

# Prevenção e detecção precoce são armas contra o câncer

Nesta sexta-feira, o mundo celebra o dia mundial de combate à doença, que deve atingir cerca de 600 mil brasileiros neste ano

## SAÚDE

Suênia Cardoso

O Dia Mundial de Combate ao Câncer é celebrado nesta sexta-feira (04). De acordo com dados do Instituto Nacional do Câncer (Inca), questões como prevenção e detecção precoce da doença se tornam primordiais, principalmente quando se considera que cerca de 85% dos cânceres são considerados potencialmente evitáveis. Ainda de acordo com o Inca, no Brasil terá 625 mil novos casos de câncer a cada ano do triênio 2020-2022. A doença deverá registrar aproximadamente 600 mil novos casos neste ano, sendo 295.200 em homens e 300.800 em mulheres, segundo esses mesmos dados do Inca.

Para o especialista em oncologia clínica, Luis Eduardo Werneck, a intenção da data é trazer à tona a preocupação em mostrar para as pessoas o que é a doença, os principais fatores de risco, o que pode ser evitado e que há, de fato, tratamento e melhores condições. “Também estamos tendo cada vez menos mortalidade por câncer, mesmo em regiões mais pobres, como o Norte do Brasil, em outros países e continentes”, acrescentou.

Ainda segundo ele, o câncer é uma doença genômica, podendo se comportar, em raras exceções, como uma doença hereditária. “Na maioria das vezes, é multifatorial, ou seja, é comportamental e ambiental. Depende da nossa relação com o ambiente que nos rodeia, com a poluição atmosférica; o tipo de trabalho, quando envolve radiação ou insalubridade, dentre outros. E pode ser comportamental, ou seja, envolve o que comemos, o quanto de exercícios praticamos, a qualidade de vida que temos, o tempo de descanso e de sono”. Alguns



Segundo o Instituto Nacional do Câncer, 85% dos casos são potencialmente evitáveis  
FOTO: ASCOM/HRBA

estudos, apesar de não terem confirmado associação com todos estes parâmetros, já confirmaram algumas associações. “O hábito de fumar, por exemplo, é um deles”, explica.

### SILENCIOSA

Normalmente, o câncer é uma doença silenciosa, não apresenta grandes sinais, e quando começa a apresentar, já está em estágio mais avançado. “Por isso, a mensagem que deixamos é a de que a prevenção, a busca pela informação, o diagnóstico por meio de exames anuais de acordo com a faixa etária e o tratamento são muito importantes”, ressalta Werneck. Contudo, ele diz que é essencial ter o autoconhecimento sobre o corpo e estar atento a sinais como dores, sangramentos e perda de peso.

“A perda de peso inexplicável, por exemplo, pode ser um indicativo. Além disso, cânceres de intestino vão causar sangramento nas fezes; câncer do estômago pode causar vômitos com sangue, azia prolongada e uma digestão incompleta. O de mama, dores na mama fora do período menstrual e secreções pelo mamilo, como pus ou sangue; o de pulmão, pode ser uma simples tosse e emagrecimento, ou escarro

## PARA ENTENDER

### TIPOS MAIS COMUNS

- Depois do câncer de pele não melanoma (177 mil casos novos), os tipos mais incidentes serão os de mama e de próstata (66 mil cada), cólon e reto (41 mil), pulmão (30 mil) e estômago (21 mil).
- Separados por sexo, os tipos mais frequentes nos homens, excluindo-se pele não melanoma, serão próstata (29,2%), cólon e reto (9,1%), pulmão (7,9%), estômago (5,9%) e cavidade oral (5,0%).
- Nas mulheres, também sem contar o não melanoma, os mais incidentes serão os de mama (29,7%), cólon e reto (9,2%), colo do útero (7,4%), pulmão (5,6%) e tireoide (5,4%).
- O Dia Mundial do Câncer é uma iniciativa global organizada pela União Internacional para o Controle do Câncer (UICC) com o apoio da Organização Mundial da Saúde (OMS).

com sangue; e o câncer de intestino, causar emagrecimento e fezes com sangue”, explicou o oncologista.

### TRATAMENTO

Quanto aos tratamentos, nos últimos dez anos a medicina evoluiu tanto a ponto de elevar a expectativa de vida do paciente. “De oito meses passou para mais de oito anos. Isto é o que a ciência vem trazendo para a gente e se aplica a diversos tipos de câncer. Por isso, prevenir sempre é o melhor remédio. Sabemos que os índices de câncer vêm aumentando, mas o índice de cura também”, concluiu.



Na missa ontem, bênção da garganta relembra ritual de São Brás  
FOTO: BRUNO CRUZ

## Devotos celebram o santo protetor da garganta

### RELIGIÃO

#### Alexandre Nascimento

A comunidade da paróquia São Brás, localizada no bairro homônimo, vinculada à Basílica Santuário de Nossa Senhora de Nazaré, esteve em festa pela celebração do dia dedicado ao santo, na noite de ontem, em missa celebrada pelo padre Francisco Cavalcante, pároco do templo católico. São Brás é considerado o protetor da garganta.

A celebração ao Dia de São Brás foi antecedida pela festividade, desde a última segunda-feira (31), com o tema “São Brás, ensinai-nos a evangelizar com testemunho”. “São Brás deu exemplo de fé, de que precisamos nos apegar a Deus, mesmo sob enfermidades, confiantes que venceremos a essas dificuldades”, disse o padre Francisco Cavalcante.

O ponto alto da celebração foi a “benção da garganta”, momento em que o pároco usa velas para tocar a garganta dos devotos para simbolizar o milagre realizado pelo santo em uma criança, segundo os registros católicos. “Que esse ritual possa simbolizar nossa cura espiritual, para criarmos mais fé diante das dificuldades e que Deus opere milagres em nossa vida”, completou o padre Francisco Cavalcante.

Aos devotos presentes na celebração, o ritual tem significado literal, sobretudo por recuperação de enfermidades atribuídas ao santo. “Meu filho teve um problema respiratório logo no

nascimento. Pedi intercessão a São Brás, que operou o milagre da cura da garganta de uma criança, e fui atendido. Por isso estou aqui nessa celebração, para agradecer ao santo que cura”, concluiu Pablo Reale, 43 anos, devoto.

### MOVIMENTAÇÃO

O dia foi de muita movimentação de pessoas no Complexo de São Brás, localizado no bairro que tem o mesmo nome do santo. Os devotos agradeceram as graças alcançadas e prestaram homenagens aos pés da imagem do seu padroeiro, que fica em uma capela no interior do espaço.

“Hoje estou aqui pedindo para que ele nos livre de doenças, como a gripe, que afetam nossa garganta. Peço hoje por todos, por aqueles que estão nos hospitais principalmente”, disse a dona de casa Dalila Santos, que tradicionalmente vai ao mercado todos os anos no dia dedicado ao santo.

As homenagens a São Brás ocorrem há mais de 60 anos no complexo e é organizada pelos feirantes e comerciantes do entorno do espaço. Ontem, a programação começou às 7h30, com uma missa no local, presidida pelo Frei Luiz Brandão, seguida de café da manhã, distribuído para feirantes e devotos.

“Essa festa aqui é uma tradição que não vamos deixar acabar. Recebemos a visita de muitos devotos de São Brás, por isso fazemos questão de realizar a festa dele todos os anos”, conta o feirante e organizador da festa religiosa, Edvaldo Silva. (Com Agência Belém)

“A mensagem que deixamos é a de que a prevenção, a busca pela informação, o diagnóstico por meio de exames anuais de acordo com a faixa etária e o tratamento são muito importantes”.

Luis Eduardo Werneck  
Especialista em oncologia clínica

# Especialista dá 8 dicas para evitar um emprego ruim

## TRABALHO

JC CONCURSOS

A pandemia de Covid-19 mudou a vida de muitos brasileiros, especialmente na área da saúde. Além disso, a economia foi prejudicada e milhares de pessoas perderam seus empregos. Com tantos em busca de uma oportunidade de trabalho, seja para se recolocar no mercado ou mudar de empresa ou área, qualquer oferta pode parecer tentadora, mas é preciso avaliar bem a empresa e o que ela tem a oferecer para seus colaboradores.

Para evitar cair em ciladas disfarçadas de vagas perfeitas, Ronaldo Bahia, CEO e fundador da JobConvo, startup de recrutamento, seleção e admissão digital por meio de inteligência artificial, destaca oito sinais para acender o alerta sobre vagas de emprego ruins.

Confira, a seguir, oito dicas para evitar as vagas de emprego ruins.

### FUJA DA CILADA

#### VEJA QUANDO PULAR FORA

##### • Longos processos de tomada de decisão

Se a organização demorou muito para decidir fazer uma oferta após a entrevista (mais de 30 dias) e não teve um bom motivo para isso, a demora pode apontar para deficiência de liderança ou outros problemas internos. “O processo de entrevista dá uma ideia da cultura de uma empresa e esse é um ponto que deve ser observado pelo candidato”, diz Bahia.

##### • Portas giratórias

Da mesma forma, é uma boa ideia descobrir por que a posição está aberta e por quanto tempo, aconselha o CEO. “Esta é uma informação importante para determinar se a função é uma porta giratória ou se a pessoa a quem o cargo se reporta é um desafio para trabalhar”, diz ele, sugerindo que, se possível, o candidato descubra quem estava anteriormente no

posto e entre em contato para pedir alguns insights (mais informações).

##### • Falta de consenso

É importante que seus entrevistadores estejam na mesma página sobre a função e a cultura da empresa. Se as respostas “variaram muito” quando você pede detalhes a vários entrevistadores, como as habilidades necessárias para o trabalho ou como é a cultura da organização, isso pode ser um indício de que a equipe não tem uma visão clara. “Quando você está recebendo respostas diferentes ou contraditórias, considere isso um sinal vermelho”, alerta o executivo.

##### • Rígidez

Se seu trabalho pode ser feito remotamente e a empresa exige que você esteja no escritório em tempo integral, principalmente após o último ano e meio, isso pode ser sinal de uma cultura inflexível, orienta Bahia. Também pode ser uma barreira

para atrair novos talentos, já que os funcionários hoje em dia desejam de forma esmagadora poder trabalhar remotamente. “Se uma empresa não deseja permitir que pelo menos uma parte de seus funcionários continue trabalhando remotamente em tempo parcial ou integral, será difícil atrair novos talentos”. Bahia descreve outro sinal vermelho de inflexibilidade: a ausência de conversa sobre negociações. “A incapacidade de negociar uma oferta ou não haver nenhuma conversa antes da oferta oficial se feita é outro indicativo de rigidez. No mercado de hoje, as ofertas e aceitações de emprego devem ser vias de mão dupla”.

##### • Entrevistadores não engajados

O estilo dos entrevistadores pode dizer muito sobre a empresa e seu pessoal. “O entrevistador pode não estar ouvindo. Ele pode parecer distraído, talvez até olhando para o e-mail enquanto você

fala do outro lado da tela”, afirma Bahia, acrescentando que, se o entrevistador direcionar a conversa para si mesmo ou falar negativamente sobre a empresa ou colegas, esses também são sinais vermelhos. “Qualquer uma dessas ações pode indicar que o entrevistador não está empenhado em encontrar a pessoa certa ou pode refletir um estilo de gestão e cultura deficientes”.

##### • Falta de diversidade

Diversidade, equidade e inclusão (DE&I) são importantes para quem procura o mercado de trabalho. “Faça perguntas sobre a abordagem da empresa nesse aspecto e seja observador durante as entrevistas para ver se a organização está cumprindo o que diz”, recomenda o CEO.

##### • Sem caminho de crescimento claro

Se o empregador não lhe mostrou que há oportunidades para crescer com a empresa,

pense duas vezes antes de aceitar o emprego, sugere Bahia, explicando que “os empregadores devem ser intencionais ao comunicar oportunidades e planos de carreira específicos durante a entrevista. Se o trabalho não tiver uma trajetória ascendente - e isso é algo que você deseja - então pise com cuidado”.

##### • Táticas de pressão

“Se você receber uma oferta de emprego e estiver sendo pressionado a aceitá-la no local ou em um prazo extremamente apertado, digamos 24 horas, tenha cuidado”, avverte o executivo. “Não tenha medo de pedir mais tempo para pensar antes de se comprometer. Se o empregador não estiver disposto a lhe dar um dia extra para considerar cuidadosamente a oferta, pode ser um sinal de que algo está errado. Como um funcionário potencial, você deve avaliar a oferta e determinar se ela é adequada tanto quanto a empresa deve avaliar você”.