O encontro, transmitido de forma remota devido à pandemia de Covid-19, reuniu, em dois dias, 15 mesas de discussão sobre os trabalhos de conclusão dos programas.

Participaram do evento enfermeiros, assistentes sociais, nutricionistas, residentes, coordenadores de programas de residência, tutores, preceptores e outros profissionais da área da saúde. Os participantes trataram de temas como câncer de mama, colo uterino e boca, os cuidados do cirurgião-dentista no Centro de Terapia Intensiva (CTI) e ainda trocaram experiências sobre o programa de residência multiprofissional.

RESULTADOS / DISCUSSÃO

Tabella 2: Frequência absoluta (n) e percentual (%) das variáveis clínicas das mulheres com câncer do colo do útero

Características	Pacientes (n=60)	%
 Tipo Etimológico: CEC		
Adenocarcinoma		
	53	88,3
	7	11,7
 Estadiamento		
Ia	0	0,0
Ib	1	1,7
IIa	6	10,0
IIb	1	1,7
IIIa	31	51,7
IIIb	2	3,3
IVa	17	28,3
IVb	0	0,0
 Tratamentos		
RXT + QT + BQT	55	91,7
RXT + BQT	2	3,3
HTA II + RXT + QT + BQT	2	3,3
HTA II + RXT + BQT	1	1,7

CEC: carcinoma de células escamosas; RXT: radioterapia; BQT: braquiterapia; QT: quimioterapia; HTA II: histerectomia radical modificada.

Carcinoma de células escamosas é o tipo histológico mais comum, representando 70% dos casos. (RIBEIRO et al., 2015)

Quanto menor o grau de instrução, maior o risco do diagnóstico avançado desses tumores. (MADEIRO, 2017)

Mulheres com mais idade têm sido diagnosticadas com a doença mais avançada. (THULIER et al., 2014)

Câncer do colo do útero foi um dos temas das 15 mesas de discussão do evento

O supervisor da Área de Ensino Multiprofissional, Fernando Lima, que coordenou o encontro, elogiou a qualidade dos trabalhos e incentivou que todos sejam compartilhados para a difusão de conhecimento.

“As apresentações trazem olhares diferentes sobre questões relacionadas a prevenção, tratamento e complicações do câncer e também refletem sobre o próprio processo de trabalho do profissional de Oncologia. A necessidade de rever classificações tumorais com a chegada de novos diagnósticos, por exemplo, que foi discutida no evento, é um dos temas que merece ser divulgado”, afirmou.



No encontro, o professor Jorge Almeida Guimarães ministrou a palestra magna *Ciência no Brasil e no mundo*

BRASIL: ÁREAS CAPES MAIS DESTACADAS NA PRODUÇÃO CIENTÍFICA: 2014 - 2018								
DADOS CAPES				PRODUÇÃO CIENTÍFICA				
ÁREAS CAPES	ÁREAS DOS CURSOS	SUB-ÁREAS	NOTAS 6 & 7	SUB-ÁREAS WoS	ARTIGOS WoS	IMPACTO	IRM	COLAB INT %
MEDICINAS	3	16	34	44	57.437	10,32	1,19	41,1
ENGENHARIAS	4	13	52	27	55.133	6,44	0,74	34,5
CIÊNCIAS BIOLÓGICAS	3	12	46	17	48.316	9,11	1,04	39,5
ASTRONOMIA & FÍSICA	2	2	15	17	40.353	9,45	1,09	49,9
QUÍMICA	1	1	16	10	30.415	10,28	1,19	35,5
COMPUTAÇÃO	1	1	10	7	27.418	3,05	0,35	30,7
CIÊNCIAS AGRÁRIAS	11	11	30	8	25.798	3,44	0,49	20,0
BIODIVERSIDADE	4	4	26	5	23.899	9,60	1,11	45,0
BIOTECNOLOGIA	1	1	6	2	13.935	8,12	0,94	33,0



Aula inaugural virtual abre ano letivo de 2021

Os novos alunos dos programas de mestrado, doutorado, residências médicas, multiprofissional e em física médica e dos cursos de aperfeiçoamento *fellow* do Instituto foram recepcionados com uma aula inaugural do ano letivo de 2021 no dia 1º de março. Este ano, o evento foi transmitido pelo YouTube do INCA, devido à pandemia de Covid-19.

O coordenador de Assistência e diretor-geral substituto, Gelcio Mendes, foi o responsável pela palestra inicial. Ele apresentou aos estudantes um panorama do INCA: suas principais áreas, programas e ações, além das especialidades, características e localização de cada unidade de saúde. O corpo discente também conheceu as diretrizes de Ensino e Pesquisa e um pouco da história da instituição.

“É com muita satisfação que parabeno cada um que chegou até aqui. Mesmo com os desafios da pandemia, vocês não desistiram. É muito importante para nós fazermos parte desse sonho de vocês”, afirmou.

Cursos são referência na área

Em seguida, o coordenador de Ensino, Gustavo Mello, apresentou o Ensino do INCA e destacou duas marcas históricas dessa área no Instituto em 2021: os 70 anos do Programa de Residência Médica, que se tornou o mais antigo do País na área de Oncologia, e a formação do residente médico de número 2 mil.

Mello lembrou que o INCA é o principal formador de especialistas em Oncologia do Brasil e declarou que estudar na instituição é uma oportunidade de se tornar líder na área. Como exemplos, ele citou a si próprio, que foi aluno na especialização, mestrado e doutorado do Instituto, e Gelcio Mendes, que foi residente do INCA, assim como a diretora-geral, Ana Cristina Pinho – a quinta ex-residente na história a ocupar o mais alto cargo do Instituto.

O coordenador de Ensino falou sobre as diversas modalidades dos mais de 300 cursos oferecidos e estimulou os alunos. “Vocês, hoje, estão começando o futuro do País. Aproveitem esse período. Desenvolvam e levem esse conhecimento que vocês vão aprender aqui. Essa é a nossa missão”, disse.

A palestra magna, com o tema *Ciência no Brasil e no mundo*, foi ministrada pelo professor e pesquisador Jorge Almeida Guimarães, diretor-presidente da Empresa Brasileira de Pesquisa e Inovação Industrial (EMBRAPII). Ele observou que o Brasil demorou a investir nas universidades no início do século 20, em comparação a outros países, mas que, ao longo dos anos, foi ocupando espaço na produção científica e na cooperação internacional.

Guimarães também contou a história da fundação da Academia Brasileira de Ciência, em 1916, e citou personalidades que ajudaram a ciência a se desenvolver no País, como o cientista, médico e sanitário Oswaldo Cruz na área da saúde.

CÂNCER DA CRIANÇA
SINAIS DE ALERTA



1
Palidez, hematomas ou sangramento, dor óssea



2
Caroços ou inchaços, especialmente se indolores e sem febre ou outros sinais de infecção



3
Perda de peso inexplicada ou febre, tosse persistente ou falta de ar, sudorese noturna



4
Alterações oculares - pupila branca, estrabismo de início recente, perda visual, hematomas ou inchaço ao redor dos olhos



5
Inchaço abdominal



6
Dores de cabeça, especialmente se incomum, persistente ou grave, vômitos (em especial pela manhã ou com piora ao longo dos dias)



7
Dor em membros ou dor óssea, inchaço sem trauma ou sinais de infecção



8
Fadiga, letargia ou mudanças no comportamento, como isolamento



9
Tontura, perda de equilíbrio ou coordenação



SE ESSES SINTOMAS ESTIVEREM PRESENTES PROCURE UMA AVALIAÇÃO MÉDICA

Dia Internacional de Combate ao Câncer Infantil lembra importância de diagnóstico precoce

P principal causa de morte em crianças, o câncer infantil é um problema de saúde pública no Brasil. A declaração é de Sima Ferman, chefe da Seção de Oncologia Pediátrica do INCA, que fez o alerta no Dia Internacional de Combate ao Câncer Infantil, celebrado em 15 de fevereiro. A estimativa do Instituto para o período 2020 a 2022 prevê o surgimento de 8.460 casos novos da doença no Brasil por ano em crianças abaixo de 19 anos, que é a faixa etária pediátrica.

Segundo a Agência Internacional de Pesquisa em Câncer, são diagnosticados mundialmente, por ano, 215 mil novos casos em crianças menores de 15 anos e cerca de 85 mil em adolescentes de 15 a 19 anos. Mas, quando diagnosticado precocemente, o câncer infantil tem taxas de cura de até 80%.

“Temos que juntar todos os esforços no sentido de melhorar as condições de diagnóstico e tratamento, para que as crianças possam ter maiores chances de cura”, afirmou a médica, que salientou também a importância de garantir uma boa qualidade de vida para os pacientes.

Atenção a queixas persistentes

O diagnóstico precoce é fundamental, mas, muitas vezes, os sinais e sintomas do câncer são muito similares aos de outras enfermidades comuns na infância. Por isso, Sima Ferman aconselha que a criança tenha um acompanhamento regular com o pediatra e que os

Imagem de folheto do INCA disponível no Portal da instituição alerta para principais sintomas

pais e profissionais de saúde estejam alertas quando ocorrerem atendimentos médicos consecutivos com a mesma queixa. Nesses casos, pode se tratar de uma condição mais séria.

“Algumas vezes, os pacientes infantis chegam para tratamento com a doença muito avançada. Se a criança disser que não está bem, é porque não está mesmo”, disse a médica.

Os principais sinais e sintomas do câncer são febre, palidez, hematomas ou sangramentos, dores ósseas, alterações oculares, cefaleia persistente associada ou não a vômitos e aparecimento de massas palpáveis em qualquer segmento corporal, entre outros.

O INCA recebe, a cada ano, cerca de 250 novos pacientes infantojuvenis. Após o término do tratamento – que dura, em média, de seis meses a dois anos –, é necessário acompanhamento, para controle do câncer e de alterações relacionadas ao próprio tratamento. Os tipos mais comuns da doença em crianças e adolescentes são as leucemias, os tumores do sistema nervoso central e os linfomas.

“O câncer em crianças é diferente do que ocorre em adultos. Sendo chamados, muitas vezes, de tumores embrionários, têm alta taxa de proliferação celular, mas respondem muito bem à quimioterapia. O resultado de cura em crianças é muito alto”, disse a médica, reforçando a importância do diagnóstico precoce e tratamento em centros especializados na atenção à criança com equipes multiprofissionais.

Com informações da Agência Brasil

Reduza o consumo de carne vermelha e de processadas

Prevenir o câncer, em muitos casos, inclui fazer adequações na alimentação. Um cardápio com excesso de carnes processadas – como presunto, salsicha, linguiça, bacon, salame, mortadela, peito de peru, blanquet de peru – e de carne vermelha favorece o desenvolvimento da doença. O consumo desses produtos, portanto, deve ser evitado, no caso de carnes processadas, e limitado, com relação às carnes vermelhas.

As carnes processadas são comumente usadas em sanduíches, salgados, pizzas e outras preparações rápidas. O problema é que as substâncias presentes na fumaça do processo de defumação, os conservantes e o sal podem provocar o surgimento de cânceres de estômago e intestino (cólon e reto). Uma boa opção é substituir esses alimentos por queijos brancos, saladas e pastas preparadas com grãos (como grão-de-bico) ou vegetais (como berinjela).



No caso da carne vermelha, seu consumo em grandes quantidades facilita o desenvolvimento de câncer no intestino (cólon e reto). Isso se deve às grandes quantidades de ferro heme, nutriente essencial ao corpo presente em alimentos de origem animal, mas que, em excesso, pode ter efeito tóxico sobre as células. O recomendado é um limite de 500 gramas de carne cozida por semana.

Atenção também à forma de preparo: carnes grelhadas, fritas ou preparadas como churrasco podem aumentar a chance de desenvolver câncer. As temperaturas muito elevadas e a fumaça formam compostos químicos que são cancerígenos e aderem à superfície do alimento. Prefira receitas assadas, cozidas e ensopadas.

Fonte: Portal do INCA



DICA DE BEM-ESTAR

Duas dicas de produções para assistir na Netflix, enviadas por Alessandra Trindade, da Secretaria-Executiva da Comissão Nacional para Implementação da Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco (CONICQ).



Wild Wild Country: a minissérie documental em seis episódios gira em torno do guru indiano Osho e seus seguidores, que constroem a cidade utópica de Rajneeshpuram em

um rancho no interior do Oregon, nos Estados Unidos, nos anos 80. O conflito com os moradores locais logo vira um escândalo nacional, que envolve uma investigação pelo FBI e a prisão de líderes e membros da seita.



2020 Nunca Mais: a cômica retrospectiva do último ano tem a assinatura dos criadores de *Black Mirror* e nomes como Samuel L. Jackson, Hugh Grant e Lisa Kudrow

no elenco. O documentário ficcional alterna imagens de eventos reais, como a pandemia, e “depoimentos” de personagens como um professor de História intolerante e uma assessora da Casa Branca.



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 **IRMÃOS**.



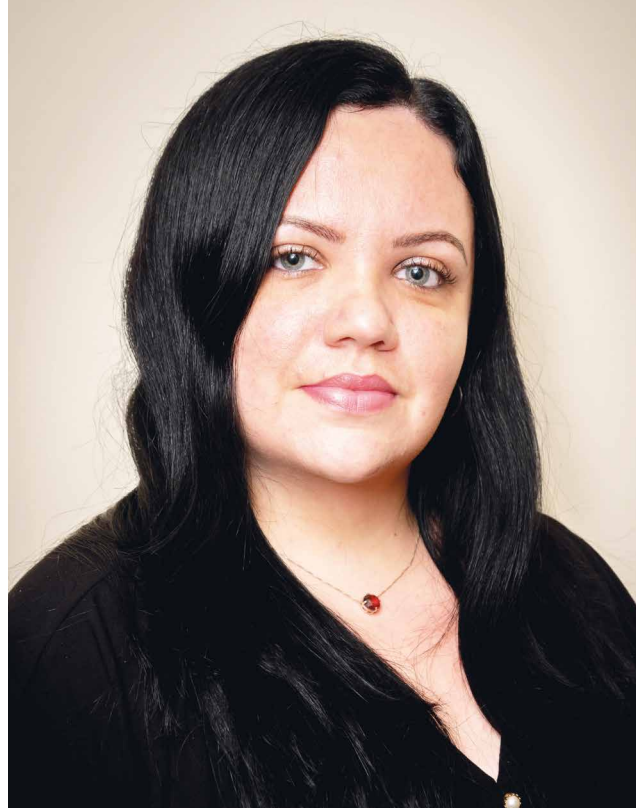
TEMA: **EQUIPE DO INCA**. Foto enviada por **Bernardo Calaça**, técnico de Enfermagem do CTI Pediátrico, com parte da equipe do setor.

ORGULHO DE SER INCA

Érica Siqueira Tavares
Secretária Executiva da COENS

Érica Siqueira Tavares ingressou no INCA como prestadora de serviço em 2008 após concorrer à vaga de secretária da Área de Ensino Médico da Coordenação de Ensino (COENS). Graduada em Secretariado Executivo pela Universidade Estácio de Sá em 2007, ela permaneceu no setor por dez anos. Hoje a profissional atua como secretária executiva da COENS. Segundo o coordenador de Ensino do Instituto, Gustavo Mello, Érica “é a personificação de como um funcionário pode ser e fazer a diferença em uma instituição, e a cada ano melhor!”

“Tenho muito orgulho em fazer parte do INCA há 13 anos. Tenho orgulho do Instituto como um todo, mas, em especial, da COENS, setor pelo qual guardo enorme carinho. Sinto uma profunda admiração pelos profissionais que se dedicam a promover o ensino, estimulando a disseminação do conhecimento na área da oncologia. A cada turma de profissionais que se forma, temos o sentimento de dever cumprido e iniciamos o ciclo novamente, sempre em busca de aprimorar e evoluir. Sinto-me como um elo entre as áreas da Coordenação, a pessoa que facilita a comunicação, e procuro integrar as equipes de trabalho de forma alegre e acolhedora. Ganhei muitos amigos aqui, cresci como profissional e, principalmente, como ser humano, com uma rotina de comprometimento e dedicação.”



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

O Dia Mundial da Saúde, criado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e comemorado em 7 de abril, é uma oportunidade para reforçar os cuidados que seguem essenciais neste momento da pandemia de Covid-19. Manter o distanciamento social, usar máscaras, higienizar as mãos constantemente e evitar espaços fechados e aglomerações protegem a sua saúde e a de todos de seu convívio.

Termina em 21 de maio o prazo para a realização da avaliação de desempenho individual (chefia), dos pares e da autoavaliação. O cronograma completo e outras informações sobre o procedimento estão disponíveis na Intranet, em Gestão de Pessoas/Desenvolvimento de Pessoas/Avaliação de Desempenho e Progressão/Informações sobre GDACT ou Informações sobre GDPST. Dúvidas podem ser encaminhadas para o *e-mail* avaliacao.desempenho@inca.gov.br.



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



PÁTRIA AMADA
BRASIL
GOVERNO FEDERAL