

DESVENDANDO O EXAME

CÂNCER DE MAMA: A importância da detecção precoce



A Organização Mundial de Saúde (OMS) revela que o câncer de mama é a doença mais temida pelas mulheres, por causa da alta frequência (é o segundo tipo de câncer mais assíduo entre a população feminina) e dos efeitos psicológicos, que afetam a percepção da sexualidade e a própria imagem pessoal. Os especialistas nesse tipo de câncer afirmam que a mamografia ainda é a melhor forma de detecção da enfermidade.

De acordo com o mastologista Carlos Vinícius Leite, 49 mil novos casos são esperados para o ano de 2011. "Os números comprovam que este problema é muito sério e que afeta uma população muito grande. A detecção precoce ainda é a melhor forma de se tratar esse câncer e alcançar bons resultados", alertou o médico.

Ainda de acordo com o Dr. Carlos Vinícius, a mamografia continua sendo a melhor forma de prevenção. "O autoexame é importante, até mesmo na parte educacional, como política pública, mas, às vezes, a pessoa não consegue constatar nenhum nódulo e acha que está tudo bem. É comum encontrarmos pacientes assim, nesta falsa condição. Além disso, o autoexame identifica apenas nódulos maiores do que um ou dois centímetros, por isso, o melhor é fazer a mamografia", afirmou.

Apesar da fama de ser incômoda, a mamografia é feita, hoje, com equipamentos mais avançados e confortáveis. "Atualmente, o exame é mais tranquilo. A calibração do equipamento é melhor e gera menos indisposição. Sempre aconselho as pacientes a fazerem esse exame após o período menstrual, para evitar o incômodo", aconselhou o mastologista.

Para quem busca a prevenção, a dica é manter hábitos saudáveis, não consumir bebidas alcoólicas, cigarros e praticar exercícios físicos. "É importante lembrar que o câncer de mama não atinge só as mulheres. Os homens também podem sofrer com o mal, apesar das ocorrências serem menores do que nas mulheres. O ideal é que todos os que possuem essa doença no histórico familiar façam a mamografia, anualmente, depois dos 35 anos", aconselhou o médico.



Dr. Carlos Vinícius

perguntas FREQUENTES

1 - Quais são os sintomas mais comuns do câncer de mama? O autoexame ajuda no diagnóstico do câncer?

R: O câncer de mama na sua fase inicial não dá sintomas. Somente numa fase em que o tumor passa a ser palpável, a paciente percebe um nódulo, frequentemente indolor, duro e irregular. O autoexame pode sim ajudar no diagnóstico do câncer, porém, é preciso estar ciente de que o exame por si só não é um método adequado para o diagnóstico do câncer de mama. É necessário realizar exames médicos como a mamografia para diagnosticar com certeza as lesões em fase inicial, que são descobertas antes de serem detectadas pelo toque, e têm maior possibilidade de cura.

2 - Existem fatores que aumentam a incidência do câncer de mama?

R: Sim. Fatores como a obesidade e o sedentarismo, além de hábitos como o tabagismo e a ingestão excessiva de álcool, gestação tardia e terapia de reposição hormonal sem critérios combinados e por longo período estão associados ao câncer de mama.

3 - O câncer de mama tem cura? Como é feito o tratamento?

R: Sim, é possível curar o câncer de mama. Quanto menor o tumor, maior é a chance de cura. O tratamento é realizado de acordo com o estado clínico e a análise de vários fatores. Basicamente temos o tratamento cirúrgico, o quimioterápico, a radioterapia, a hormonioterapia e terapia "alvo". Cada paciente vai ser estudada individualmente e será realizado um planejamento terapêutico que definirá o tratamento que será utilizado. É importante que a paciente participe e interaja sobre como será o seu tratamento já que isto vai deixá-la mais segura sobre tudo o que vai passar.

4 - Tomar pílulas anticoncepcionais pode aumentar o risco?

R: Não há estudos que comprovem esta questão, principalmente com as pílulas comercializadas hoje. Mas temos que ficar atentos quando se associam o uso da pílula com a primeira gestação tardia, após 34 anos. Nesse caso, a pílula pode sim aumentar o risco de câncer de mama.



Facilidade e rapidez nas coletas

Unidade do Alto da Serra conta com estrutura moderna para atendimento



Com o objetivo de aproximar cada vez mais o Laboratório de Corrêas de seus clientes, postos de coleta foram criados em pontos estratégicos. A iniciativa facilitou o acesso ao Laboratório e permitiu um melhor atendimento. Dentro deste conceito, desde 2007, funciona no Hipershopping ABC, no Alto da Serra, uma das unidades do Laboratório.

"Foi com grande alegria que começamos a realizar o atendimento a toda população do Alto da Serra e regiões anexas e onde sentimos, no dia a dia, uma aceitação de maior frequência de clientes procurando nosso atendimento. Eu vejo o posto de coleta do Hipershopping ABC, hoje, com uma grande realidade e com um futuro promissor", declarou o Diretor Dr.

Denisvaldo Vieira Silveira, acrescentando que a região possui um grande potencial no que diz respeito à estrutura de prestação de serviços e, por isso, uma grande circulação de pessoas. Ele lembra que a instalação do posto de coleta no Hipershopping ABC foi estratégica, principalmente, por causa da comodidade oferecida aos clientes do Laboratório, que contam com um amplo estacionamento e fácil acesso à unidade.

A unidade obedece a todas as normas de excelência laboratorial, contando com estrutura moderna e atualizada, projetada para oferecer o melhor atendimento aos clientes. O espaço conta com salas de espera e confortáveis salas de coleta, em uma localização privilegiada.

NEWS

PREVENTIVO GINECOLÓGICO:

Exame pélvico e teste de Papanicolau



O exame pélvico e o teste de Papanicolau são os mais eficazes para detectar câncer de colo de útero e infecções vaginais, entre outras doenças sexualmente transmissíveis, como o papilomavírus humano (HPV), que está associado ao câncer cervical.

Hoje, o câncer de colo de útero tem 100% de cura, se descoberto a tempo. Graças ao exame de Papanicolau e aos novos métodos de tratamento, a morte por esse tipo de câncer diminuiu em até 80%.

A recomendação é que os exames sejam feitos, por todas, ao iniciarem a vida sexual, independente de idade e devem ser repetidos anualmente. Porém as mulheres maiores de 18 anos que não iniciaram a atividade sexual não podem deixar de fazê-los também. Mulheres com maior risco (que estejam entrando na menopausa, que se tratam ou se trataram de câncer cervical e que fizeram histerectomia - retirada do útero) devem repetir os exames pelo menos quatro vezes ao ano.

Facilidade e rapidez nas coletas (CONTINUAÇÃO)



A equipe é formada por profissionais capacitados, que passam por treinamentos frequentes para se manterem sempre atualizados.

"Nossa preocupação é oferecer um atendimento rápido e eficaz", garante Dr. Denisvaldo. Segundo ele, ter o posto de coleta no Hipershopping ABC é uma honra: "Fico feliz por ter acreditado no planejamento inicial e ver que hoje ele se tornou uma realidade de sucesso. A partir da instalação do nosso posto de coleta, vimos que houve um interesse e procura de empresas renomadas na área de saúde e de profissionais de outras áreas

para se instalar no Hipershopping ABC, local promissor para a área empresarial. Por mais uma vez, agradeço de coração a todos que direta e indiretamente contribuíram para esta realidade que é o Posto de Coleta do Hipershopping ABC".

A unidade do Alto da Serra fica na sala 203 do Hipershopping ABC e atende a convênios como Amil, Caberj, Gama Saúde, Golden Cross, Medial Saúde, Saúde Bradesco, SMH, Unimed e particular. O atendimento é feito de 2ª a 6ª feira, das 7h às 18h, e aos sábados, das 7h às 12h.

Mais informações podem ser obtidas pelo telefone 2242-4041.



PALAVRA DO LABORATÓRIO

O Laboratório de Corrêas tornou-se, nos últimos anos, referência em medicina diagnóstica para a cidade de Petrópolis. O Laboratório é responsável pelos exames de dois dos mais importantes hospitais da cidade, Hospital Unimed e SMH - Beneficência Portuguesa, além do serviço de pronto-atendimento da Unimed Itaipava, Policlínica SMH em Xerém, Sanatório Oswaldo Cruz (SOC), da Clínica Renalle, GE Celma, Cervejaria Itaipava e de mais 3 postos de coleta em pontos diversos do município. Esta posição de destaque deve-se fundamentalmente ao espírito empreendedor do Dr. Denisvaldo Vieira, Diretor Geral, e do Dr. Antônio Luiz C. Gonçalves, Diretor Médico, que com extrema competência técnica, mas, acima de tudo com sua credibilidade, conseguiram reunir uma equipe de colaboradores de excelente nível profissional, comprometidos com os princípios que norteiam a empresa.

É com esse espírito e com muita satisfação, que me sinto honrado em ter sido convidado a participar deste grupo.

A presença de um Endocrinologista é comum em grandes laboratórios. A intenção é melhorar a qualidade dos exames, correlacionando-os com a clínica e promover um estreitamento na relação do laboratório com os médicos que solicitam os exames.

Recentemente, adquirimos um novo aparelho para dosar hormônios, o UniCell DXI 800, da Beckman Coulter, único na cidade, que faz os exames pela metodologia de quimioluminescência, o que, além de aumentar muito a sensi-

bilidade, é totalmente automatizado, eliminando a interferência humana na realização das dosagens. Este equipamento tem capacidade para realizar mais de 9500 exames dia.

As dosagens hormonais são de grande importância para o acompanhamento dos pacientes de diversas especialidades médicas, visto que, hormônios são reguladores do metabolismo e seu controle, fundamental para o equilíbrio do organismo. Um exame hormonal pode sofrer variações em relação ao horário em que é realizado, ao período do mês (no caso do ciclo menstrual) e alimentação, entre outras.



*Dr. Carlos Eduardo Dyonisio
Endocrinologista responsável
pelo setor de Hormônio do
Laboratório de Corrêas.*

DICAS DE SAÚDE

CORRIDAS DE RUA: Esporte e saúde



As corridas de rua, modalidade do atletismo, têm atraído cada vez mais adeptos em todo o mundo. Com diferentes competições dentro e fora do país e provas que variam de 5 a 40 quilômetros, a corrida conquista homens e mulheres de todas as idades. Entre os adeptos, está o atleta e professor Nilson Carlos de Oliveira, que participa de corridas de rua há mais de 20 anos.

Para Nilson, essa modalidade deixou de ser uma atividade feita apenas para as pessoas interessadas em perder peso ou conquistar títulos e passou a ser realizada por prazer. "A corrida de rua tira os alunos de dentro das academias e os coloca nas ruas. As pessoas podem participar de um grupo e praticar uma atividade que faz bem para a saúde", afirma Nilson.

Os benefícios trazidos pela corrida também são um atrativo. Correr melhora o condicionamento cardiovascular, prevenindo doenças cardíacas e aumentando a disposição física e mental. O esporte também ajuda a definir os músculos das pernas, além de estimular a memória e diminuir o percentual de gordura do corpo.

O mais importante é que o esporte pode ser praticado por pessoas de qualquer idade, desde que seja feito um acompanhamento médico antes da prática. "Atualmente, você pode ver pessoas de 12 a 80 anos correndo, qualquer um pode participar. Basta ter uma orientação médica para verificar o limite cardíaco de cada um. Os praticantes da terceira idade também são beneficiados pela corrida, que melhora a



Nilson Carlos de Oliveira

capacidade física e aumenta a interação social e independência, já que a corrida faz com que o idoso saia mais de casa", explica Nilson.

Nilson é patrocinado pelo Laboratório de Corrêas e pratica o esporte constantemente. O atleta, que teve sua primeira experiência com corridas de rua em 1990, já correu em 2 maratonas e 8 circuitos do Iron Man, prova considerada o maior triathlon da América Latina.

Nilson afirma que participa das competições porque gosta de desafios. "Participo das competições porque lá não há cobranças, é algo apenas comigo. Corro para superar meus próprios limites", disse.

Para conseguir um bom desempenho no esporte, é essencial manter uma alimentação balanceada, sem gorduras e refrigerantes, além de consumir carboidratos, proteínas e legumes. Também é necessário repouso antes e depois de cada corrida, para evitar lesões, e é recomendado o acompanhamento médico em qualquer idade.