



# INFOSAU

INFORMATIVO SOBRE SAÚDE PREVENTIVA

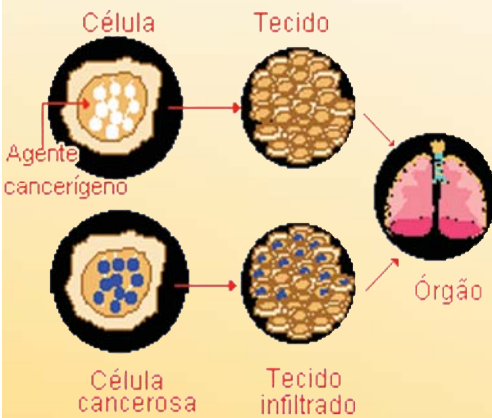
Ano III - n° 029 - setembro de 2004

MINISTÉRIO DA DEFESA  
EXÉRCITO BRASILEIRO  
DEPARTAMENTO-GERAL DO PESSOAL  
DIRETORIA DE SAÚDE  
(Repartição do Cirurgião-Mor do Exército / 1808)

E-mail: dsau@dgp.eb.mil.br  
Tel.: 0xx61 415 5567

## CÂNCER

O câncer, nome que representa mais de 100 doenças diferentes, pode ser definido como uma situação anormal em que ocorre crescimento desordenado de células, invadindo estruturas adjacentes ou outros órgãos do corpo. São os chamados tumores malignos.



Quando, além do tumor inicial, surgem lesões secundárias em outras regiões do organismo, estas são denominadas metástases.

O tumor (ou neoplasia) recebe o adjetivo de maligno quando apresenta características de crescimento rápido, células alteradas e agressividade, constituindo risco de morte. Já no caso em que o crescimento é devagar, com células parecidas com as originais, denomina-se tumor benéfico e, raramente, resulta em risco para a vida do paciente.

Existem vários tipos de câncer conforme sua origem celular. Por exemplo, se o câncer tem início na pele ou nas mucosas ele é chamado de carcinoma; se ocorre em ossos, músculos ou cartilagens é chamado de sarcoma.

As causas que dão origem ao câncer são diversas, podendo ser internas ou externas ao corpo.

As causas internas, em geral, são de origem genética ou relacionadas à capacidade de defesa do organismo às agressões. Já as causas externas podem estar relacionadas ao meio ambiente e aos hábitos individuais relativos à cultura e aos costumes sociais. Ambas as causas interagem aumentando as chances de surgir algum tipo de câncer.

A maioria dos casos de câncer tem relação com os fatores citados, sendo os mais conhecidos o cigarro e a exposição excessiva ao sol.

Esses fatores são chamados de cancerígenos ou carcinógenos.

# Dúvidas

## **O câncer é hereditário?**

Em geral, o câncer não é hereditário. Apenas alguns tipos, raros, são herdados (o retinoblastoma, tipo de câncer de olho em crianças, é exemplo).

## **O câncer é contagioso?**

Não. Mesmo aqueles causados por vírus não são contagiosos, ou seja, não passam de uma pessoa para a outra.

## **Todo tumor é câncer?**

Não. Tumor significa um aumento de volume observado em qualquer parte do corpo. O tumor que ocorre pelo aumento do número de células é chamado de neoplasia, que pode ser benigna ou maligna. O câncer é uma neoplasia maligna.

## **O câncer pode ser prevenido?**

Alguns tipos de câncer podem ser prevenidos, como os causados pelo fumo e pelo álcool. Outros, relacionados à dieta, também podem ser prevenidos. Muitos cânceres de pele podem ser prevenidos pela proteção contra os raios solares.

## **O câncer tem cura?**

Muitos tipos de câncer são curáveis, desde que tratados em estágios iniciais, o que é possível com o diagnóstico precoce. Mais da metade dos casos de câncer já tem cura.

## **Como é o tratamento do câncer?**

Sempre é feito com uma estrutura médico-hospitalar e recursos humanos qualificados, compondo equipes multiprofissionais. O tratamento pode ser realizado por meio de cirurgia, radioterapia ou quimioterapia, combinados ou não, conforme o tipo de câncer e seu estágio evolutivo.

## **Quem está sob risco de desenvolver câncer?**

Qualquer pessoa. Com a idade, a ocorrência do câncer aumenta; a maioria dos casos acontece entre adultos de meia idade ou mais velhos. Usa-se o chamado risco relativo para medir a relação entre os fatores de risco e o câncer. Por exemplo, os fumantes têm um risco relativo 10 vezes maior de desenvolver câncer de pulmão quando comparados aos não fumantes; mulheres com uma história familiar de câncer de mama (ocorrência da doença em mãe, irmã ou filha) têm cerca de duas vezes mais risco de desenvolver câncer de mama, do que mulheres sem história familiar.



**IMÓVEL - CARRO - MOTO**

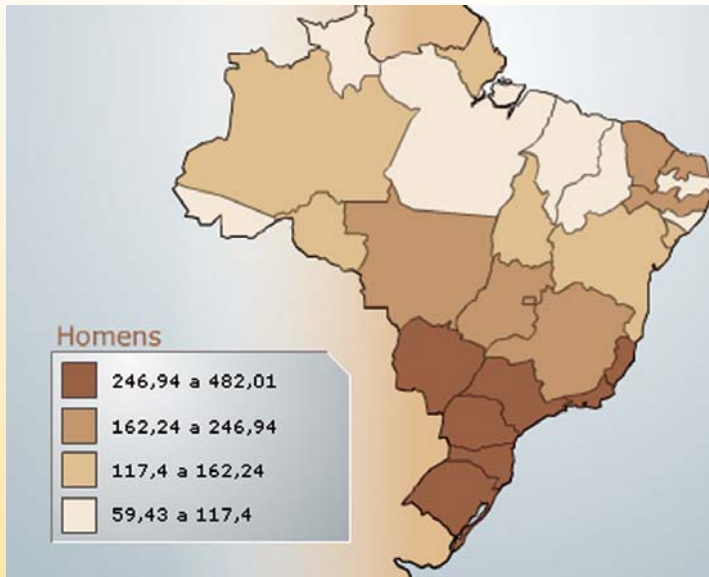
As melhores taxas e prazos de pagamento

0800 61.3040

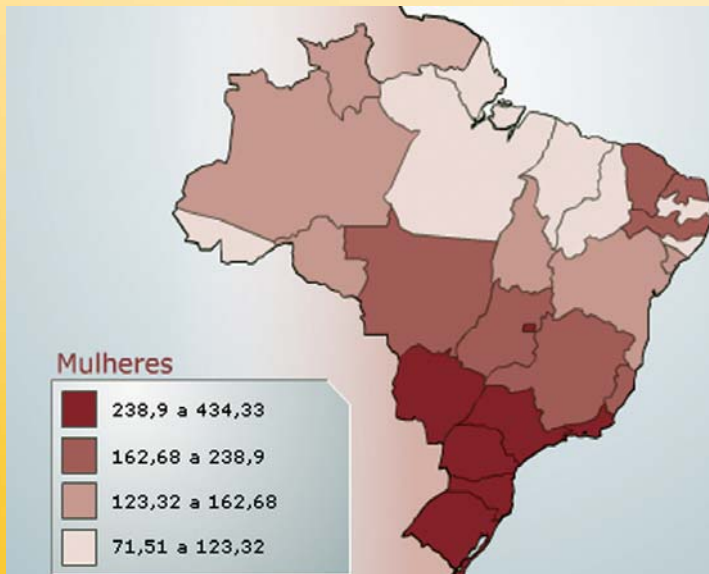
[www.poupeX.com.br](http://www.poupeX.com.br)

# Dados Estatísticos

Representação espacial das taxas brutas de incidência, de todas as neoplasias, por 100.000 homens, estimadas para o ano 2005, segundo a Unidade da Federação



Representação espacial das taxas brutas de incidência, de todas as neoplasias, por 100.000 mulheres, estimadas para o ano 2005, segundo a Unidade da Federação



# Dicas para evitar o câncer

- \* **Parar de fumar!**
- \* **Ter alimentação saudável pode reduzir as chances de desenvolver câncer em pelo menos 40%.**
- \* **Evitar ou limitar a ingestão de bebidas alcoólicas.**
- \* **Realizar consultas médicas anualmente, para a realização de “check up”.**
- \* **Homens acima dos 45 anos devem fazer, regularmente, acompanhamento médico especializado para prevenir o câncer de próstata.**
- \* **Mulheres acima dos 40 anos, devem fazer acompanhamento médico para a prevenção do câncer de mama, realizando o autoexame regularmente e a mamografia conforme orientação especializada.**
- \* **Ainda, mulheres a partir dos 25 anos devem realizar exame preventivo ginecológico.**
- \* **Evitar exposição prolongada ao sol, entre 10h e 16h (horário de verão), tanto no laser quanto nas atividades diárias, usando, sempre, proteção (chapéu de aba larga, camisa de manga longa e calça comprida e protetor solar).**
- \* **Realizar, diariamente, a higiene oral (escovação) e consultar o dentista regularmente.**



VOCÊ NÃO PRECISA ESTICAR SUAS ECONOMIAS PARA DEIXAR SEU CARRO 100% SEGURO  
BASTA ESCOLHER O CAMINHO CERTO  
**SEGURO AUTO FHE**

**0800 61.3161** de segunda a sábado - 6h30 às 19h30

**PROOEB**  
ADMINISTRAÇÃO DE  
CORRETORA DE  
SEGUROS