

4 em cada 10 casos de câncer poderiam ser evitados, segundo análise da OMS

Especialistas apontam que não fumar, ter uma alimentação saudável e manter a vacinação em dia estão entre os hábitos essenciais para evitar a doença

Por Andreza de Oliveira

Uma análise global da Agência Internacional de Pesquisa sobre o Câncer (IARC), órgão vinculado à Organização Mundial da Saúde (OMS), divulgada nesta terça-feira, 3, aponta que cerca de 37% de todos os casos de câncer registrados em 2022 no mundo poderiam ser evitados.

O levantamento examinou 30 causas evitáveis da doença, como consumo de tabaco e álcool, alto índice de massa corporal (IMC), inatividade física, poluição do ar e exposição à radiação ultravioleta. Pela primeira vez, também foram incluídas na análise infecções com potencial cancerígeno, como HPV e hepatite B.

O estudo avaliou dados de 185 países e 36 tipos de câncer registrados em 2022. Do total de diagnósticos no período, 7,1 milhões de casos estavam associados a causas evitáveis.

A pesquisa identificou o tabaco como a principal causa evitável de câncer no mundo, sendo responsável por 15% dos novos casos, seguido por infecções (10%) e pelo consumo de álcool (3%). Três tipos de câncer — pulmão, estômago e colo do útero — responderam por quase metade de todos os diagnósticos evitáveis, tanto entre homens quanto entre mulheres.

Para Luiz Augusto Maltoni, cirurgião oncológico e diretor executivo da Fundação do Câncer, os dados reforçam o que a comunidade médica já conhece sobre a prevenção da doença e sua associação com piores hábitos de vida.

“O fundamental, em primeiro lugar, é uma legislação adequada e políticas públicas que incentivem hábitos mais saudáveis e dificultem a comercialização de agentes nocivos à saúde”, afirma. Segundo ele, essas medidas devem ir além do combate ao tabagismo e incluir, por exemplo, o controle do consumo de álcool e de alimentos ultraprocessados.

O principal tipo de câncer passível de prevenção, de acordo com o levantamento, é o câncer de pulmão, relacionado principalmente ao tabagismo e à poluição do ar. Na sequência, aparecem os cânceres de estômago e de colo do útero, ligados predominantemente a infecções pela bactéria *Helicobacter pylori* e pelo HPV, respectivamente.

Segundo Maltoni, o câncer de colo do útero, especialmente no contexto brasileiro, evidencia a dificuldade de implementação contínua de uma política nacional eficaz de controle da doença. “Temos vacina contra o HPV e sabemos quais são os tratamentos adequados, mas ainda é um problema, porque não conseguimos implementar uma política perene, como visto em vários outros países”, destaca Maltoni. Ele lembra que algumas nações praticamente já erradicaram esse tipo de tumor.

Quanto mais cedo, melhor

O médico ressalta que são necessários muitos anos de exposição a fatores cancerígenos para que ocorram mutações celulares. “O melhor tratamento é a prevenção. Por isso é fundamental iniciar o quanto antes mudanças de hábitos para reduzir a incidência de novos casos de câncer”, explica.

Afinal, como a alimentação influencia o risco de câncer colorretal?

Dados da OMS mostram que a proporção de cânceres evitáveis varia entre diferentes regiões do mundo. Entre mulheres, os índices vão de 24% no Norte da África e no Oeste da Ásia a 38% na África Subsaariana. Entre os homens, a maior taxa foi observada no Leste Asiático, com 57%.

A exposição a fatores ambientais e infecciosos, associada a desigualdades socioeconômicas e a políticas públicas nacionais, contribui para essas discrepâncias. Segundo Fernando Maluf, médico oncologista e fundador do Instituto Vencer o Câncer, que tem coluna no Estadão, países em desenvolvimento, como o Brasil, tendem a apresentar proporções ainda maiores de casos evitáveis.

“Os índices de vacinação contra HPV e hepatite B são elevados em países ricos, mas permanecem baixos em regiões com menos recursos. Além disso, as taxas de tabagismo e consumo de álcool costumam ser mais altas em nações em desenvolvimento, assim como as dietas associadas ao risco de câncer, que muitas

vezes são mais baratas”, descreve.

Para Maluf, mudanças no estilo de vida poderiam, então, permitir a prevenção de até mais de 40% dos casos nesses países. “Isso envolve ações básicas, como controle do peso, alimentação mais saudável, prática de atividade física, erradicação do tabagismo, redução do consumo de álcool, diminuição da exposição a poluentes, uso adequado de protetor solar, realização de exames de rastreamento e vacinação, especialmente contra hepatite B e HPV”, lista.

<https://www.estadao.com.br/saude/4-em-cada-10-casos-de-cancer-poderiam-ser-evitados-segundo-analise-da-oms-nprm/>

Veículo: Online -> Portal -> Portal Estadão