

INFORME **SAÚDE**
JORNAL DO GRUPO CAM

ARTCAPITAL

CONTRA O CÂNCER DE MAMA

Com prevenção e diagnóstico precoce é possível vencer essa batalha.



ANO 1* NÚMERO 3* JUL/AGO/SET 2012

[entrevista] pág.08

O oncologista Leonardo da Fonseca explica os malefícios do fumo.

[saúde do homem] pág.03

Entenda as doenças mais comuns entre a população masculina.

[bem cuidar] pág.07

Conheça o projeto que apoia pacientes oncológicos e seus familiares.

[Editorial | Augusto Tufi]



Roberto Abreu

Segundo tumor de maior incidência no mundo, o câncer de mama já é o mais comum entre as mulheres, e a melhor forma de combatê-lo é incentivando a prevenção e o diagnóstico precoce. Por isso, o jornal do Grupo CAM entrou na luta contra a doença e aderiu ao movimento internacional "Outubro Rosa", com matéria de capa sobre o tema. A terceira edição do informativo também produziu um especial sobre a incidência da doença arterial coronariana entre os homens, com dicas de especialistas renomados do grupo. Conheça ainda os progressos e bons resultados do projeto Bem Cuidar, que há dois anos vem trazendo benefícios para os pacientes oncológicos da Clion. Previna-se contra o câncer de colo do útero através da vacina contra o HPV, já disponível na Clínica CAM.

Entenda os malefícios do tabagismo na entrevista com o oncologista do ION Leonardo da Fonseca. Aproveite a ocasião e parabeno a todos os colegas pelo Dia do Médico, comemorado em 18 de outubro. Boa leitura!

Augusto Tufi (CRM 5734), coordenador de Mastologia da Clínica CAM

[curtas]

Clínica CAM vai disponibilizar vacina contra HPV

A Clínica CAM vai inaugurar, até o final de 2012, seu Serviço de Vacinação, que disponibilizará a vacina de prevenção contra a infecção pelo vírus HPV. Destinada a mulheres e homens entre nove e 26 anos de idade, a vacina protege contra os principais tipos do papilomavírus humano, responsáveis por cerca de 70% dos casos de câncer de colo do útero e de 90% das verrugas genitais. "Recentes pesquisas comprovaram a eficácia da vacina, assegurando proteção duradoura às mulheres contra o risco de desenvolvimento de câncer de colo do útero", garante o diretor técnico da Clínica CAM, o ginecologista Airton Ribeiro (CRM: 10652). A proposta é que o novo serviço ofereça, em breve, além da vacina contra o HPV, uma vasta gama de vacinas aplicáveis em gestantes, adultos e crianças. Mais informações através do telefone 71 3352-8800.

Robson Cavias



Airton Ribeiro,
diretor técnico da
Clínica CAM

Clion inaugura novo Serviço de Fisioterapia Oncológica

Garantir comodidade, conforto e uma melhor qualidade de vida aos pacientes portadores de qualquer tipo de tumor, durante e após o tratamento contra a doença. Esse é o objetivo da Clion, que inaugurou recentemente três consultórios no 10º andar do Edifício Linus Pauling. Outra novidade da clínica é o Serviço de Fisioterapia Oncológica, em funcionamento desde julho deste ano. De uso exclusivo dos pacientes da Clion, o novo serviço disponibiliza uma fisioterapia individualizada, conforme a área de tratamento oncológico em questão. "Durante as sessões, orientamos o paciente com atividades diárias, informando-o sobre o que pode ser feito e oferecendo condições para a realização dessas tarefas", explica a fisioterapeuta oncológica Manuela de Teive, responsável pelo serviço. Os exercícios aplicados são programados levando em consideração a repercussão do tumor e de seu tratamento para todo o organismo do enfermo. "A proposta é recuperar a funcionalidade do paciente, com a reabilitação do que foi perdido com o tratamento oncológico", elucida a especialista. Além da recuperação dos movimentos, a fisioterapia oncológica também possibilita o alívio das dores tão comuns entre os portadores de neoplasias. Nos casos de câncer de mama, em que são comuns problemas como dores, diminuição da sensibilidade, fraqueza do braço no lado operado, encurtamento muscular, além de alteração postural e respiratória, a fisioterapia oncológica tem apresentado bons resultados. "As mulheres submetidas à fisioterapia recuperam a função mais cedo, sentem-se mais seguras e apresentam menos dificuldade no processo de reabilitação, retomando rapidamente as

[previna-se]

Câncer de colo do útero

O segundo tipo de neoplasia mais comum entre as brasileiras, o câncer do colo do útero é um tumor maligno da parte inferior do útero, que se conecta com a vagina na sua porção mais alta. Ele está associado, em 90% dos casos, à infecção pelo vírus do HPV, de transmissão sexual, e é um dos poucos tumores que podem ser prevenidos e tratados antes de se tornar câncer, como explica a ginecologista Isabel Cristina Brito (CRM 17115).

SINTOMAS

Os sintomas só aparecem quando a doença avança, merecendo destaque o sangramento após relação sexual, fora do período menstrual ou após a menopausa. O diagnóstico inicial é essencial para o sucesso do tratamento. Por isso, é necessário fazer exames preventivos do colo do útero regularmente.

DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO

O diagnóstico se dá através do exame clínico do ginecologista e biópsia. Sendo confirmada a doença, outros exames são solicitados. O tratamento depende do estadiamento do câncer, podendo ser cirúrgico nos casos iniciais e radioquimioterápico, nos casos mais avançados. É muito importante que essas decisões terapêuticas sejam tomadas dentro da equipe multidisciplinar.

FATORES DE RISCO

A doença está associada ao tabagismo, início precoce da vida sexual e, principalmente, à infecção pelo vírus HPV. Existem mais de 100 tipos de HPV, mas apenas 15 estão associados a lesões no colo do útero, sendo dois os principais.

PREVENÇÃO

A prevenção é feita através do papanicolaou, preventivo do colo do útero realizado anualmente em mulheres após o início da vida sexual, ou após os 18 anos. Se durante o exame aparecer alguma lesão suspeita, o médico pode retirá-la e tratá-la, podendo nunca se tornar câncer. Recentemente, foi disponibilizada a vacina contra infecção do HPV, que é a melhor forma de prevenção contra este câncer.

suas tarefas cotidianas", avalia Manuela de Teive. Mais informações sobre o serviço pelo telefone 71 2105-6565.

“AS MULHERES SUBMETIDAS À FISIOTERAPIA RECUPERAM A FUNÇÃO MAIS CEDO E SE SENTEM MAIS SEGURAS”



[saúde do homem]

Doença arterial coronária

Previna-se contra uma das doenças que mais matam os homens

Acada três pessoas que morrem no Brasil, duas são homens, segundo dados do Ministério da Saúde. Encabeçando a lista das enfermidades que mais acometem a população masculina estão as doenças cardiovasculares, como a arterial coronária (DAC). Consequência da aterosclerose – doença inflamatória crônica caracterizada pela formação de placas (ateromas) dentro dos vasos sanguíneos –, a DAC está relacionada ao depósito progressivo de gordura na parede dos vasos sanguíneos, que leva ao gradativo estreitamento do diâmetro vascular. O seu desenvolvimento ocorre ao longo de décadas, por isso são importantes ações de prevenção contra a doença e o diagnóstico precoce.

“Como muitos indivíduos são assintomáticos, é imperiosa uma busca ativa particularmente dos portadores de fatores de risco e /ou antecedentes familiares precoces de DAC, através de avaliação cardiológica regular e realização de exames funcionais de isquemia miocárdica, como teste ergométrico, cintilografia miocárdica e ecoestresse”, alerta o cardiologista da GMN Mário de Seixas (CRM 8659). Segundo o especialista, que também é professor adjunto da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, obesidade, sedentarismo, história familiar precoce, além de aspectos étnicos e psicossociais representam fatores de risco para o desenvolvimento da doença. Também estão propensos à DAC os fumantes, hipertensos, diabéticos, homens em idade avançada, portadores de HDL-C baixo e de colesterol e LDL-C altos.

As principais manifestações clínicas relacionadas à complicação da DAC são a angina instável, o infarto agudo do miocárdio e a morte súbita. “Alguns pacientes podem ficar com sequelas decorrentes de limitações funcionais, além da importante redução da expectativa de vida”, informa o cardiologista, enquanto avisa que as mulheres também não estão livres da doença. “Os homens são particularmente mais vulneráveis do que a população feminina, no entanto, após a menopausa, as taxas das mulheres se elevam, alcançando os valores masculinos”, salienta.

Prevenção – A receita para uma vida mais saudável e longa é simples. “Deve-se fazer exercícios físicos regulares, ter uma alimentação rica em fibras, frutas e verduras, evitar a ingestão de gorduras e bebidas alcoólicas, não fazer uso de cigarros e drogas entorpecentes, dormir adequadamente em termos de tempo e qualidade de sono,

não ter estresse físico nem mental e controlar o próprio peso”, ensina o urologista da Clion Felipe Reis (CRM 13621). No caso da população masculina, é importante também, a partir dos 40 anos, a realização de exames regulares como os da próstata, do trato gastrointestinal, do sistema endocrinometabólico e de avaliação cardiovascular.

No entanto, ainda é forte a resistência masculina contra o controle e prevenção da saúde. “Muitos homens consideram a doença como um sinal de fragilidade e não como uma condição biológica natural”, reflete o urologista do ION Rodrigo Serapião (CRM 15447). Segundo o médico, este pensamento faz com que as consultas sejam adiadas ou evitadas e, como consequência, muitos enfermos acabam descobrindo a doença quando já é tarde demais. “Pacientes acima de 60 anos, que não realizaram medidas preventivas ou tratamento precoce, são frequentemente trazidos aos nossos consultórios com quadros avançados, graves e irreversíveis”, lamenta Serapião.

“**COMO MUITOS INDIVÍDUOS SÃO ASSINTOMÁTICOS, É IMPERIOSA UMA BUSCA ATIVA PARTICULARMENTE DOS PORTADORES DE FATORES DE RISCO**”

Banco de Imagens





[capa]

Câncer de mama

Diagnóstico precoce para o combate contra o segundo tipo de tumor mais frequente no mundo

Roberto Abreu

O câncer de mama já é o segundo tipo de tumor mais frequente no mundo; só perde para os de pele. Segundo dados do Instituto Nacional do Câncer (Inca), a doença responde por 22% dos casos de câncer surgidos a cada ano no Brasil. Preocupados com a crescente incidência da neoplasia entre a população feminina, especialistas e instituições de saúde internacionais se uniram no movimento conhecido como “Outubro Rosa”. Surgido nos Estados Unidos, na década de 90, o movimento ganhou força em todo o globo e tem como objetivo informar a população para a luta contra o câncer de mama. As armas para o combate à doença são bem simples: prevenção e controle regular para o diagnóstico precoce.

Apesar do grande interesse na prevenção primária do câncer de mama, poucos fatores interferem significativamente na incidência da doença. Devem ser adotadas medidas simples, dietéticas e comportamentais, como a diminuição do uso de bebidas alcoólicas e controle do peso na pós-menopausa, eficazes para reduzir o risco de desenvolvimento da lesão. Mais importante para o combate ao tumor é a prevenção secundária, através do rastreamento mamográfico. A prática rotineira da mamografia leva a um diagnóstico muito precoce e à redução da mortalidade provocada pela neoplasia, que oscila em torno de 30%, de acordo com a mastologista da Clínica CAM Ana Cláudia Imbassahy (CRM 11.975). “Quanto mais cedo for diagnosticado o câncer de mama, maiores as chances de cura da doença e sucesso do tratamento, proporcionando cirurgias mais conservadoras, com resultados estéticos melhores e menos sequelas”, alerta a especialista. Para os casos de retirada completa da mama, a médica tranquiliza as pacientes. “Pode ser realizada a reconstrução mamária, seja ela imediata ou tardia, dependendo de cada caso”, completa Ana Cláudia. Inicialmente o câncer de mama pode não demonstrar nenhum sintoma, sendo diagnosticado apenas através de exames de imagem. Com a progressão da doença, a paciente costuma apresentar massa ou nódulo endurecido, indolor e de margens mal definidas, deformidades ou secreção no mamilo, além de nódulos na axila. Em estágios mais avançados, pode surgir edema ou vermelhidão em qualquer parte da mama, associado à dor. O ideal é que o tumor seja descoberto na fase pré-clínica, quando ainda não está palpável, sendo detectável, portanto, apenas através de mamografia e/ou ultrassonografia. “O câncer de mama em estágio inicial, descoberto, por exemplo, com até 1 cm, pode ter cinco vezes mais chances de cura do que um tumor de 3 cm”, exemplifica Ana Cláudia. “Daí a importância da avaliação regular, com mamografia anual a partir dos 40 anos de idade e exames clínicos”, aconselha a médica. O exame clínico deve ser realizado pelo especialista, e o autoexame das mamas, estimulado. “É importante que a mulher conheça sua própria mama, pois ela ficará atenta às possíveis alterações que podem ocorrer e pode procurar o especialista para uma avaliação mais segura”, ressalta a mastologista.



“QUANTO MAIS CEDO FOR DIAGNOSTICADO O CÂNCER DE MAMA, MAIORES AS CHANCES DE CURA DA DOENÇA E SUCESSO DO TRATAMENTO”
Ana Cláudia Imbassahy, mastologista da Clínica CAM

Dicas



Consulte regularmente o especialista para exame clínico
Faça mamografia anual a partir dos 40 anos de idade
Pratique o autoexame das mamas

Fatores de risco – Não existe uma causa específica para o câncer de mama. Uma combinação de aspectos ambientais e genéticos atuam aliados para o crescimento e acúmulo descontrolado de um conjunto de células no tecido mamário, dando origem à doença. Ela pode ser maligna, a depender da sua capacidade de infiltração e disseminação em outros órgãos, causando a metástase. Entre os fatores de risco estão tabagismo, consumo de álcool, sedentarismo, obesidade e uma dieta rica em gorduras e pobre em fibras, como explica a oncologista da Clion Virgínia Freitas (CRM BA: 10.324). O uso de reposição hormonal por tempo prolongado – mais de cinco anos –, a menarca precoce (primeira mens-



Roberto Abreu

truação), primeira gravidez tardia ou ausência de filhos e diagnóstico prévio de hiperplasia atípica ou carcinoma in situ também podem levar ao câncer de mama.

“Apenas 5% dos casos são hereditários e ocorrem em mulheres mais jovens e com história familiar de câncer de mama ou ovário”, informa Virgínia. Nestes casos, as pacientes precisam consultar o especialista com regularidade, para o devido aconselhamento genético. Desta forma, a portadora de alterações genéticas e, portanto, sujeita ao surgimento do câncer pode reduzir em muito as chances de desenvolver a doença, principalmente em estágios avançados. Durante o aconselhamento genético, são observadas características como diagnóstico da lesão antes dos 50 anos de idade, muitos familiares com o mesmo câncer, além de tumores primários múltiplos e/ou bilaterais na mesma pessoa. O especialista analisa ainda o aparecimento incomum da doença, como câncer de mama em homens – a ocorrência deste tumor na população masculina é de um para cada 100 casos.

Cura – A crescente evolução da oncologia mamária tem resultado em interessantes avanços no tratamento contra o câncer de mama, como o desenvolvimento de novas drogas mais eficazes e com menos efeitos colaterais. “Para pacientes que apresentam hiperexpressão do HER-2, existem medicamentos capazes de agir especificamente nas células tumorais, poupando as células saudáveis”, diz Virgínia Freitas. A oncologista cita a recém-lançada droga TDM-1, anticorpo ligado a um medicamento quimioterápico que é mais eficaz em comparação a drogas convencionais e com melhor tolerância. “Brevemente será incorporada em nossa prática clínica”, anuncia a especialista.

Ainda segundo Virgínia, os avanços mais importantes, no que se refere ao tratamento do câncer de mama, têm sido no desenvolvimento de testes genéticos capazes de melhor classificar o subtipo do tumor, identificando as pessoas que são sensíveis a determinados tipos de tratamento. “Assim, poderemos indicar tratamento medicamentoso apenas para aquelas pacientes que terão benefício, poupando dos efeitos colaterais as que não precisam”, elucida a médica.



Médicos do Grupo CAM participam do Congresso Mundial de Mastologia

Evento foi em Salvador e apresentou importantes pesquisas e trabalhos científicos

A equipe médica do Grupo CAM marcou presença no 17º Congresso Mundial de Mastologia da Sociedade Internacional de Senologia (SIS), que aconteceu entre os dias 10 e 13 de outubro, em Salvador. Na ocasião, foram apresentados trabalhos científicos e recentes pesquisas acerca da área médica que se dedica ao estudo das glândulas mamárias. “O evento reuniu especialistas do mundo todo das diversas áreas envolvidas no diagnóstico e tratamento do câncer de mama e contou com a participação de palestrantes de altíssimo nível, que abordaram os mais importantes aspectos da mastologia atual”, comentou a mastologista Ana Cláudia Imbassahy, avaliando a importância do evento. “Em razão dos temas debatidos, o encontro proporcionou a atualização e o aprimoramento dos seus participantes”, conclui a médica.

“É IMPRESCINDÍVEL QUE HAJA UMA EQUIPE MULTIPROFISSIONAL TRABALHANDO EM CONJUNTO”

Virgínia Freitas,
oncologista da
Clion

O tratamento do câncer de mama envolve a combinação de cirurgia, seguida de terapia medicamentosa, que inclui quimioterapia, bloqueio hormonal, agentes biológicos e radioterapia. A escolha do tipo de tratamento vai depender do subtipo histológico (tecido), do estadiamento (estágio em que se encontra) e de fatores que determinam a sensibilidade do tumor a tratamentos específicos. A idade da paciente, presença de outras doenças e preferências também podem influenciar nessas escolhas. “É imprescindível que haja uma equipe multiprofissional trabalhando em conjunto, com radiologista, patologista, mastologista, cirurgião plástico, oncologista, radioterapeuta, enfermagem oncológica, psico-oncologista, nutricionista e fisioterapeuta”, completa Virgínia.



[notas]

Grupo CAM inicia Programa de Avaliação de Desempenho

O Grupo CAM busca sempre incentivar a sua equipe de colaboradores, com o objetivo de proporcionar um serviço de excelência e um atendimento humanizado a seus clientes. Assim, o grupo criou o Programa de Avaliação de Desempenho para reconhecer e premiar os funcionários que se destacam por seu comprometimento com o trabalho e dedicação às suas funções. “Acreditamos que cada um de nossos colaboradores é parte essencial do Grupo CAM, e é através deles que nosso atendimento de excelência é concretizado a cada dia”, declara a gestora de RH do grupo, Fernanda Quinet. As seleções são bimestrais e já começaram. A primeira empresa do grupo a pôr em prática o programa foi a Clínica CAM (Itaigara e Canela), que nos meses de julho e agosto elegeu cinco funcionárias destaques nas funções de recepcionista, atendente de consultório e operadora de Telemarketing, atribuindo-lhes um botom vermelho com o selo de qualidade CAM. Parabéns às recepcionistas Tânia Jaqueline Reis e Girlândia Santana, às atendentes Jamylle Maiara Ferreira e Carolina dos Reis, e à operadora de Telemarketing Roberta Cardoso, pelo excelente desempenho profissional.

Elas foram destaque

Fotos: Divulgação



Carolina dos Reis
(atendente de consultório CAM Itaigara)



Jamylle Maiara
(atendente de consultório CAM Canela)



Girlândia Santana
(recepcionista CAM Canela)

Superação e perseverança são temas de encontro realizado pelo Grupo CAM

Uma história de superação e perseverança. Assim pode ser definida a vida do baiano, natural de Monte Santo, Cláudio Vieira, portador de uma rara deficiência física e que, apesar de todas as dificuldades, conseguiu se graduar em Contabilidade pela FTC de Feira de Santana. Vieira participou da palestra “Ser feliz no trabalho: uma questão de atitude”, proferida pelo oncologista do Grupo CAM Leonardo da Fonseca (CRM 14802), no dia 25 de agosto, no Auditório Aristides Maltez – Grupo CAM. Citando o contabilista como exemplo, o médico promoveu reflexões baseadas nos valores da vida, na necessidade humana de evolução e nos caminhos a serem seguidos para o progresso profissional e pessoal de cada um. O evento, que reuniu colaboradores e médicos do grupo, contou com a participação do diretor executivo do Grupo CAM, o médico João Soares de Almeida. Na ocasião, o gestor falou da história da instituição, da qual foi um dos fundadores.

Divulgação



Roberta Cardoso
(operadora de Telemarketing do Grupo CAM)



Tânia Jaqueline
(recepcionista CAM Itaigara)

Centro de pesquisas é avaliado para receber o Selo Invitare de Qualidade em Pesquisa Clínica

O Centro de Pesquisas da Clion foi selecionado para ser avaliado pelo Programa de Qualificação de Centros de Pesquisa – 2012. A avaliação, que é realizada pela Invitare em parceria com a Sanofi-Aventis, aconteceu nos dias 18 e 19 de outubro. Na ocasião, o Centro de Pesquisas Clínicas da Clion contou com a visita técnica de Greyce Lousana, fundadora e presidente executiva da Sociedade Brasileira de Profissionais em Pesquisa Clínica e membro do Conselho Nacional de Saúde (CNS/MS). A avaliação consistiu em duas etapas. Na primeira, foi observado o cumprimento das normas da IN4/2009-Anvisa, referentes à estruturação física, fluxos operacionais e capacitação dos profissionais envolvidos na condução dos estudos clínicos na Clion. Na segunda etapa, o centro recebeu treinamento de equipe, focado no aperfeiçoamento, com curso personalizado de acordo com as necessidades identificadas na primeira fase. O objetivo do programa é a identificação, através de selo de qualidade, dos centros de pesquisa que atuem dentro de padrões das boas práticas clínicas, legislações nacionais e guias éticos internacionais.

BEM CUIDAR

Há dois anos projeto dá suporte técnico e emocional aos pacientes da Clion

A Clion tem como missão prestar assistência de excelência aos seus pacientes, fornecendo serviços de qualidade que atendam a requisitos legais, científicos e humanitários. Assim, a clínica criou, há dois anos, o projeto Bem Cuidar. Responsável por promover encontros com os pacientes oncológicos da instituição, o programa tem como objetivo levar informação acerca do tratamento contra os diversos tipos de câncer, além de apoio profissional para o enfrentamento da doença. Através de uma equipe multidisciplinar composta por psicóloga, nutricionista e enfermeira, o projeto combate as diversas crenças equivocadas sobre tratamentos como a quimioterapia. São mitos que costumam confundir os enfermos, gerando ansiedade e angústia entre eles.

“O Bem Cuidar possibilita ampliação à rede de relações de amparo ao paciente com câncer e oferece um espaço de informação, diálogo e troca, como estratégia positiva para a criação de recursos de enfrentamento e elaboração do processo de adoecimento”, explica a psicóloga responsável pela condução do projeto, Mariana Cordeiro. As reuniões do grupo acontecem mensalmente na própria Clion, geralmente aos sábados, e são abertas à participação de todos os pacientes da clínica.

Os encontros, que duram cerca de quatro horas, possuem uma etapa informativa e outra psicoterapêutica. Na primeira, a equipe multidisciplinar promove palestras sobre assuntos relacionados ao câncer, tais como alimentação, direitos do paciente oncológico, cuidados em fisioterapia, aspectos emocionais, entre outros. Já na psicoterapêutica, os pacientes têm espaço para compartilhar as suas questões, em um encontro mediado pela psicóloga, responsável por pontuar e intervir nas falas. “Uma rede de suporte de indivíduos que partilham as mesmas preocupações permite uma comunicação aberta, a troca de experiências e o fortalecimento emocional para uma reabilitação que contribua para uma melhor qualidade de vida”, ressalta Mariana.



A funcionária pública Maria Eugênia Vasconcellos, a psicóloga Mariana Cordeiro e a dona de casa Maria Célia Campos

Resultados – As estratégias de humanização adotadas nas reuniões do Bem Cuidar têm apresentado bons resultados, segundo pesquisas de satisfação realizadas com os pacientes. “Mais de 80% dos parti-



Participantes do grupo Bem Cuidar, que há dois anos se reúne na Clion

cipantes dos encontros referiram bem estar emocional, segurança, motivação e satisfação por terem adquirido informações válidas a respeito da patologia”, comemora Mariana Cordeiro.

São casos como o da funcionária pública Maria Eugênia Vasconcellos. Frequentadora assídua das reuniões desde a criação do grupo, ela descobriu que tinha câncer de mama em 2005, durante uma visita de rotina ao médico. “No início, tive medo de não resistir à doença”, revela a administradora de empresas por formação, atualmente com 57 anos de idade. Maria Eugênia chegou a ser submetida a cirurgias, além de radioterapia e quimioterapia. “A frequência às reuniões do Bem Cuidar me ajudou muito a criar esperança e lutar contra a doença, com força e fé em Deus”, afirma.

A dona de casa Maria Célia Campos descobriu que tinha câncer de mama em 2007, mas só começou a frequentar as reuniões do grupo no ano passado. “O Bem Cuidar tem me ajudado muito, porque me informa sobre formas de prevenção e dicas de benefício para a minha saúde”, conta Maria Célia, que já passou por cirurgia de retirada do câncer e quimioterapia. Atualmente sob tratamento medicamentoso, ela afirma estar curada, mas faz questão de continuar frequentando o grupo. “Me desfaço de qualquer compromisso para participar das reuniões”, brinca a dona de casa de 60 anos. O motivo é nobre: “Me curei, mas continuo participando para levar esperança às amigas que fiz no grupo e que precisam de força para enfrentar a doença”.

A aposentada Ana Bouzas, 64 anos, também reconhece a importância dos encontros do Bem Cuidar para o enfrentamento do câncer de mama descoberto há cinco anos, em um exame de rotina. Ela, que se define como uma pessoa reservada, prefere ouvir ao invés de falar e assim escuta atentamente os relatos das outras pacientes. “Aprendo muito com as experiências compartilhadas e, em muitas vezes, vejo que o meu problema é bem menor do que o de muita gente”, observa Ana, enquanto reflete sobre a importância do programa. “Nas reuniões do Bem Cuidar entendemos que não estamos sozinhas nessa dura trajetória, pois podemos contar umas com as outras e ainda ter o suporte dos profissionais que atuam no grupo”, afirma.

Para inscrições e mais informações acerca do projeto, os interessados podem entrar em contato com a Clion no telefone 71 2105.6565, ou diretamente na recepção da clínica.



[tabagismo] ENTREVISTA:

Divulgação

O tabagismo é um problema de saúde pública mundial, responsável por grande parte das mortes por doenças cardíacas, pulmonares e cânceres. Quem sofre de dependência à nicotina está sujeito a, pelo menos, 25 tipos de doença. Entre as patologias que mais acometem os fumantes estão pressão alta, câncer de pulmão, câncer de bexiga, infarto do miocárdio, derrame cerebral, arteriosclerose, bronquite asmática e enfisema pulmonar. A boa notícia é que nunca é tarde para abandonar o vício do cigarro. “Sempre haverá benefícios ao parar de fumar, mesmo para aquele paciente que fuma há muitos anos ou que tem idade avançada”, tranquiliza o oncologista do Grupo CAM Leonardo da Fonseca (CRM: 14.802). Em entrevista, o especialista explica os malefícios do tabagismo e dá dicas para quem tenta, mas ainda não conseguiu deixar de fumar.



Leonardo da Fonseca,
oncologista do Grupo
CAM

Quais os principais malefícios do tabagismo?

Fonseca – O tabagismo é responsável por 90% dos casos de câncer de pulmão e está diretamente relacionado ao aparecimento de tumores malignos em boca, esôfago, laringe, pâncreas, rins, bexiga e colo do útero. Além disso, pode provocar impotência sexual, infertilidade, abortamentos ou até sequelas para bebês cujas mães fumam durante a gestação, além de bronquite crônica, enfisema, doença coronariana, doenças cerebrovasculares, parto prematuro, baixo peso ao nascer, aumento do risco de desenvolvimento de tuberculose, infecções respiratórias, bronquiolite, catarata e osteoporose.

E para os fumantes passivos?

Fonseca – O tabagismo passivo aumenta em 30% o risco de uma doença do coração e já é a terceira maior causa de morte evitável no mundo. A fumaça dos derivados do tabaco torna-se ainda mais grave em ambientes fechados, pois o ar poluído contém, em média, três vezes mais nicotina e monóxido de carbono e até 50 vezes mais substâncias cancerígenas do que a fumaça que entra pela boca do fumante depois de passar pelo filtro do cigarro. Em crianças, o tabagismo passivo provoca maior frequência de resfriados e infecções do ouvido médio e risco maior de doenças respiratórias.

Por que o tabagismo favorece a gangrena em partes do corpo e a impotência sexual?

Fonseca – Indivíduos que fumam têm três vezes mais chance de apresentar necrose de pele, aumento no risco de gangrena e dificul-

dade de cicatrização após cirurgias. O uso do cigarro obstrui as artérias e dificulta a circulação do sangue. No pênis acontece o mesmo que acontece nas coronárias: o fumo deixa as artérias entupidadas, com pouca dilatação, o que reduz o fluxo sanguíneo e pode diminuir, dificultar ou até impedir a ereção.

Para quem quiser parar de fumar, quais são os tratamentos?

Fonseca – Embora parte dos fumantes consiga abandonar o tabagismo por conta própria, existe uma parcela considerável que irá necessitar de auxílio médico e do uso de remédios para largar o vício. A descontinuação do consumo do tabaco sem ajuda só é possível em 4% a 7% dos casos. Especialistas formularam um documento único sobre as condutas a serem empregadas no tratamento do fumante no Brasil, considerando a abordagem cognitivocomportamental, as terapias medicamentosas, os métodos alternativos e a abordagem para grupos especiais de pacientes. O vício de fumar não se resume apenas ao vício da nicotina. Na verdade, fumantes são viciados em acender cigarros, segurá-lo por longos minutos entre os dedos enquanto fumam, dirigir fumando, acender um cigarro para dar um telefonema. Parte do processo de parar de fumar consiste exatamente em entender, es- tudar e atacar esses hábitos.

Existe uma metodologia?

Fonseca – Parar de fumar é mais fácil quando a pessoa está motivada e escolhe uma data para que isso aconteça. A partir daí, é importante organizar a vida, começar uma atividade física

e mudar a rotina, evitando hábitos como o cafezinho acompanhado do cigarro. Depois disso, o tratamento pode ser o uso de um adesivo que diminua os sintomas de abstinência, por exemplo. Já o uso de chicletes de nicotina é menos eficiente que o adesivo, mas deixa a pessoa com a boca ocupada. Quem tem gastrite não pode usar esses chicletes, pois eles podem prejudicar o estômago e causar aftas. O cuidado para não haver recaídas deve ser constante. Atualmente, há dois tipos de terapia medicamentosa, ambas com elevadas taxas de sucesso, para auxiliar o abandono do cigarro: a terapia de reposição de nicotina e a bupropiona.

Quais os benefícios de parar de fumar?

Fonseca – Sempre haverá benefícios ao parar de fumar, mesmo para o paciente que fuma há muitos anos ou que tem idade avançada. Esse ganho se dará em termos de uma vida mais saudável, com menos chances de adoecer. Em 20 minutos, a pressão arterial volta ao normal. Após oito horas, os níveis de monóxido de carbono voltam ao normal, aumenta o nível de oxigenação. Com 24 horas, o risco de acidente cardíaco relacionado ao fumo diminui. Em 48 horas, ocorre uma melhora do paladar e do olfato. Duas semanas depois, melhora da circulação sanguínea. Entre um e nove meses, já se pode notar melhora da tosse, rouquidão, fadiga e falta de ar. Depois de um ano, os riscos de doenças cardíacas caem pela metade. Com cinco anos, cai a taxa de mortalidade por câncer. E após 10 anos de abandono do cigarro, o risco de morte por infarto torna-se igual ao de uma pessoa que nunca fumou.



Uma publicação do Grupo CAM | Reportagem e projeto gráfico: Criarmed - Marketing em Saúde : (71) 3183-0360 | Jornalista Responsável: Reinaldo Braga (MTBa 1789) |

Textos: Mara Rocha | Fotos: Roberto Abreu, banco de imagens e divulgação | Diagramação: Emerson Lima Revisão: Calixto Sabatini



Clínica CAM
Diretor Técnico:
Dr. Airton Ribeiro
CRM 10652 BA
Central de Marcação:
71 3352-8800
Serviços CAM:
Anatomia Patológica
Core Biopsy
Ginecologia/Obstetrícia
Mamotomia
Mastologia
Mamografia Digital DR
PAAF
Radiografia Digital
Ressonância Magnética
Ultrassonografia Geral



CLION - Clínica de
Oncologia
Diretor Técnico:
Dr. Renato Coelho
CRM 7097 BA
Central de Marcação:
71 2105-6565
Serviços CLION:
Oncologia Clínica
Hematologia
Mastologia
Cirurgia Oncológica
Cirurgia Torácica
Cirurgia de Cabeça e Pescoço
Urologia
Gastroenterologia
Nutrição
Psicologia
Fisioterapia



GMN - Grupo de
Medicina Nuclear
Diretor Técnico:
Dr. Bernardo Pedreira
CRM 14344 BA
Central de Marcação:
71 3354-2977
Serviços GMN:
Cintilografias em Geral
Cintilografia Miocárdica
Cintilografia Óssea Cirurgia
Radioguiada
Medicina Nuclear



ION - Instituto de
Oncologia da Bahia
Ltda.
Diretor Técnico:
Dr. Augusto Tufi
Hassan
CRM 5734 BA
Central de Marcação:
75 2101-5555
Serviços ION:
Oncologia Clínica
Cirurgia Oncológica
Mastologia
Urologia
Mamografia Digital
Core Biopsy
PAAF
Ultrassonografia Mamária
Nutrição
Psicologia



OSTEO - Centro
de Diagnóstico de
Osteoporose
Diretor Técnico:
Dr. Adalberto Visco
CRM 6118 BA
Central de Marcação:
71 2101-0505
Serviços OSTEO:
Densitometria Óssea:
Coluna
Corpo total com composição corporal
Fêmur
Pediátrica
(71) 2105-6565