

O diagnóstico inesperado: câncer em jovens está aumentando – e isso traz reflexões urgentes

Casos recentes em pessoas com menos de 30 anos reforçam a importância do diagnóstico precoce, do autocuidado e da ampliação do debate sobre prevenção

Por Abraão Dornellas

Um diagnóstico de câncer sempre gera impacto. E ele costuma ser ainda maior quando a notícia envolve uma pessoa pública e jovem, rompendo a ideia de que a doença está restrita a faixas etárias mais avançadas. Casos recentes, compartilhados abertamente, reacendem um debate urgente sobre a ocorrência de câncer em adolescentes e adultos jovens.

O relato da influenciadora Bruna Furlan, neta do apresentador Carlos Alberto de Nóbrega, que tornou público o diagnóstico de câncer de mama, é um lembrete poderoso da importância de falar sobre o tema. Ao expor sua vivência com coragem, ela contribui para ampliar a conscientização, estimular o cuidado com a saúde e levar uma mensagem de esperança a outras mulheres que passam pelo tratamento.

Os dados confirmam que essa preocupação não é infundada. A ocorrência de câncer em adultos jovens vem aumentando de forma expressiva. No caso do câncer de mama, por exemplo, uma em cada três mulheres diagnosticadas no Brasil tem menos de 50 anos. Esse número desafia a percepção de que determinados tipos de câncer são doenças restritas a faixas etárias mais avançadas.

Ao mesmo tempo, os programas de rastreamento populacional seguem recomendações baseadas em idade. A mamografia, principal exame para detecção precoce do câncer de mama, costuma ser indicada a partir dos 40 ou 50 anos, a depender do protocolo adotado e de decisões compartilhadas entre médicos e pacientes. Isso levanta uma questão importante: como proteger e incluir a população mais jovem, que muitas vezes fica fora das estratégias formais de rastreio?

Enquanto esse debate avança na comunidade científica e na formulação de políticas públicas, há medidas que estão ao alcance de cada pessoa jovem. A primeira delas é a consciência corporal. Conhecer o próprio corpo, perceber mudanças e sinais diferentes do habitual e não ignorar sintomas persistentes faz diferença. O autoexame das mamas, embora não substitua exames de imagem, ajuda a criar essa familiaridade e pode levar à busca mais rápida por avaliação médica.

Além disso, adotar hábitos de vida saudáveis continua sendo uma estratégia importante de prevenção. Alimentação equilibrada, prática regular de atividade física, controle do estresse e atenção à saúde mental são fatores que contribuem para reduzir riscos e promover bem-estar ao longo da vida.

Somam-se a essas medidas a realização de exames de rotina, fundamentais para identificar alterações precocemente, e a manutenção da caderneta de vacinação em dia. A imunização contra o HPV, por exemplo, é uma ferramenta eficaz para prevenir diferentes tipos de câncer, como o do colo do útero, também bastante incidente em mulheres jovens. São atitudes simples e responsáveis que, combinadas, têm impacto real na saúde ao longo da vida.

Falar sobre câncer em jovens não é espalhar medo. É ampliar a informação, incentivar o cuidado e reforçar que o diagnóstico precoce salva vidas. Ao compartilhar sua história, jovens pacientes mostram que é possível enfrentar a doença com apoio, acesso ao tratamento e esperança. E lembram a todos nós que cuidar da saúde não deve ter idade para começar.

<https://www.estadao.com.br/saude/vencer-o-cancer/o-diagnostico-inesperado-cancer-em-jovens-esta-aumentando-e-isso-traz-reflexoes-urgentes/>

Veículo: Online -> Portal -> Portal Estadão