

informe

INFORMATIVO INTERNO MENSAL DO INSTITUTO NACIONAL
DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA
ANO XXV | Nº400 | OUTUBRO 2020

INCA

Proteção o ano inteiro

Outubro Rosa incentiva cuidado constante com o corpo para prevenir e detectar precocemente o câncer de mama

Pág. 7



COM O TELEATENDIMENTO, UNIDADES DO INCA GARANTEM ACOLHIMENTO DOS PACIENTES DURANTE A PANDEMIA

Pág. 3

A campanha Outubro Rosa 2020, com o mote Cuidado com as mamas, carinho com seu corpo, promovida pelo INCA e pelo Ministério da Saúde, deu origem a diversas ações para estimular a prevenção e a detecção precoce do câncer de mama, o segundo tipo mais comum da doença entre as brasileiras. A reportagem da página 7 conta os principais destaques da mobilização, como a palestra virtual Câncer de mama: o que toda mulher precisa saber; o material de divulgação, que inclui cartazes, folhetos, banners e cards para impressão e utilização nas redes sociais; uma oficina virtual para jornalistas; e a exposição A mulher e o câncer de mama no Brasil.

Na página 3, saiba mais sobre o serviço de teleatendimento, adotado pelas unidades assistenciais do Instituto desde o início da pandemia de Covid-19, em março. Consultas de forma remota, monitoramento a distância e a comunicação por telefone de orientações a familiares e cuidadores de pacientes são algumas das medidas em funcionamento para evitar deslocamentos desnecessários, reduzir a circulação de pessoas nos hospitais e garantir a continuidade do tratamento.

Conheça também, na página 5, o novo mestrado profissional que será oferecido pelo INCA a partir de 2021: o Programa de Pós-graduação Stricto Sensu em Saúde Coletiva e Controle do Câncer (PPGCAN). No curso, que terá inscrições abertas em breve e tem previsão de início em março, serão disponibilizadas duas linhas de pesquisa: Prevenção, Vigilância e Controle de Câncer e Políticas, Programas e Gestão no Controle do Câncer.

Leia, ainda, na página 10, sobre a parceria do INCA e da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp) selecionada para financiamento da Chan Zuckerberg Initiative (CZI) - entidade criada por Mark Zuckerberg, fundador do Facebook, e sua mulher, a pediatra Priscilla Chan. O estudo investiga os processos inflamatórios que ocorrem nos tecidos adiposos de pessoas obesas, que são mais propensas a doenças crônicas, como diabetes e câncer.



O INCAvoluntário está retomando atividades que foram interrompidas total ou parcialmente na pandemia.

A Central de Recebimento de Doações, que estava em horário reduzido desde março, voltou ao funcionamento normal no início de setembro, de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h. Além disso, desde julho, o núcleo da área no HC II foi reativado, com expediente parcial, das 9h às 13h. Por ora, a Central de Atendimento ao Paciente (na Rua do Rezende) e o núcleo no HC IV mantêm a rotina com horário reduzido de segunda a sexta, das 9h às 15h. “Estamos trabalhando para o reinício total das nossas atividades. Sabemos o quanto elas são importantes para os pacientes do Instituto e seus acompanhantes”, disse a supervisora do INCAvoluntário, Angélica Nasser.

Profissionais que precisem alterar seus dados bancários para a definição de uma nova conta salário (exclusiva para remuneração) ou conta-corrente (para recebimento de diárias, passagens e outros pagamentos) devem fazer o requerimento pelo Sistema de Gestão de Pessoas (Sigepe). Um manual com o passo a passo do preenchimento está disponível na Intranet, em Gestão de Pessoas/Administração de Pessoal/Pagamento/Alteração de dados bancários. Mais informações podem ser obtidas no ramal 5800 ou pelo e-mail pagamento.servidor@inca.gov.br.

Reforma Tributária e as Iniquidades do Tabagismo foi o tema do webinar realizado pela The International Union against Tuberculosis and Lung Disease (The Union) no dia 25 de setembro, com o apoio da Secretaria Executiva da Comissão Nacional para Implementação da Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco e de seus Protocolos (Conicq) e do Conselho Nacional de Secretários de Saúde (Conass). O evento teve mediação da secretária executiva da Conicq, Tânia Cavalcante, e participação do ex-ministro da Saúde José Gomes Temporão; do economista do Instituto Fiscal Independente do Senado Federal José Roberto Rodrigues Afonso; e do deputado federal Dr. Luizinho. O seminário pode ser assistido no link <https://youtu.be/LMMSJoUVWxA>.

informe INCA

Ano XXIV | Nº400 | OUTUBRO 2020
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: 4.500 exemplares. **Edição:** Fernanda Rena. **Redação e reportagem:** Giselle de Almeida e Daniel Gonçalves (Agência Comunicar). **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, Carolina Souza, Daniella Daher, Elaine Oliveira, Eliana Pegorim, Gustavo Furtado, 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 Comunicar). **Diagramação e prod. gráfica:** Joaquim Olímpio e Layanne Costa (Agência Comunicar). **Impressão:** WalPrint. **Fotografia:** Tatiana Freitas (Agência Comunicar). **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); Jaqueline Pimentel (Assessoria de Relacionamento); Mauro Carneiro (Engenharia).

Unidades investem no teleatendimento para garantir continuidade do cuidado

Para dar acolhimento aos pacientes e garantir a continuidade do cuidado durante o período da pandemia de Covid-19, as unidades hospitalares do INCA adotaram, desde março, o teleatendimento. O objetivo é reduzir a circulação de pessoas nas dependências da instituição e, consequentemente, os riscos de contaminação, sem comprometer a qualidade do tratamento.

No HC II, a Fisioterapia, a Nutrição, a Psicologia e o Serviço Social oferecem consultas de maneira remota. Desde outubro, a Oncologia Clínica também aderiu ao procedimento para as pacientes de câncer de colo uterino que fazem quimioterapia e radioterapia concomitantes. Já a Ginecologia Oncológica faz uma triagem telefônica para avaliar quem realmente precisa comparecer às consultas presenciais.

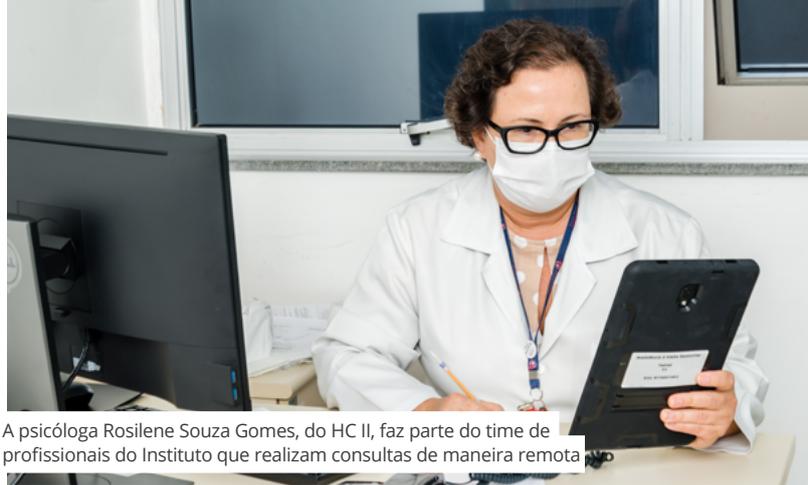
Segundo Priscila Helena Marietto Figueira, chefe da Divisão Técnico-Assistencial e diretora substituta da unidade, a aceitação tem sido muito boa, tanto por profissionais quanto pelos usuários. “Os pacientes ganharam um pouco mais de conforto por não ser necessário tanto deslocamento”, explicou.

As equipes de Nutrição, Fisioterapia e Psicologia do HC III também realizam consultas a distância, mantendo a adesão das pacientes ao tratamento. “Diante das dificuldades financeiras vivenciadas pelas famílias durante a pandemia, por meio do teleatendimento, as assistentes sociais do HC III puderam garantir acolhimento, orientação e a manutenção de benefícios, como as cestas básicas, às nossas pacientes”, destacou a chefe da Divisão Técnico-Assistencial da unidade, Maria Fernanda Barbosa.

Após a alta, as pacientes submetidas a cirurgia recebem, por teleconsulta, todas as orientações e encaminhamentos às outras especialidades para dar continuidade ao tratamento. “O mastologista faz o atendimento remoto e, se houver necessidade, a consulta presencial é marcada”, disse a chefe da Divisão Médica e diretora substituta da unidade, Patrícia Jucá, acrescentando que o processo tem sido avaliado como muito eficaz e que as pacientes estão satisfeitas.

Ferramenta de monitoramento

A estratégia de teleatendimento também é usada no HC IV, nos processos assistenciais do ambulatório e na Assistência Domiciliar, por meio de busca ativa com



A psicóloga Rosilene Souza Gomes, do HC II, faz parte do time de profissionais do Instituto que realizam consultas de maneira remota.

telemonitoramento realizado por médico/enfermeiro, em que se averiguam as intercorrências, sinais de agravamento clínico ou situações que indiquem a necessidade de consulta presencial ou mesmo de internação.

Se, nessa teleconsulta, for identificado que os sintomas estão controlados ou são passíveis de ajustes medicamentosos, o cuidador é orientado a comparecer à unidade para retirada dos medicamentos e materiais necessários. Caso contrário, é definida a antecipação de uma consulta presencial ou visita de avaliação no domicílio, para pacientes acompanhados nessa modalidade, ou o comparecimento para avaliação emergencial no Serviço de Pronto Atendimento (SPA).

Além disso, a equipe multiprofissional da unidade (Fisioterapia, Nutrição, Psicologia e Serviço Social) utiliza o recurso sob demanda. De acordo com a diretora do HC IV, Renata Freitas, o teleatendimento “veio como uma boa possibilidade de mantermos a assistência e o bom controle de sintomas dos nossos pacientes e evitarmos riscos adicionais com as vindas regulares às consultas presenciais”.

Na Pediatria do HC I, foi necessário priorizar o atendimento presencial em crianças e adolescentes com câncer em tratamento ativo. Uma forma de garantir a continuidade da assistência a todos os pacientes foi disponibilizar um número de celular com WhatsApp, divulgado em folhetos explicativos sobre a Covid-19 distribuídos no ambulatório. “Dessa forma, foi possível oferecer consultas médicas a distância. Desde então, foram cerca de 500 atendimentos de forma remota”, afirmou Sima Ferman, chefe da Seção de Oncologia Pediátrica.

A pediatra Maria Ourinda Cunha, responsável pelo teleatendimento no setor, contou que as famílias de crianças em tratamento ativo tinham medo de levar os filhos ao hospital. “Era importante analisar cada mensagem e solicitar esclarecimentos para encaminhar de forma adequada os casos que deveriam vir para a emergência, além de orientar equipes médicas de outras cidades sobre qual seria a melhor conduta em relação aos nossos pacientes”, ressaltou.

Segundo Sima, o aumento da comunicação entre equipe e familiares trouxe maior segurança para os pacientes: “O procedimento deverá ser incorporado na rotina como um ‘novo normal’, já que pode ser mais uma estratégia para melhorar a aderência ao tratamento”.

INCA recebe novo acelerador linear do Ministério da Saúde

O Ministério da Saúde doou para o INCA um novo acelerador linear, equipamento utilizado no serviço de radioterapia, que tem capacidade para atender 60 novos pacientes por mês. O aparelho, um Linac 2300CX, foi instalado em setembro e substituiu o modelo até então em uso no Instituto, que já estava obsoleto.

“O novo acelerador deverá entrar em funcionamento até dezembro”, conta o coordenador de Assistência do INCA, Gelcio Mendes. Para se ter uma ideia da complexidade da instalação da máquina, “apenas a peça principal pesa sete toneladas”.

A doação foi feita no âmbito do Plano de Expansão da Radioterapia no Sistema Único de Saúde (PER/SUS), criado em 2017. A iniciativa tem como principal objetivo ampliar e criar novos serviços de radioterapia em



hospitais habilitados no SUS visando à otimização da assistência a pacientes oncológicos.

O acelerador linear utiliza raios X de alta energia aplicados sobre o tumor a fim de destruir células cancerígenas e, com sua tecnologia, preserva o máximo de tecidos saudáveis ao redor. O equipamento é o mais usado em tratamentos de radiação de feixe externo para limitar os efeitos colaterais do procedimento.

ASSISTÊNCIA

Instituto incentiva pacientes a manter vacinação em dia

Incentivar a regularização da vacinação dos pacientes oncológicos é uma iniciativa constante do INCA. Quem é atendido nas unidades assistenciais do Instituto recebe a orientação dos profissionais de saúde. Caso necessário, é feito o encaminhamento para centros especializados, para as devidas imunizações.

Segundo a chefe da Seção de Controle de Infecção do HC I, Marianne Garrido, a abordagem deve ocorrer na primeira consulta médica ambulatorial. “Mesmo que não resulte na vacinação completa, o vínculo é criado para que o esquema se complete em momento oportuno. Muitas doenças bacterianas e virais podem ser evitadas pela vacinação, que deve ser incentivada, sobretudo, em pacientes oncológicos”, explicou.



Nos Centros de Referência para Imunobiológicos Especiais (CRIES), que atualmente funcionam na Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) e no Hospital Rocha Maia, o paciente encaminhado pelo INCA é avaliado de acordo com sua doença de base e o tratamento que está realizando, para que o cronograma de imunização seja montado da maneira mais adequada a cada caso.

“Algumas vacinas, como as da febre amarela, tríplice viral e varicela, não devem ser administradas em pacientes ainda sob imunossupressão [em tratamento de quimioterapia ou com a saúde fragilizada]. Esse é um dos aspectos considerados nesses centros de vacinação”, afirmou Marianne.



Parte dos 12 docentes permanentes do INCA lotados nas áreas de Ensino, Prevenção, Assistência e Pesquisa

Pós-Graduação em Saúde Coletiva e Controle do Câncer tem início em 2021

O INCA vai iniciar um novo mestrado profissional em 2021: o Programa de Pós-graduação *Stricto Sensu* em Saúde Coletiva e Controle do Câncer (PPGCAN). Reconhecido por meio da portaria nº 540, de 15 de junho de 2020, do Ministério da Educação, o novo curso terá inscrições abertas em breve. O edital deve ser publicado até o fim deste ano, e o começo das aulas está previsto para março.

“Serão oferecidas duas linhas de pesquisa específicas: *Prevenção, Vigilância e Controle de Câncer e Políticas, Programas e Gestão no Controle do Câncer*. A duração do curso será de dois anos, com atividades presenciais às segundas-feiras. Serão abertas 25 vagas para a primeira turma”, conta Luiz Claudio Santos Thuler, pesquisador e coordenador do PPGCAN.

O público-alvo do programa é composto por profissionais de saúde e áreas afins com vínculo empregatício - preferencialmente em instituições próprias do Sistema Único de Saúde (SUS) ou credenciadas -, que desenvolvam atividades voltadas para o controle do câncer nas áreas de pesquisa,

ensino, assistência, desenvolvimento técnico-científico e gestão.

Currículo estimula profissionais críticos

A ideia do novo curso foi levada à Direção-Geral pela primeira vez em 2010. A iniciativa foi retomada sete anos depois, com a atuação de um novo grupo de trabalho sob a coordenação de Thuler. A proposta foi apresentada à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes) por dois anos seguidos e conseguiu a recomendação do Conselho Técnico-Científico da Educação Superior da instituição em novembro de 2019.

O PPGCAN é constituído por 12 docentes permanentes lotados no Instituto, nas áreas de Ensino, Prevenção, Assistência e Pesquisa. “O currículo do curso estimula que os alunos adotem uma atitude crítica, reflexiva, científica, racional e ética. O INCA dá mais um importante passo na consolidação de sua missão no controle do câncer no Brasil. Como servidor, sinto-me honrado em participar ativamente na construção deste Programa”, afirmou Thuler.

Exposição ao benzeno aumenta chances de câncer em trabalhadores de postos de combustível

Os funcionários de postos de combustível podem sofrer danos no DNA e têm mais chance do desenvolvimento de leucemia e câncer de pulmão do que o restante da população que não tem contato com o benzeno no ambiente de trabalho. A principal fonte de exposição ocupacional à substância ocorre pela evaporação da gasolina. Os dados que mostram danos à saúde de frentistas e trabalhadores das lojas de conveniência dentro de postos constam de estudo divulgado no dia 6 de outubro, no webinar *Conversas com o INCA: exposição ocupacional ao benzeno*.

O projeto *Avaliação dos efeitos tóxicos do benzeno na saúde dos trabalhadores dos postos de combustível do Rio de Janeiro* foi realizado de 2014 a 2019. Foram comparados os exames de 324 funcionários de 22 postos das zonas Sul e central da capital fluminense - que têm contato ocupacional e ambiental com a substância - com os de 218 trabalhadores do INCA e da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (Unirio) - que não têm contato ocupacional com o agente químico.

Nos trabalhadores expostos, foram observadas alterações hematológicas e bioquímicas. Eles apresentaram o dobro de ácidos metil-hipúrico, hipúrico, trans-trans-mucônico e fenilmercaptúrico, além de metabólitos de solventes como tolueno, xileno e benzeno em comparação ao segundo grupo. Os funcionários dos postos também tinham oito vezes mais células alteradas e lesionadas.

Uma das substâncias tóxicas mais comuns nos processos industriais do mundo, o benzeno está presente na atmosfera das áreas urbanas e rurais e é considerado cancerígeno pela Agência Internacional de Pesquisa em Câncer desde os anos 1970. A exposição humana ocorre principalmente pela inalação, mas também por contato dérmico ou mesmo por via oral.

Inalação afeta outros funcionários

O projeto foi coordenado pela toxicologista Marcia Sarpa e as coletas e análises das informações foram feitas por ela em parceria com as também toxicologistas Bárbara Geraldino e Kátia Poça, da Área Técnica Ambiente, Trabalho e Câncer da Coordenação de Prevenção e Vigilância (CONPREV/INCA). Uma das conclusões do estudo é que trabalhadores de postos em ruas estreitas e com menos circulação de ar (zona central) são mais expostos ao benzeno do que aqueles que atuam em postos perto do mar e em áreas verdes (zona sul).



Foram debatidas no evento a evolução da legislação e a fiscalização em ambientes contaminados com benzeno, um problema de abrangência nacional

Além dos frentistas, a pesquisa também examinou os trabalhadores das lojas de conveniência, que só têm exposição inalatória ao benzeno, e observou que as células lesionadas eram 3,8% vezes mais frequentes que as do grupo de controle. Por meio de autodeclarações, foram registrados problemas de saúde respiratórios (25,5% entre os funcionários das lojas de conveniência e 21% nos frentistas) e oftalmológicos (31,5% e 32,9%, respectivamente). Metade dos lojistas afirmaram sofrer de sonolência e 48,2%, de cefaleia. Entre os frentistas, a porcentagem é de 42,5% e 32,2% para os mesmos problemas.

Marcia lembrou que os trabalhadores dos postos são expostos a diversas situações nocivas para a saúde: “É errado o uso de panos e flanelas pelos frentistas, pois os tecidos ficam molhados com combustíveis e em contato com a pele dos frentistas. O uniforme deve ser trocado durante o turno sempre que estiver molhado com combustíveis”.

Foi apresentado no encontro virtual outro estudo sobre o impacto da exposição ao benzeno, conduzido pela professora Solange Cristina Garcia, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Dos 185 funcionários analisados na região, 31% tinham alta concentração de ácido trans-trans-mucônico nas amostras de urina, além de várias alterações no hemograma, como aumento de 12% nos leucócitos totais e danos protéicos.

Na abertura do webinar, o diretor-geral substituto do INCA, Gelson Mendes, afirmou que a prevenção do câncer relacionado ao trabalho é possível “por meio da implementação de programas que visam à redução ou eliminação da exposição dos agentes cancerígenos”.

Responsável pela Área Técnica Ambiente, Trabalho e Câncer da Coordenação de Prevenção e Vigilância, a epidemiologista Ubirani Otero, que investiga os efeitos nocivos do benzeno desde 2007, destacou que a vigilância da doença relacionada ao trabalho deve ser conduzida em relação ao câncer propriamente dito e aos trabalhadores expostos a agentes cancerígenos. “É importante desenvolver pesquisas com foco nesse grupo de trabalhadores ocupacionalmente expostos ao benzeno, agente reconhecidamente cancerígeno para seres humanos”, pontuou.

O evento promoveu, ainda, debates sobre a evolução da legislação e a fiscalização em ambientes contaminados com benzeno, um problema de abrangência nacional. De acordo com a Agência Nacional do Petróleo, Gás Natural e Biocombustíveis (ANP), o Brasil tem 40.544 mil postos. No Rio são 2.107.

DATAS COMEMORATIVAS

Outubro Rosa estimula cuidado constante com o corpo na prevenção ao câncer de mama

Cuidado com as mamas, carinho com seu corpo.

Conheça os sinais e sintomas suspeitos do câncer de mama:

- Carço (nódulo), geralmente endurecido, fixo e indolor.
- Alterações na pele ou no bico do peito (mamilo).
- Saída espontânea de líquido do mamilo.
- Pequenos caroços no pescoço ou axilas.

Em caso de alterações suspeitas nas mamas, procure uma Unidade de Saúde e siga os cuidados para a prevenção da Covid-19.

Peça de divulgação da campanha destaca sinais suspeitos que merecem atenção das mulheres

INCA SUS+ INSTITUTO INCA PÁTRIA AMADA BRASIL

Cuidado com as mamas, carinho com seu corpo é o mote da campanha Outubro Rosa 2020, promovida pelo INCA e pelo Ministério da Saúde (MS) para estimular a prevenção e a detecção precoce do câncer de mama - tipo da doença que mais acomete brasileiras, depois do câncer de pele, representando quase 30% de todos os cânceres em mulheres. Este ano, a principal ação do Instituto na celebração da data foi a palestra virtual *Câncer de mama: o que toda mulher precisa saber*, transmitida em 14 de outubro, no canal do INCA no YouTube e no Facebook da rádio JB FM.

No encontro, a sanitarista Mônica de Assis, da Divisão de Detecção Precoce e Apoio à Organização de Rede, reforçou a importância de a mulher conhecer as alterações suspeitas na mama e procurar avaliação médica sem atraso. Ela também explicou que a faixa etária recomendada para a mamografia de rastreamento (exame de rotina em mulheres sem sinais e sintomas da doença) é a de 50 a 69 anos.

O INCA forneceu subsídios para a elaboração da campanha por meio de nota técnica, que incluiu orientações sobre detecção precoce em tempos de coronavírus. O Instituto também aprovou o material de divulgação, lançado pelo ministério em evento no dia 7 de outubro: cartazes, folhetos, banners e cards para impressão e utilização nas redes sociais ao longo do ano inteiro, já que o cuidado com as mamas deve ser permanente. Para os profissionais do INCA, os conteúdos foram divulgados por meio de Postmaster, fundo de tela e Intranet.

Hábitos saudáveis e atenção a mudanças

A mobilização do Outubro Rosa incentiva as mulheres a terem bons hábitos como forma de proteção contra o câncer de mama. Manter o peso corporal saudável, praticar atividades físicas com regularidade e evitar bebidas alcoólicas são medidas importantes, que podem reduzir quase 30% dos casos novos da doença. A amamentação também é um fator que reduz as chances de desenvolvimento do tumor.

Outro aspecto evidenciado pela campanha é a importância de ficar atenta a alterações suspeitas nas mamas

e procurar uma unidade de saúde ao serem detectadas mudanças. Os principais sinais suspeitos são nódulo (carço) fixo e, geralmente, indolor; mudança na posição ou formato do mamilo; vermelhidão, retração ou aparência de casca de laranja na pele do seio; saída espontânea de líquido pelo mamilo; e caroços no pescoço ou axilas.

Diversos agentes estão relacionados ao desenvolvimento da doença: envelhecimento, fatores relacionados à vida reprodutiva da mulher, histórico familiar de câncer de mama, consumo de álcool, excesso de peso, atividade física insuficiente e exposição à radiação ionizante.

Oficina para a imprensa

A fim de contribuir para a disseminação correta de informações para a população sobre o câncer de mama, o INCA também ofereceu uma oficina virtual para jornalistas, no dia 29 de setembro. Uma informação equivocada comumente reproduzida em reportagens de veículos de comunicação é a recomendação da mamografia anual para mulheres a partir dos 40 anos.

No evento, Arn Migowski e Mônica de Assis, da Divisão de Detecção Precoce, explicaram que o exame é indicado para mulheres de 50 a 69 anos com periodicidade bial. Adotada na maioria dos países que implantaram o rastreamento organizado do câncer de mama, essa rotina se baseia na evidência científica do benefício dessa estratégia na redução da mortalidade nesse grupo.

Exposição

Como parte das ações comemorativas ao Outubro Rosa, o INCA também organizou com parceiros a veiculação da exposição *A mulher e o câncer de mama no Brasil*. O Serviço Social do Comércio (Sesc), a rádio JB FM e o Metrô Rio divulgaram a mostra de forma digital em seus sites. Em versão impressa, a exposição foi exibida na estação Taquara do BRT, onde circulam diariamente cerca de 7 mil pessoas.

+ **MAIS NA INTERNET:** A palestra *Câncer de mama: o que toda mulher precisa saber* está disponível no canal do INCA no YouTube (www.youtube.com/tvinca)

Praticar atividade física evita diferentes tipos de câncer

Atividades físicas previnem o câncer de mama, intestino (côlon) e endométrio. É o que aponta o Terceiro Sumário de Especialistas do Fundo Mundial de Pesquisa em Câncer (WCRF, na sigla em inglês) e do Instituto Americano para Pesquisa em Câncer (AICR, na sigla em inglês), documento que ganhou, em outubro, versão traduzida e adaptada pelo INCA. A informação foi compartilhada no evento virtual *Conversas com o INCA: atividade física e prevenção de câncer*, conduzido por Fabio Carvalho, profissional de Educação Física da Área Técnica de Alimentação, Nutrição, Atividade Física e Câncer, no dia 21 de setembro.

No encontro, o palestrante destacou que existem evidências de que a prática também evita outros tipos da doença, como o câncer de bexiga, de esôfago, rins e estômago. “É importante que a população reconheça que a atividade física previne o câncer, a segunda maior causa de mortes no Brasil. Uma das principais formas de evitar

a doença é ter uma alimentação saudável, ser fisicamente ativo e manter o peso corporal adequado”, ressaltou.

Segundo Fabio, o INCA está realizando um estudo próprio sobre o tema, em parceria com a Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde (SBAFS) e a Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica (SBOC). O posicionamento será publicado em 2021. Outro importante estímulo para a divulgação do assunto é o Guia de Atividade Física para a População Brasileira, resultado de uma parceria entre o Ministério da Saúde e diversos pesquisadores, com lançamento previsto para este ano.

A recomendação da Organização Mundial da Saúde é fazer 150 minutos semanais de atividade física moderada ou 75 minutos de intensidade vigorosa ou uma combinação delas. Para a prevenção do câncer, reforça o educador físico, as evidências, em geral, se referem à atividade aeróbica. “Se a pessoa optar por exercícios ao ar livre, é importante o uso do protetor solar e máscara”, orientou.



Fabio Carvalho lembrou que a doença é a segunda maior causa de mortes no Brasil

HUMANIZAÇÃO

INCAvoluntário retoma Ateliê de Artes e Ofícios de forma virtual

Uma aula virtual de crochê e tricô marcou o reinício gradual dos cursos do Ateliê de Artes e Ofícios, que são promovidos pelo INCAvoluntário e foram temporariamente suspensos em razão da pandemia de Covid-19. Pelo WhatsApp, a professora Lúcia Cristina de Abreu Guimarães ensinou a confeccionar uma bolsa em crochê com fio de malha, no primeiro encontro, dia 14 de setembro. Em outubro, foram retomados também os cursos de inglês e de artesanato livre.

“Estou com cinco alunas e todas são muito empenhadas. Com o INCAvoluntário, os pacientes têm um suporte que ultrapassa o ambiente hospitalar. Eles se sentem acolhidos e cuidados”, afirmou Lúcia. Os treinamentos ocorrem sempre às segundas-feiras, das 14h30 às 16h30, até o mês de dezembro.

A professora, de 61 anos, decidiu ser voluntária após passar alguns meses como acompanhante do irmão e do marido, já falecidos, que se submeteram ao tratamento de



Turma de crochê e tricô voltou a se reunir com aula pelo WhatsApp

câncer de pulmão no Instituto. “Eu observava o trabalho dos voluntários e achava muito importante para os pacientes e acompanhantes”, lembrou Lúcia, sobre a experiência que viveu há cerca de cinco anos.

Hoje, o ensinamento dela é um incentivo para a paciente Marisa Lins, de 66 anos. “Senti muita saudade. As aulas nos ajudam na autoestima, a manter a mente ativa e também no lado financeiro, com a venda do que produzimos. Na pandemia, eu parei com as vendas, mas agora vou retomar”, contou.

Aimé Dias, de 70 anos, também comemorou o retorno do curso: “É uma troca de conhecimento e de afeto. E faz falta. As peças que faço, costumo dar de presente aos amigos e familiares. No início da pandemia, fiquei em depressão. No ateliê, a gente preenche o tempo de maneira saudável, é um local de calor humano, compreensão e solidariedade”.

HC IV publica artigos sobre cuidados paliativos na pandemia



Eliza Fortunato, Andrea Dias, Renata Freitas e Lívia Oliveira fazem parte do grupo que assina artigo publicado internacionalmente

O conhecimento obtido com a prática clínica no atendimento de cuidados paliativos aos pacientes com Covid-19 foi transformado em produção científica pelos profissionais do HC IV. Pesquisadores da unidade produziram diversos artigos sobre o tema, publicados no *American Journal of Hospice & Palliative Medicine* e na *Revista Brasileira de Cancerologia (RBC)*.

O conteúdo começou a ser elaborado antes mesmo de o HC IV receber seu primeiro paciente confirmado de Covid-19, em 1º de abril. O documento divulgado pelo Serviço Médico da unidade em 24 de março, com as mudanças adotadas para o atendimento médico seguro, serviu de base para a primeira publicação na *RBC*. Ao longo de meses de dedicação e mobilização da equipe para implementar medidas emergenciais, a avaliação do plano de contingência resultou em diferentes artigos que abordaram, entre outros assuntos, orientações sobre assistência nutricional e atendimento fisioterapêutico ao paciente no contexto da pandemia.

A avaliação dos padrões adotados para identificar possíveis casos de Covid-19 foi o tema da publicação internacional. Ser criterioso nessa avaliação tem duas finalidades principais: não afastar a possibilidade de os

pacientes sintomáticos do ponto de vista ventilatório, em decorrência da progressão do câncer, serem acompanhados pelas famílias; e não incorrer no erro de internar pessoas potencialmente infectadas pelo novo coronavírus em andares de pacientes com risco adicional para agravamento, caso sejam contaminados.

“Em um contexto de cuidados paliativos, câncer avançado e alta letalidade, estar internado com suspeita de Covid-19 significa estar longe da família e, por vezes, morrer sozinho. Da mesma forma, negligenciar a suspeita significa expor outros pacientes e profissionais a risco de infecção intra-hospitalar”, afirma a chefe do Serviço Médico da unidade, Simone Garruth.

Durante o período estudado, 327 pacientes foram admitidos no Serviço de Emergência. Desses, 69 (21%) foram considerados suspeitos, dos quais 34 (49%) tiveram diagnóstico confirmado de Covid-19. A sensibilidade do critério clínico para identificar casos suspeitos foi de 87% e a especificidade (capacidade de evitar falsos positivos), 88%.

Integração de assistência e pesquisa

Para Renata Freitas, diretora do HC IV, a divulgação dos artigos reforça o papel do INCA no avanço em conhecimento científico na área de cancerologia e na promoção de ações integradas em assistência, ensino e pesquisa.

“Essas publicações trazem resultados importantes que atestam a efetividade dos fluxos alinhados para o enfrentamento da pandemia. O objetivo era ter o menor impacto possível nas atividades assistenciais e na segurança dos profissionais de saúde e dos nossos pacientes, população sabidamente vulnerável à infecção. Isso ratifica o posicionamento do HC IV, que é uma unidade de cuidados paliativos 100 % SUS [Sistema Único de Saúde], com grande importância na assistência aos pacientes oncológicos do estado do Rio de Janeiro”, afirma.



Ernani Mendes, Karla Santos, Simone Garruth e Renata Freitas são os autores principais dos trabalhos divulgados na *RBC*

Projeto do INCA e da Unicamp é selecionado para financiamento internacional

Uma parceria do INCA e da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp) está entre os 29 projetos selecionados em todo o mundo para financiamento da Chan Zuckerberg Initiative (CZI) - entidade criada por Mark Zuckerberg, fundador do Facebook, e sua mulher, a pediatra Priscilla Chan, que incentiva a ciência e ações educacionais e filantrópicas. Contemplado na chamada *Single-Cell Analysis of Inflammation*, o estudo, coordenado pelos pesquisadores Mariana Boroni, do INCA, e Marcelo Mori e Pedro Moraes-Vieira, do Instituto de Biologia da Unicamp, foi o único representante da América Latina na lista.

Os autores propõem uma investigação dos processos inflamatórios que ocorrem nos tecidos adiposos de pessoas obesas, que são mais propensas a doenças crônicas, como diabetes e câncer. “O nosso grupo de Bioinformática



Mariana Boroni integra grupo de autores do estudo, escolhido com outros 28 em todo o mundo

e Biologia Computacional do INCA terá um papel extremamente importante nesse projeto associado à análise de um grande volume de dados que serão gerados por meio do sequenciamento de RNA de células únicas”, explica Mariana.

Segundo a pesquisadora, a tecnologia de sequenciamento de células únicas ainda é pouco utilizada no Brasil, “pois requer alto investimento de recursos, além de conhecimentos específicos para a análise de dados”. A CZI concede suporte financeiro de aproximadamente US\$ 175 mil para cada um dos pesquisadores, totalizando US\$ 525 mil para o grupo escolhido.

“Nós também teremos a oportunidade de participar do projeto chamado *Human Cell Atlas*, de grande alcance internacional e uma iniciativa extremamente importante no cenário científico atual da biologia celular”, comemora.

HUMANIZAÇÃO

DISAT coordena grupo de acolhimento psicológico *on-line*

Uma rede de apoio solidário que se iniciou na época de pandemia. Assim é o grupo de acolhimento criado pela equipe de psicologia da Divisão de Saúde do Trabalhador (DISAT), que promove encontros *on-line* com duração de uma hora e meia, toda quinta-feira, às 14h, pela plataforma Zoom.

Organizado pelas psicólogas da DISAT Liana Fonseca e Ilse Pietz, o serviço começou em julho e conta com 25 inscritos, mas ainda aceita novos participantes. Basta enviar email para liana.fonseca@inca.gov.br ou ipietz@inca.gov.br ou mensagem para o WhatsApp (21) 987763-1418, informando nome, cargo/função e unidade.

“Conseguimos juntar profissionais de diversas unidades, que jamais se encontrariam se esse trabalho de



grupo fosse presencial. Tem sido uma rica oportunidade de troca e fortalecimento de redes solidárias entre trabalhadores. Todos se sentem apoiados uns pelos outros”, afirmou Liana.

Para a participante Beatriz Jardim, tecnóloga da Divisão de Detecção Precoce e Apoio à Organização de Rede da Coordenação de Prevenção e Vigilância (CONPREV), a iniciativa contribui para a manutenção da saúde emocional da força de trabalho durante a pandemia.

“Perdi uma pessoa muito querida, o meu sogro, vítima de Covid-19. Isso desestruturou a minha família. No grupo, tive a oportunidade de ser amparada e ouvir outras experiências, o que me ajudou a manter um equilíbrio na minha vida pessoal e profissional. Eu só tenho a agradecer”, disse.

Animais e coronavírus: cuidados que devem ser tomados com os pets



Donos de pets podem ficar tranquilos: nenhum relatório oficial publicado sugere que animais de estimação sejam fonte de infecção da Covid-19 para seres humanos. É o que garante o veterinário Paulo Abilio Varella Lisboa, pesquisador do Instituto de Comunicação e Informação em Saúde, da Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz).

O especialista lembra que há menos de 25 relatos em todo o mundo de cães e gatos infectados - nenhum deles no Brasil. “Considerando que a população mundial de cães e gatos está em torno de 2 bilhões, o número de animais infectados representa menos de 0,001% do total”, explica Lisboa.

Até o momento, não há estudos que mostrem a permanência do novo coronavírus na pele ou nos pelos de cães e gatos. O convívio com os bichos, no entanto, requer cuidados de higiene básicos, depois de eles circularem por

áreas possivelmente contaminadas - mesmo sem pandemia. Basta higienizar as patas e o focinho do animal com água e sabão neutro em um pano umedecido.

Segundo Lisboa, também não há relatos, estudos ou pesquisas que provem haver risco de contaminação por outros pets, como papagaios, canários, periquitos, calopsitas e hamsters, ou mesmo animais de produção, como vacas, cavalos, cabras, patos e porcos.

Ter bichos por perto, ao contrário, pode ser muito benéfico para reduzir a ansiedade e proporcionar bem-estar, especialmente em época de isolamento. “Pessoas felizes têm menos estresse e melhor escore imunológico, sendo, naturalmente, menos suscetíveis a doenças”, aponta o veterinário.

Com informações da Fiocruz e da Folha de S. Paulo.



DICA DE BEM-ESTAR

A cada edição selecionamos dicas para nossos leitores passarem bem por esse momento. Quer contribuir? Envie sua dica para informeinca@inca.gov.br. Participe!

Dormir bem é fundamental para ter uma rotina saudável e proveitosa. Se você deseja aumentar sua disposição, vale a pena investir na melhora da qualidade do sono. Isso pode começar com rituais simples: tome um banho quente e relaxante, deixe o quarto o mais escuro possível e evite a luz de telas de TV e celulares algumas horas antes de ir para a cama. Também é recomendado evitar cafeína e bebidas alcoólicas à noite.

Outro hábito que contribui para um dia a dia mais produtivo é acordar cedo. Quem ainda não tem esse costume pode ajustar o relógio biológico com um pouco de disciplina. Experimente levantar duas ou três horas mais cedo que o habitual, tomar café da manhã e fazer uma atividade física, além de passar a se deitar também mais cedo. O mais importante é prestar atenção ao próprio ritmo para promover as mudanças mais adequadas ao seu organismo e ao seu estilo de vida.



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 EQUIPES DO INCA.



TEMA: DIA DAS CRIANÇAS | Maria Vitória, de 7 anos, filha de Andrea Cassiano Freire, técnica de enfermagem do Ambulatório do Tórax no HC I.

ORGULHO DE SER INCA

Martín Bonamino
Pesquisador

O pesquisador Martín Bonamino começou sua relação com o INCA ainda na iniciação científica: seu trabalho de conclusão de curso de graduação em Ciências Biológicas/Modalidade Médica, pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), foi desenvolvido no Laboratório de Biologia Molecular do CEMO, em 1998. Após defender a tese de doutorado no Instituto de Bioquímica Médica da UFRJ, em 2004, Bonamino iniciou sua atividade de pesquisador no INCA primeiro como funcionário da Fundação Ary Frauzino (FAF), atual Fundação do Câncer, e, a partir de 2015, como concursado. Hoje na Coordenação de Pesquisa, ele lidera um grupo que trabalha no desenvolvimento de imunoterapias para o tratamento do câncer.

“Minha formação profissional está entrelaçada com minha atividade no INCA, que é uma instituição com muitas possibilidades. Um desafio histórico para a nossa área tem sido promover a aproximação da pesquisa com a prática do cuidado. Felizmente, temos avançado bastante nesse aspecto nos últimos anos. A possibilidade de levarmos contribuições científicas para ampliar as possibilidades de tratamento oferecidas pela assistência e de trazer perguntas importantes da fronteira assistencial para a pesquisa é o que tem nos motivado diariamente. Fazer parte de uma instituição que consegue atuar em todas as etapas do cuidado ao paciente com tanta qualidade, como é o caso do INCA, é realmente motivo de grande orgulho.”



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

Comemorado em 27 de novembro, o Dia Nacional de Combate ao Câncer conta com estratégias de comunicação e mobilização social desenvolvidas anualmente pelo INCA e pelo Ministério da Saúde. A data foi criada em 1988, com o objetivo de ampliar o conhecimento sobre a doença e divulgar as principais formas de prevenção que podem ser adotadas pela população brasileira.

Estão abertas até 30 de novembro as inscrições do processo seletivo para ingresso nos cursos de aperfeiçoamento nos moldes fellow, nas áreas médica e de enfermagem. O treinamento tem carga horária de 40 ou 60 horas semanais, de acordo com a formação pretendida. As inscrições devem ser feitas no site do Instituto Brasileiro de Gestão em Pesquisa (<https://www.ibgpconcursos.com.br/>).



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



PÁTRIA AMADA
BRASIL
GOVERNO FEDERAL