

Marcelo Ferreira/CB/D.A Press



Da esquerda para a direita: Karimi Amaral, Cristiano Resende e Carolina Seabra

A importância do pós-tratamento

A rede de apoio, seja familiar ou profissional, faz parte do processo de cura, segundo especialistas

» DARCIANNE DIOGO
» MARIA EDUARDA LAVOCAT

Após a cura do câncer de mama, muitas pacientes se perguntam: “E agora? Isso é suficiente?”. Embora tenham superado a doença, essas mulheres frequentemente enfrentam o medo persistente da recidiva do tumor, convivendo com sequelas, dores crônicas, abalos na saúde mental e uma qualidade de vida muitas vezes prejudicada. Esses desafios, tanto durante quanto após o tratamento, foram temas centrais do segundo painel do *CB. Debate Câncer de Mama: Uma Rede de Cuidados*, realizado ontem pelo *Correio Braziliense*.

Na roda de conversa participaram Karimi Amaral, médica mastologista e membro da Sociedade Brasileira de Mastologia; Cristiano Resende, médico oncologista do Grupo Oncoclínicas, com área de atuação no câncer de mama; e Carolina Seabra, psicóloga, professora e especialista em psico-oncologia.

Segundo o Ministério da Saúde, no Brasil, o câncer de mama é o mais incidente em mulheres, em todas as regiões, e a primeira causa de morte em pessoas do sexo feminino no país. De acordo com o órgão, a incidência e a mortalidade por câncer de mama tendem a crescer progressivamente a partir dos 50 anos. Apesar do número alarmante, a taxa de cura da doença em estágio inicial é de 92% a 97%. Em estágio avançado, de 80% a 40%.

Por esse motivo, os médicos alertam para o diagnóstico precoce. Karimi Amaral ressaltou que, embora a doença atinja um alto percentual de mulheres, cada caso é único e o tratamento deve ser adequado para cada tipo de paciente. “O tumor pode até ter o mesmo tamanho e ser idêntico, mas lidamos com pessoas de idades e metabolismos diferentes. Uma vez dado o diagnóstico, identificamos o tipo do tumor e iniciamos o tratamento por meio da cirurgia ou remédios. Atualmente, temos técnicas menos agressivas do que tínhamos antes. E, hoje, é necessário entender que, mesmo que

um tumor seja pequeno, ele pode ser muito mais agressivo que um maior”, enfatizou.

Acompanhamento

Descoberta a doença, feito o tratamento e curada, a mulher, na maioria das vezes, sente-se desamparada. Sem uma rede de apoio pessoal e profissional, ela acredita que viver uma vida desprovida do bem-estar é a única alternativa. Hipótese essa repudiada pelos profissionais de saúde durante o debate. Na avaliação dos médicos, a cura vai além da retirada do tumor. “Operamos mulheres com 40, 50 anos, que têm uma demanda alta do dia a dia, com traba-

lho, com filhos e casamento. Se eu entrego essa mulher menos mutilada, isso é muito importante”, avaliou.

“Com o avanço dos tratamentos, as mulheres estão sobrevivendo, mas o que podemos fazer para essa reabilitação? Ela tem o direito de ter uma qualidade de vida, de ter uma vida a dois satisfatória. Pegar essa mulher e tratar em equipe é fundamental”, frisou a médica.

A psicóloga Carolina Seabra lida com situações desse tipo diariamente. Ela explica que as mudanças corporais e estéticas na paciente podem desencadear graves problemas emocionais. “Haverá uma mudança na

forma como ela vai se ver. Em um lar onde a mulher é o pilar, quando abalado, se desestruturou e, quando não há um suporte, fica difícil se adaptar à nova realidade. Então, é necessário ter esse olhar profissional e com cuidado para auxiliá-la no ajuste dessa rotina.”

Durante o período de cuidados oncológicos, são normais as alterações no estilo de vida, seja no afastamento do trabalho, emocional prejudicado e até o comprometimento do funcionamento físico e hormonal. “O apoio vem para ajudar nessa reorganização, em ajustar essas reações, regular as emoções para beneficiar o tratamento durante a doença”, garante a psicóloga.

Rede pública

176 Unidades básicas de saúde (porta de entrada para a detecção da doença)

10 Mamógrafos

16.138 Mamografias foram realizadas de janeiro a agosto de 2024

2 MIL É a média de mamografias realizadas mensalmente

917 Mulheres estão direcionadas para a mamografia

14 Mulheres estão na fila de espera para a cirurgia do câncer de mama

4

Dos casos para cirurgia são críticos

Fonte: SES-DF

O tumor pode até ter o mesmo tamanho e ser idêntico, mas lidamos com pessoas de idades e metabolismos diferentes”

Karimi Amaral, da Sociedade Brasileira de Mastologia

Apesar de ser temida, a quimioterapia não pode ser 'vilanizada', pois é crucial em alguns casos para aumentar as chances de cura”

Cristiano Resende, oncologista da Oncoclínicas

Em um lar onde a mulher é o pilar, quando abalado, se desestruturou e, quando não há um suporte, fica difícil se adaptar à nova realidade”

Carolina Seabra, psicóloga

Inovação e saúde

O oncologista Cristiano Resende destacou os avanços significativos no tratamento do câncer nos últimos anos. “Agora, contamos com imunoterapia, drogas combinadas com endocrinoterapia e inibidores específicos das células cancerígenas, que aumentam consideravelmente as chances de cura. A evolução na medicina também nos permite evitar tratamentos desnecessariamente tóxicos através de assinaturas genômicas, poupando pacientes da quimioterapia sem comprometer a eficácia do tratamento”, explicou.

Cristiano também enfatizou que, embora a quimioterapia seja um tratamento difícil, com efeitos colaterais desagradáveis, ela não deve ser evitada a todo custo. “Apesar de ser temida, a quimioterapia não pode ser ‘vilanizada’, pois é crucial em alguns casos para aumentar as chances de cura”. Ele lembrou que o tratamento pode trazer efeitos colaterais desagradáveis, mas que já existem estratégias preventivas e intervenções farmacológicas e não farmacológicas para amenizar esses sintomas.

Após o tratamento, o acompanhamento contínuo é fundamental, especialmente no que se refere ao estilo de vida da paciente. Fatores como obesidade, sedentarismo, tabagismo e consumo de álcool estão diretamente relacionados ao risco de recidiva. “Alterações nesses hábitos são essen-

ciais para melhorar a qualidade e a expectativa de vida”, ressaltou o médico. A prática de atividades físicas também foi apontada como um elemento-chave para prevenir a recorrência do câncer e combater os efeitos colaterais da quimioterapia. “Exercícios físicos reduzem em quase 40% o risco de retorno do câncer de mama, além de melhorarem a fadiga e a disposição das pacientes”, afirmou.

Segundo o médico, também é necessário realizar a mamografia na frequência adequada pois “detecções de lesões cancerígenas em estágios iniciais aumentam significativamente as chances de cura com menos necessidade de tratamentos invasivos e isso só é possível com a mamografia”, diz. De acordo com a Sociedade Brasileira de Mastologia, o exame como forma de rastreamento do câncer é indicado para mulheres acima dos 40 anos, anualmente.

“Uma das inovações é o uso do teste genético para identificar pacientes com predisposição hereditária ao câncer de mama, o que não só orienta as decisões cirúrgicas e familiares, mas também oferece novas abordagens terapêuticas. Por exemplo, para pacientes de alto risco, existe um medicamento, o olaparib, que pode reduzir em até 40% o risco de recidiva do câncer e 30% a mortalidade relacionada.”

Além disso, a acessibilidade aos testes genéticos melhorou, o que tem ajudado a ampliar as opções de tratamento e prevenção. A paciente Angelina Jolie foi um marco na popularização e desmistificação do teste BRCA, tornando-o mais comum e acessível.