

Escolhas saudáveis

Eventos no Rio incentivam
mudança de comportamento
para a prevenção do câncer,
como o de cabeça e pescoço

Págs. 4 a 7



TEM INÍCIO A CONSTRUÇÃO DO PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
DO INCA 2020-2023

Pág. 3

O Rio de Janeiro foi a sede do lançamento da sétima edição do Relatório bi-anual da Organização Mundial da Saúde (OMS), em julho. A cerimônia e o evento realizado no dia anterior, um seminário técnico sobre os avanços e desafios do controle do tabaco no Brasil e no mundo, contaram com a presença de representantes do INCA, da OMS, da Organização Pan-americana da Saúde (Opas) e do Ministério da Saúde.

As reportagens das páginas 6 e 7 trazem os principais temas debatidos nos encontros, como as seis medidas do plano MPower, da OMS, criado para apoiar a implementação da Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco (CQCT). Executadas com sucesso no País, as estratégias possibilitam resultados expressivos no compromisso nacional de reduzir o número de fumantes.

Nas páginas 4 e 5, saiba mais sobre as ações do Instituto durante o Julho Verde, mês dedicado à conscientização e ao combate ao câncer de cabeça e pescoço, que tem alto índice de mortalidade no Brasil. Foram promovidos dois fóruns, que debateram a importância do diagnóstico precoce e o encaminhamento e o fluxo dos pacientes, além de rodas de conversa com pessoas em tratamento na Seção de Cirurgia de Cabeça e Pescoço.

Conheça, na página 10, o Projeto Nosso Cuidado, criado a partir de sugestões da própria força de trabalho para melhorar a qualidade de vida dos profissionais do HC IV. Atividades como a prática de dança do ventre, ioga e reiki passaram a ser oferecidas regularmente aos servidores da unidade de cuidados paliativos.

Leia também, na página 3, sobre o processo de modernização que o INCA vem implementando para armazenar os documentos dos servidores. Por meio do Assentamento Funcional Digital (AFD), requerimentos e pastas funcionais passam a ser arquivados digitalmente, o que facilita a consulta e a gestão dos registros.

Boa leitura!



O coral INCAntando se apresentou, no dia 24 de julho, na Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho para colaboradores da área de Oncologia da Rede D'Or, que teve como tema *Felicidade no Trabalho*. O grupo cantou quatro músicas e fez a alegria da equipe. "Foi linda a apresentação! Todos gostaram muito. Eu ainda não tinha ouvido o coral, mas sabia que era bom e achei que seria uma boa ideia trazê-lo para o evento", comentou Márcia Peixoto, supervisora de enfermagem da Rede D'Or, que fez o convite para a apresentação do grupo do INCA.

Informações atualizadas sobre o Sistema Eletrônico de Informações (SEI) estão disponíveis na Intranet.

Recentemente, foram inseridos novos arquivos como: Novidades 2019; Solicitação de cadastros novos 2019; Manual para os multiplicadores; Cursos a distância (EAD); Como acessar o SEI, e um passo a passo de como iniciar processos no SEI. O acesso à área pode ser feito por meio do ícone do SEI, na primeira página ou na aba Direção-Geral/O Instituto/SEI.

Teve início, no dia 16 de julho, a terceira edição do Curso de Extensão em Cuidados Paliativos, promovido pelo HC IV e pelo Núcleo de Gestão de Hospitais Federais (NUHF/MS), em parceria com a Coordenação de Ensino do INCA.

Com aulas teóricas e práticas, o treinamento tem por objetivo capacitar os servidores dos hospitais federais do Rio de Janeiro para lidar com situações decisivas envolvendo pacientes que têm doenças avançadas e com a necessidade de controle de sintomas.

informe **INCA**

Ano XXIV | Nº386 | AGOSTO 2019
Instituto Nacional de Câncer José Alencar
Gomes da Silva

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

Informativo interno mensal do Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva, produzido pelo Serviço de Comunicação Social/INCA. Tiragem: 4.500 exemplares. Edição: Fernanda Rena. Redação e reportagem: Giselle de Almeida e Mariana Coutinho (Agência Comunicar). Revisão: Lana Cristina do Carmo. Colaboração: equipe Comunicação/INCA. Serviço de Comunicação Social (tel.: (21) 3207-5962): Mônica Torres (chefe), Adriana Rossato, Andrea Silva, Carlos Júnior, Carolina Souza, Daniella Daher, Elaine Oliveira, Eliana Pegorim, Gustavo Furtado, Ingrid Trigueiro, Luiza Real, Marcelo Chagas, Marcelo Mello, Marcio Albuquerque, Marcos Vieira, Marise Paz, Nemézio Amaral Filho, Paula Bastos e Ricardo Barros. Projeto Gráfico: Joaquim Olímpio (Agência Comunicar). Diagramação e prod. gráfica: Joaquim Olímpio (Agência Comunicar). Fotografia: Carlos Leite, Ricardo Barros (INCA) e Tatiana Freitas (Agência Comunicar). Impressão: WalPrint. 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); Neuza Cesária da Motta (HC III); Jaqueline Pimentel (Imprensa); Lidiane Bastos (HC IV); Micheli Souza (HC II); Rosa Teixeira (COAGE); Débora Malafaia e Alessandra Braga (Direção-Geral); Cecília Silva (Pesquisa); ; Dulce Couto (HC I)

Planejamento Estratégico do INCA 2020-2023: tem início novo ciclo

Responsável pela coordenação do novo ciclo de Planejamento Estratégico do INCA (2020-2023), a equipe da Divisão de Planejamento (DIPLAN) começou, em maio, a elaborar o diagnóstico do INCA, para ante- ver os desafios dos próximos anos. No dia 22 de julho, a equipe se reuniu com a Diretoria Executiva, que aprovou a proposta do Planejamento Estratégico (2020-2023). O plano deve ser desenhado até o fim do ano e implantado a partir de janeiro de 2020.

Nos próximos meses, representantes de todas as áreas do Instituto participarão de etapas do processo e defini- rão iniciativas prioritárias para o próximo período, de acordo com os novos objetivos estratégicos.



Equipe trabalha para que plano seja desenhado até o fim do ano

“Espera-se que o Planejamento Estratégico do INCA 2020-2023 contribua para a integração entre as suas áreas, aponte os desafios mais relevantes e proponha iniciativas que fortaleçam o nosso papel como insti- tuto nacional. A ideia é que sejam formulados objeti- vos estratégicos transversais, cujo alcance dependerá do engajamento de diferentes áreas do INCA”, explica Flávia Mendes, chefe da DIPLAN.

A DIPLAN prevê a realização de um evento, em setembro, com foco em gestão estratégica, além de uma capacitação em gestão de projetos em outubro. O novo plano aperfeiçoará o monitoramento da execução dos projetos de forma que eles possam ser revisados e atualizados constantemente, por meio do Sistema de Planejamento de Gestão (SISPLAN).



O analista Paulo de Tarso Carvalho diz que sistema é vantajoso para a instituição e os servidores

INCA moderniza armazenamento de documentos dos servidores

Está em fase de implementação no INCA um sistema que trará eficiência e diminuirá gastos com gestão e guarda documental. É o Assentamento Funcional Digital (AFD), uma espécie de repositório da pasta funcional do servidor, que compreende uma série de documentos que apresentam seu histórico no serviço público federal e

garantem a qualidade dos arquivos que respaldam seus direitos e deveres junto ao funcionalismo. Atualmente, o Instituto já conta com mais de 55 requerimentos, 230 documentos funcionais e 13 pastas funcionais digitaliza- dos e inseridos no sistema.

Durante o processo de adequação, requerimentos como licença-gestante/paternidade, alterações cadas- trais, auxílio-natalidade e pré-escolar são enviados quase imediatamente para o AFD. Nesta fase, o sistema recebe somente documentos gerados a partir de junho de 2019 e vem sendo atualizado com as pastas funcionais dos servi- dores que ingressaram desde julho de 2016. A previsão é que as demais sejam inseridas a partir de 2020, por uma empresa contratada para esta atividade.

Paulo de Tarso Carvalho, analista na área de Serviço de Benefícios, Controle de Frequência e Cadastro Funcional (SEBENC), acredita que a migração do suporte físico para o digital proporcionará vantagens para a instituição e os servidores.

“É possível citar a possibilidade de consulta e trabalho concomitante pelas diversas áreas da Coordenação de Gestão de Pessoas [COGEP], além da redução da replica- ção de processos e informações. Também é importante a liberação do espaço físico ocupado atualmente pelas pastas funcionais”, avalia Carvalho sobre o projeto, ressal- tando, ainda, que a ação não seria possível sem o apoio da coordenadora da COGEP, Cassilda Soares, da chefe da Divisão de Administração de Pessoal (DIAP), Mariana Pereira, e da chefe do SEBENC, Camilla Allievi.



Diretora-geral do INCA falou sobre a alta incidência deste tipo de câncer no público masculino

Julho Verde: INCA se mobiliza para promover a conscientização sobre tumores de cabeça e pescoço



Andressa Freitas ressaltou a importância do atendimento próximo ao domicílio

com a presença de representantes das secretarias municipal e estadual de Saúde.

No *Fórum sobre Assistência em Fonoaudiologia*, realizado dia 18, cerca de 20 profissionais da área, de diversas unidades de saúde pública do Rio de Janeiro, debateram o encaminhamento e o fluxo dos pacientes com necessidade de reabilitação fonoaudiológica no Sistema Estadual de Regulação (SER).

“A distância é um fator que dificulta a reabilitação dos pacientes, principalmente após a fase aguda do tratamento, o que pode piorar o resultado e gerar sequelas. Precisamos traçar uma estratégia de atendimento próximo ao domicílio para manter esses pacientes em acompanhamento”, explica Andressa Freitas, fonoaudióloga do HC I e organizadora do evento.

Com eventos voltados para pacientes e profissionais de saúde, o INCA aderiu à mobilização do Julho Verde, em alusão ao Dia Mundial de Conscientização e Combate ao Câncer de Cabeça e Pescoço, celebrado no dia 27. São agrupados como cânceres de cabeça e pescoço os tumores de lábios, cavidade oral, faringe, laringe, cavidade nasal, tireoide e glândulas salivares.

Este ano, o Julho Verde no INCA, que ocorre desde 2016, com o apoio da Organização Mundial da Saúde e da União Internacional para o Controle do Câncer, promoveu três ações: uma roda de conversa com os pacientes do coral de laringectomizados do INCA, para orientações e esclarecimento de dúvidas; o *Fórum de Assistência em Fonoaudiologia*; e o evento principal, o *Fórum de Câncer de Cabeça e Pescoço*,



A chefe da Seção de Cirurgia de Cabeça e Pescoço substituta, Izabella Costa Santos, foi uma das palestrantes



Na abertura do *Fórum de Câncer de Cabeça e Pescoço: do Diagnóstico ao Tratamento*, realizado no dia 24, a diretora-geral do INCA, Ana Cristina Pinho, ressaltou que esse tipo da doença tem alto índice de mortalidade no Brasil, especialmente porque os pacientes começam o tratamento já em estágios avançados. Por isso, o maior desafio da área é o diagnóstico precoce. “Incluímos na nossa estratégia um trabalho mais focado e intenso na prevenção, principalmente entre o público masculino, que apresenta alta incidência desse tipo de câncer”, afirmou.

Segundo a diretora, a prevenção passa pela mudança de hábitos nocivos como o tabagismo e o consumo de álcool, que são comprovadamente fatores de risco para esses tipos de tumores. Além disso, a atenção a outras possíveis causas da doença, como a infecção pelo vírus HPV e a prática de sexo oral sem o uso de preservativos, deve ser reforçada. “É preciso ampliar as possibilidades de diagnóstico precoce e trabalhar a linha de cuidado para um melhor aproveitamento do sistema”, completou Ana Pinho. No encontro, a chefe da Seção de Cirurgia de Cabeça e Pescoço do INCA substituta, Izabella Costa Santos, alertou para a diferença entre os tipos de câncer de cabeça e pescoço e frisou a necessidade de serem entendidos como doenças diversas.



Foram realizadas dinâmicas de grupo entre os participantes



Cartaz de campanha interna alusiva à data



Seminário debate controle do tabaco no Brasil e no mundo

Um dia antes do lançamento da sétima edição do *Relatório bienal da Organização Mundial da Saúde (OMS)*, no Rio de Janeiro, a Secretaria-Executiva da Comissão Nacional para Implementação da Convenção-Quadro da OMS para o Controle do Tabaco (Conicq) promoveu um seminário técnico sobre os avanços e desafios do controle do tabaco no Brasil e no mundo. O evento, realizado no dia 25 de julho, reuniu representantes da Organização Mundial da Saúde (OMS), da Organização Pan-americana da Saúde (Opas) e do Ministério da Saúde, além de organizações da sociedade civil.

Na abertura, a diretora-geral do INCA, Ana Cristina Pinho, detalhou as seis medidas do plano MPower, da OMS, criado para apoiar a implementação da Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco (CQCT). Por executar, no mais alto nível, todas as estratégias, o Brasil pôde sediar o lançamento do relatório, que só havia ocorrido fora de Nova York uma vez. Signatário da CQCT desde 2005, o País vem alcançando resultados expressivos e se tornando referência mundial na área.

No painel *Controle do Tabaco na Região e no Mundo*, a chefe do Secretariado da Convenção-Quadro, Vera Luiza da Costa e Silva, elogiou a proibição da comercialização dos cigarros eletrônicos no País e lembrou que o contrabando de cigarros não pode ser combatido com a redução de impostos. Segundo a médica, a resposta para a prática é a implementação do *Protocolo para Eliminação do Comércio Ilícito de Cigarros e de Outros Produtos do Tabaco*, assinado pelo Brasil e já em vigor.

Já o diretor da área de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) e Saúde Mental da Opas, Anselm Hennis, mostrou dados sobre a epidemia de tabaco, que é responsável pela morte anual de 8 milhões de pessoas no mundo e pela redução de 10 anos na expectativa de vida da população. Segundo ele, a meta global é que o percentual de fumantes, em 2025, não ultrapasse 14,2% - os números mais recentes, de 2013, apontam 14,7%. “A indústria não está de férias e tenta reverter o jogo que estamos ganhando”, disse.

No segundo painel, *Controle do Tabaco no Brasil*, a coordenadora da Coordenação-Geral de Doenças e Agravos Não Transmissíveis do Ministério da Saúde, Luciana Sardinha, apresentou números da Vigitel – Pesquisa por Inquérito Telefônico sobre tabagismo. Os dados mostram que a prevalência de fumantes nas capitais brasileiras e no Distrito Federal caiu a 9,3%. Desde 2006, a redução da prevalência foi de 40%. A diminuição foi maior na população com maior escolaridade e nas faixas etárias dos 35 aos 44 anos e dos 45 aos 54 anos. A secretária-executiva da Conicq, Tânia Cavalcante, comentou os desafios para a implementação da CQCT no Brasil. Ela lamentou a demora de certas implementações, como a aprovação da lei dos ambientes livres da fumaça de tabaco (que levou sete anos até ser aprovada, em 2011) e o banimento dos aditivos nos produtos derivados de tabaco (em negociação há sete anos). “Temos que competir com o poder e a rapidez da indústria para chegar aos decisores das políticas”, resumiu.



Apoio:



Autoridades de saúde e especialistas estiveram na apresentação do documento, no Rio de Janeiro

OMS lança relatório sobre epidemia global do tabaco

Cerca de 5 milhões de pessoas vivem atualmente em países que introduziram pelo menos uma medida efetiva para o controle do tabaco. O número é quatro vezes maior do que há uma década, segundo o WHO Report on the global tobacco epidemic (Relatório da OMS sobre a epidemia global do tabaco), apresentado pelo diretor da Tobacco Free Initiative da OMS, Vinayak Mohan Prasad, no dia 26 de julho, no Rio.

Entre as ações, constam advertências sanitárias nas embalagens, oferecimento de rede de assistência para quem quer deixar de fumar e aumento, de pelo menos 75%, dos impostos dos produtos derivados do tabaco. Essa, aliás, foi a última das seis medidas implementadas pelo Brasil: em 2018, os impostos sobre a marca mais vendida no país chegaram a representar quase 83% de acréscimo.

No evento, a diretora-geral do INCA, Ana Cristina Pinho, destacou o trabalho de articulação intersetorial da

Comissão Nacional para Implementação da Convenção-Quadro da OMS para Controle do Tabaco (Conicq), cujas secretaria-executiva e vice-presidência cabem ao INCA. Isso permitiu ao Brasil conseguir não só introduzir as seis medidas do plano MPower, mas também ocupar uma posição de liderança mundial na implementação da CQCT. Por sua vez, o ministro da Saúde, Luiz Henrique Mandetta, afirmou que a meta é livrar o país do tabaco. “Queremos ser primeiro mundo quando se fala de saúde pública”, afirmou.

Participaram da cerimônia os ministros da Saúde do Uruguai e do Paraguai, respectivamente Jorge Basso e Júlio Daniel Insfran; o diretor-geral-assistente da OMS para Iniciativas Especiais, Ranieri Guerra; a chefe do secretariado da Convenção-Quadro da OMS, Vera Luiza da Costa e Silva; o diretor do Departamento de Doenças Não Transmissíveis e Saúde Mental da Opas, Anselm Hennis; a representante da Opas no Brasil, Socorro Gross; a secretária municipal de saúde do Rio de Janeiro, Ana Beatriz Busch; o secretário estadual de Saúde, Edmar José Santos; a representante da Bloomberg Philanthropies (financiadora do relatório), Adrienne Pizatella; e o deputado Alexandre Serfiotis.

Também por conta do lançamento do relatório, foram realizadas, nos dias 25 e 26, reuniões de cooperação bilateral entre o Brasil e o Paraguai, em que as Conicqs dos dois países debateram medidas para combater o contrabando de cigarros. O dia 25 foi marcado, ainda, por uma visita de cortesia da OMS ao INCA.



Ana Cristina Pinho destacou o trabalho de articulação intersetorial da Conicq

Protocolo para tratamento do tabagismo passa por atualização



INCA organizou painel de profissionais para definir recomendações que constarão no documento

Elaborado para orientar profissionais de saúde para o tratamento do tabagismo no Sistema Único de Saúde (SUS), o *Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas da Dependência da Nicotina* passa por atualização, a fim de incorporar as melhores e mais recentes evidências científicas na área. Em mais uma etapa desse processo, o INCA organizou um painel de especialistas para definição das recomendações que farão parte do Protocolo, em evento realizado nos dias 1º e 2 de agosto, no Scorial Rio Hotel.

“O protocolo dispõe sobre medicações, número de sessões indicadas pela literatura e modelos a serem utilizados para tratar grupos especiais, como idosos, adolescentes, gestantes e fumantes adoecidos, dentre outros”, explica Vera Lucia Borges, tecnóloga da Divisão de Controle de Tabagismo e Outros Fatores de Risco que

participa do processo, junto com a também tecnóloga Aline Mesquita.

Segundo Vera Borges, a atualização do protocolo está em fase final de redação, e o resultado deve ser lançado ainda em 2019. “É coerente que o Brasil, como um país que vem implementando ações exitosas de controle do tabaco, traga o que há de mais atualizado na área de pesquisa para seu protocolo de tratamento do tabagismo”, avalia.

O protocolo foi desenvolvido com metodologia preconizada pela Comissão Nacional de Incorporação de Tecnologias (Conitec) do MS. Além da Divisão de Controle de Tabagismo, participa da coordenação do projeto o Núcleo de Avaliação de Tecnologias em Saúde (NATS) da Divisão de Pesquisa Populacional/Coordenação de Pesquisa do INCA.

Novas pesquisas sobre controle do tabaco são apresentadas no INCA

A prevenção do câncer passa pelo controle do tabaco. O tema foi objeto de pesquisas apresentadas em evento realizado no auditório da Coordenação de Pesquisa do INCA, com organização da Biblioteca Virtual da Saúde, Prevenção e Controle do Câncer, no dia 10 de julho.

A tese de doutorado de André Luiz Oliveira da Silva, defendida na Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) este ano, trata das estratégias da indústria do tabaco para enfraquecer as políticas de controle do fumo no país. O especialista da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) mapeou essas estratégias a partir de artigos científicos, documentos internos da indústria do tabaco, da Anvisa e do governo brasileiro.

Já o estudo de João Viegas, analista na área de cooperação internacional do INCA e coordenador da região das Américas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para



O estudo de João Viegas faz um histórico da posição brasileira na Convenção-Quadro para Controle do Tabaco

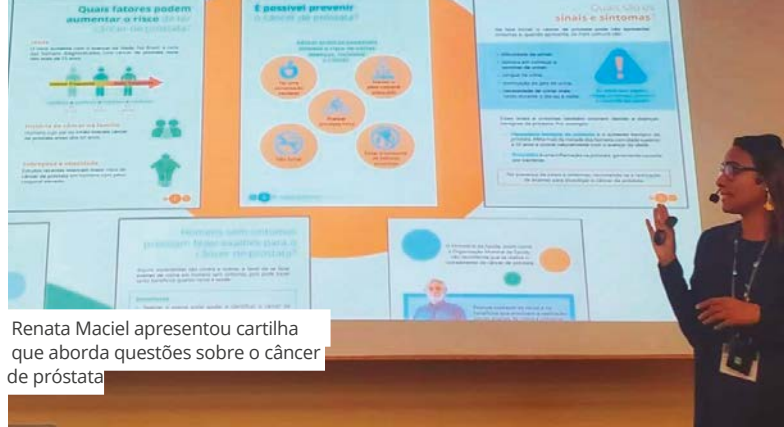
a Convenção-Quadro para Controle do Tabaco, faz um histórico da posição brasileira nas negociações do texto da Convenção e nota um avanço na discussão, com o aumento da presença de representantes do Ministério da Saúde.

Analista na secretaria-executiva da Comissão Nacional para Implementação da Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco (CONICQ) e mestrando no programa de Saúde Pública da Fiocruz, Felipe Lacerda Mendes fez uma análise qualitativa do uso de embalagens padronizadas de cigarro para todas as marcas. “Um estudo na Austrália mostrou que essa medida diminui o apelo e a atratividade do cigarro, e queremos descobrir como isso poderia ser implantado no Brasil”, explicou.

INCA participa de conferência sobre decisão compartilhada no Canadá

O INCA foi a única instituição brasileira presente na 10ª Conferência Internacional sobre Decisão Compartilhada, realizada no Quebec, no Canadá, de 7 a 10 de julho. O principal foco do evento foi apresentar os avanços, em todo o mundo, para a participação ativa dos pacientes na tomada de decisão médica e no processo de cuidado.

A sanitarista da Divisão de Detecção Precoce e Organização de Rede Renata Maciel apresentou a cartilha *Câncer de próstata: vamos falar sobre isso?* O documento informa sobre os riscos, possíveis benefícios e incertezas envolvendo os exames de rotina, incluindo os pacientes nas decisões para procedimentos de rastreio da doença, com informação qualificada e acessível. O processo de elaboração da cartilha começou em 2016 e levou em conta,



Renata Maciel apresentou cartilha que aborda questões sobre o câncer de próstata

para a avaliação do material, dois grupos, formados por 33 homens acima dos 40 anos.

Outra pesquisa da Divisão, apresentada durante a conferência, avaliou cerca de 30 protocolos e diretrizes nacionais em Oncologia. Do total analisado, ao menos 10 fazem ampla recomendação pela participação do paciente nas decisões clínicas, especialmente nos cânceres com possibilidades de rastreamento, como os de mama, pulmão e próstata.

“Esses documentos indicam a decisão compartilhada nas intervenções para o cuidado em Oncologia, levando em conta características dos indivíduos, preferências e valores pessoais. Mas é importante que essa decisão esteja sempre amparada por evidências científicas e informações qualificadas”, explica a sanitarista.

PRODUÇÃO DE CONHECIMENTO

Palestra aborda narrativas na Medicina

Existem histórias por trás da relação de pacientes com suas doenças e com os profissionais de saúde. A importância de valorizá-las foi o tema abordado na palestra *A narrativa na pesquisa, na formação e nas práticas clínicas: reflexões, significados e sentidos sobre as experiências de adoecimento e do cuidado*, proferida no dia 7 de agosto, no prédio da Marquês de Pombal.

Na conferência, organizada pelo Núcleo de Pesquisa e Estudos Qualitativos (NUPEQuali) do INCA, a professora associada da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) Alicia Navarro de Souza destacou o histórico e os principais teóricos relacionados às pesquisas sobre Narrativas em Saúde. Segundo ela, já foi mais comum a prática de uma Medicina mais paternalista. Hoje, profissional de saúde e paciente participam e tomam decisões compartilhadas sobre o tratamento.

Durante o encontro, Alicia descreveu histórias de casos clínicos e também deu exemplos de pesquisas e de roteiros de entrevistas que podem ser utilizados em pesquisas qualitativas sobre processos de adoecimento e cuidados em

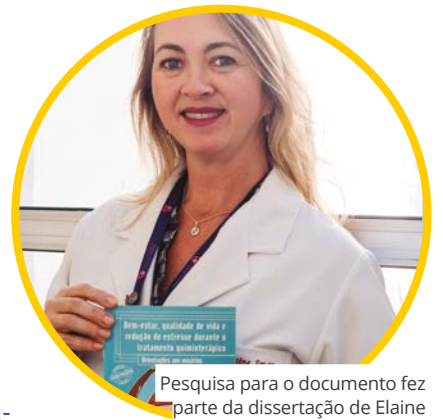
saúde. Para a professora, a aquisição de uma competência narrativa é essencial para o desenvolvimento de uma prática e um cuidado humanizado.

“O desenvolvimento de competências narrativas possibilita aos profissionais de saúde exercerem uma prática reflexiva e empática”, afirma.



Alicia Navarro de Souza deu exemplos de pesquisas e de roteiros de entrevistas

Cartilha tem como tema bem-estar durante o tratamento do câncer de mama



Pesquisa para o documento fez parte da dissertação de Elaine Cristina de Souza

Além dos efeitos físicos sobre o organismo, a quimioterapia gera uma grande ansiedade nas mulheres com câncer de mama. Pensando na qualidade de vida das pacientes nesse período, o INCA lança a cartilha educativa *Bem-estar, qualidade de vida e redução do estresse durante o tratamento quimioterápico*, que esclarece dúvidas sobre a medicação e dá dicas de atividades físicas, alimentação, autoestima, sexualidade, espiritualidade e apoio social.

A pesquisa para o desenvolvimento da obra fez parte da dissertação de mestrado da enfermeira do HC III Elaine Cristina de Souza, na Universidade Federal Fluminense (UFF). O estudo teve participação de 15 pacientes com tumor de mama em tratamento quimioterápico, que responderam questionários sobre suas necessidades e o que ajudava a controlar o estresse.

“As principais questões emocionais das pacientes estão relacionadas a pensamentos negativos durante o

tratamento: insegurança em relação ao futuro, desespero, baixa autoestima e alteração de autoimagem, solidão, carência afetiva, depressão, ansiedade e negação da doença”, explica Elaine.

As práticas de bem-estar mais citadas foram atividades físicas, como caminhada, dança e corrida, refeições mais saudáveis e utilização de fitoterápicos. Além disso, as pacientes relataram que hábitos como leitura, viagens, passeios, artesanato e trabalhos com fins sociais também ajudam a controlar a ansiedade.

+ MAIS NA INTERNET: Acesse <https://www.inca.gov.br/publicacoes/cartilhas/bem-estar-qualidade-de-vida-e-reducao-do-estresse-durante-o-tratamento>

HUMANIZAÇÃO

Projeto Nosso Cuidado busca levar qualidade de vida a profissionais do HC IV

Concebido para melhorar a qualidade de vida dos profissionais do HC IV, o projeto Nosso Cuidado foi lançado no dia 25 de julho, em evento no auditório do pilotis do hospital. Criada pela Direção e pelas chefias da unidade de cuidados paliativos, em conjunto com a Divisão de Saúde do Trabalhador, a iniciativa visa reduzir o número de profissionais que se afastam do trabalho por problemas de saúde.

Houve a apresentação de um coral e uma oficina de dança do ventre com a professora Aziza - uma prévia das atividades semanais ou mensais oferecidas à força de trabalho desde 19 de agosto. Também existem grupos de alongamento e relaxamento, alimentação saudável,

auriculoterapia, meditação, reiki e ioga, todos comandados por voluntários.

O Nosso Cuidado foi elaborado a partir de uma pesquisa com questionários distribuídos a mais de 200 profissionais. A maioria descreveu a necessidade e a vontade de participar de atividades para melhoria do bem-estar.

“Eles manifestaram o desejo de receber algum suporte ou programa de atenção à sua saúde. As atividades que estamos propondo foram as mais demandadas”, conta a psicóloga do HC IV Cláudia Pereira, que está à frente do projeto e recebe inscrições pelo e-mail claudia.pereira@inca.gov.br.



Oficina de dança do ventre, com a professora Aziza, faz parte das atividades oferecidas

Saiba mais sobre a hepatite

Fonte: Ministério da Saúde

Hepatite é uma inflamação do fígado que pode ser causada por vírus (A, B, C, D e E) ou pelo uso de certos remédios, de álcool e outras drogas, assim como por doenças autoimunes, metabólicas e genéticas. É frequentemente silenciosa, mas alguns dos sinais podem ser cansaço, febre, mal-estar, tontura, enjoo, vômitos, dor abdominal, pele e olhos amarelados, urina escura e fezes claras.

A ausência de sintomas, em muitos casos, aumenta os riscos de a infecção evoluir e se tornar crônica, causando danos mais graves ao fígado, como cirrose e câncer. Por isso, é importante ir ao médico regularmente. O diagnóstico pode ser feito por meio de testes rápidos, que dão o resultado em uma hora, ou por exames de laboratório.

O cuidado é ainda mais importante para pessoas que não se imunizaram contra hepatite B ou para quem tem



mais de 40 anos e pode ter se exposto ao vírus da hepatite C por meio de transfusão de sangue ou cirurgia.

A vacina, disponível gratuitamente no Sistema Único de Saúde (SUS), é uma forma de prevenção contra as hepatites do tipo A e B. Quem se vacina para o tipo B se protege também para o D. Para os demais tipos de vírus não há vacina, e o tratamento adequado é indicado pelo médico.

MAIS NA INTERNET: Para ler esta matéria na íntegra, acesse: saude.gov.br/hepatite



DICA DO LEITOR

A cada edição selecionamos uma dica do leitor.

Pode ser um livro, um filme, um *hobby* ou outra ideia para uma vida interessante. Envie sua dica para informeinca@inca.gov.br. Participe!

Enviada por Marcelo Chagas, do Serviço de Comunicação Social. Dica de viagem: *Associação das Paneleiras de Goiabeiras*, em Vitória (ES).

Quem planeja conhecer a capital capixaba tem uma ótima opção de passeio cultural bem perto do aeroporto Eurico de Aguiar Salles. “O visitante tem a chance de acompanhar, na nova sede da associação, perto de um manguezal, as fases da fabricação quase toda manual da panela de barro usada para fazer a moqueca capixaba”, relata o servidor Marcelo Chagas. Segundo ele, é possível acompanhar todo o processo de produção de panelas, caldeirões e moheiras, desde a moldagem até a finalização - a pintura é feita com o tanino da casca do tronco do mangue.

“E podemos, de quebra, fazer umas comprinhas, de utensílios de cozinha feitos de barro, claro!”, aconselha.



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 **RESIDENTES**.



TEMA: PAIS | Na foto, o técnico do Serviço de Compras da Coordenação de Administração Geral (COAGE) Rafael Henrique Gonçalves Ferreira, com os filhos, Samuel, de 5 anos, e Joana, de 2, uma homenagem ao Dia dos Pais.

ORGULHO DE SER INCA

Marcos Roberto Caetano de Oliveira
Médico

Trabalhar com cuidados paliativos não estava no horizonte do cirurgião Marcos Roberto Caetano de Oliveira até ele entrar no INCA. Após se formar em Medicina na Faculdade Souza Marques e fazer residência em cirurgia geral no Hospital Federal Cardoso Fontes, o médico se tornou residente em cirurgia oncológica no INCA, de 1994 a 1997. Foi contratado para trabalhar no HC IV pela Fundação Ary Frauzino para Pesquisa e Controle do Câncer (atual Fundação do Câncer) em 2000 e aprovado em concurso público seis anos depois. Já trabalhou nos setores de internação hospitalar, ambulatório, posto avançado e visita domiciliar, e atualmente realiza atendimentos e procedimentos no setor de emergência da unidade.

“O Instituto foi, para mim, em primeiro lugar, uma escola de excelência, o sonho de qualquer residente. E, depois, palco de uma redescoberta profissional. Sou de um grupo precursor do HC IV, desde que era o Centro de Suporte Terapêutico Oncológico (CSTO). Entrei quando a unidade tinha apenas dois anos e fui crescendo junto com ela. Já são 19 anos. Tenho muito orgulho de trabalhar aqui e utilizar o conhecimento e as habilidades desenvolvidas no Instituto para trazer conforto e dignidade aos pacientes, controlando sintomas e melhorando a qualidade de vida deles. Nunca havia me imaginado atuando em cuidados paliativos, mas hoje me sinto agradecido e realizado profissionalmente”.



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 IV Simpósio sobre Sexualidade da Mulher com Neoplasia Maligna Ginecológica recebe inscrições até 23 de outubro, no site do INCA (menu Sobre o INCA/Eventos). O encontro ocorrerá no dia 25 do mesmo mês, no HC I, e tratará do Manejo no Cuidado à Mulher com Câncer Ginecológico. O público interno é isento de taxa. Informações: eventos.cedc@inca.gov.br

A edição 2019 do Simpósio de Fisioterapia em Oncologia do INCA abordará o tema *Desospitalização e Qualidade de Vida*. As palestras e mesas-redondas serão realizadas no prédio-sede, nos dias 18 e 19 de outubro. As inscrições ficam abertas até a data do evento, se houver vaga, no site do Instituto (opção Sobre o INCA/Eventos), e são gratuitas para profissionais do INCA.



MINISTÉRIO DA
SAÚDE