

# ONCOPRISMA

04 | 2023



LIGA  
CONTRA  
O CÂNCER

## CÂNCER DE CABEÇA E PESCOÇO

PREVENÇÃO DO CÂNCER SOB  
UM OLHAR MULTIDISCIPLINAR.

**Liga Contra o Câncer  
Instituto de Ensino, Pesquisa e Inovação  
Catalogação de Publicação na Fonte - Biblioteca Dr. José Tavares**

L723r

Revista Oncoprisma: prevenção do câncer sob um olhar multidisciplinar. [recurso eletrônico] / Liga Contra o Câncer; Instituto de Ensino, Pesquisa e Inovação da Liga Contra o Câncer; Programa de Pós-Graduação Residência Multiprofissional da Liga Contra o Câncer, v. 1, n. 1, (dez./jan. 2021)- . - Natal, RN: IEPI, 2021-.  
v. : il. color.

Semestral.  
Revista informativa.

1. Neoplasias de cabeça e pescoço. 2. Residência multiprofissional.  
3. Oncologia. I. Liga Contra o Câncer. II. Título.

LIGA/IEPI/BDJT

CDU: 616-006(051)

# EDITORIAL

---

## INSTITUTO DE ENSINO PESQUISA E INOVAÇÃO

### **Diretor Geral**

Dr. Edilmar de Moura Santos

### **Gerente Geral**

Dra. Amália Cinthia Meneses do Rêgo

### **Gerente de Ensino**

Ma. Grayce Louyse Tinoco de Castro

### **Conselho Editorial**

Ma. Grayce Louyse Tinoco de Castro

Rafaela Carla Melo de Paiva

Anderson Klênio Nascimento da Silva

Igor do Nascimento

### **Residente em Enfermagem**

Alexsandra Girlaine N. Gonçalves

### **Residentes em Nutrição**

Danna Calina Nogueira e Silva

Gabriela Miranda Sá

### **Residentes em Farmácia**

Jonas Fernandes Vieira Filho

Joana Karla G. Ramos Bernardo

### **Especialistas AdHoc**

Kellen Cristina M. de Lima

Kelly Arleziane de Lima

Kathlen Dayanne Lopes da Silva

Lucas Costa M. Clemente

Romeika Lorena M. da Silva

### **Revisão de Conteúdo**

Rafaela Carla Melo de Paiva

Sabrina Mara Firmino Câmara

### **Desing Gráfico**

Yassmin M. Vaz Salha Senna

Francisco Solano Gomes Filho

Flávio M. Mendes Rosendo

Wellin Karen de Amorim M. Cunha

### **Revisão Gráfica**

Igor do Nascimento



# APRESENTAÇÃO

---

## AO NOSSO LEITOR

A nossa revista tem como objetivo ser um meio de informação confiável para os mais variados públicos com linguagem simplificada. A 4ª edição da Revista Oncoprisma traz em seu conteúdo o Julho Verde, que trata sobre o Câncer de Cabeça e Pescoço (CCP).

Nessa seção você terá um panorama geral sobre a doença (conceitos, fatores de risco, sinais e sintomas, e formas de tratamentos), poderá consultar as melhores formas de prevenir esse tipo de câncer, além de se manter informado através de uma entrevista rápida com a Dentista Dra. Roberta Jales.

Esperamos que a sua leitura seja bastante prazerosa e informativa sobre a prevenção do CCP, e que ao final você possa atuar como um disseminador de informações atuais, verídicas, e de suma relevância! Compartilhar o conteúdo da ONCOPRISMA combate a divulgação de fakenews, sendo um meio de colaborar e cuidar de si e da sociedade, promovendo a saúde como forma de melhorar a qualidade de vida de muitas pessoas. Tenha uma ótima leitura!

**Rafaela Carla**  
Revisora Oncoprisma



**Equipe Oncoprisma.**



**Jonas Fernandes, Joana Bernardo, Grayce Louyse, Alexandra Giralaine, Danna Calina e Gabriela Miranda.**

Caros leitores, É com grande satisfação que trazemos a vocês a edição mais recente da revista ONCOPRISMA. Nesta edição, estamos dedicando nossa atenção e esforços ao importante tema do câncer de cabeça e pescoço, em apoio ao movimento Julho Verde.

O câncer de cabeça e pescoço é uma realidade preocupante que afeta muitas pessoas em todo o mundo. Nosso objetivo com esta edição é fornecer informações abrangentes e atualizadas sobre este tipo de câncer, abordando os principais fatores de risco, os sintomas de alerta, as opções de tratamento e a importância do diagnóstico precoce.

Esperamos que esta edição da ONCOPRISMA seja uma fonte valiosa de conhecimento e inspiração para todos. Ao aumentar a conscientização e o entendimento sobre o câncer de cabeça e pescoço, podemos trabalhar juntos para enfrentar essa doença de forma mais eficaz.

Nossos residentes multiprofissionais reuniram uma equipe experiente de especialistas e profissionais de saúde comprometidos em compartilhar seus conhecimentos e insights sobre o câncer de cabeça e pescoço. Você encontrará informações escritas por médicos, pesquisadores e pacientes, todos contribuindo com sua experiência e perspectivas únicas.

Além disso, nas edições da ONCOPRISMA, também destacamos outros assuntos

relacionados ao câncer, incluindo dicas práticas de prevenção, abordagens de suporte emocional e histórias inspiradoras de pessoas que enfrentaram essa doença com coragem e determinação.

Nossa missão é fornecer um recurso valioso para pacientes, familiares, profissionais de saúde e todos os interessados em aprender mais sobre o câncer de cabeça e pescoço. Queremos ajudar a capacitar as pessoas com informações confiáveis e compreensíveis, para que possam tomar decisões informadas sobre sua saúde e buscar o melhor possível para prevenção, diagnóstico precoce ou tratamento.

Agradecemos a todos os especialistas, pacientes e colaboradores que contribuíram para esta edição da ONCOPRISMA. Seu apoio e dedicação são inestimáveis. Também gostaríamos de agradecer aos nossos leitores, cujo interesse e compromisso em aprender e compartilhar informações são fundamentais para o sucesso desta revista.

Continuaremos a nossa missão de fornecer informações confiáveis e relevantes sobre o câncer e temas relacionados, e contamos com seu apoio contínuo. Agradecemos por nos acompanhar nesta jornada.

Com os melhores cumprimentos,

**Grayce Louyse**  
Editora Chefe

# SUMÁRIO

GLOSSÁRIO

07

CÂNCER DE CABEÇA E PESCOÇO - JULHO VERDE

09



EQUIPE MULTI

16

QUANTO MAIS NATURAL A ALIMENTAÇÃO, MELHOR!

19



EXPOSIÇÃO A SUBSTÂNCIAS CANCERÍGENAS

21

ENTREVISTA COM ESPECIALISTA

25

REFERÊNCIAS

28

# GLOSSÁRIO

---

Querido leitor(a), ao longo desta revista, você verá palavras destacadas em negrito as quais estarão descritas no glossário abaixo.

## A

**Anti inflamatório corticóide** - Medicamento produzido a partir de hormônios sintéticos.

## B

**Biópsia** - Exame realizado a partir de uma lesão ou nódulo capaz de ver se existe alterações nas células.

## C

**Carcinogênico** - Que provoca ou pode provocar o aparecimento de câncer.

## D

**Doença Residual** - Presença de células cancerígenas que permanecem detectáveis por métodos mais sensíveis, apesar de o paciente alcançar a remissão completa por avaliação convencional.

## F

**Fumo passivo** - Respirar a fumaça do cigarro que outra pessoa está fumando.

**Fatores Carcinogênicos** - fatores que podem causar câncer.

## M

**Metastático** - Quando o câncer vai para além do órgão onde começou a doença.

**Mucosas** - Membranas que revestem as cavidades.

## O

**Oleaginosas** - vegetais que possuem óleos e gorduras que podem ser extraídos através de processos adequados.

## P

**Pasteurização** - Processo realizado para eliminar microrganismos do alimento.

**Plexo simpático** - Nervos que tem origem do nervo facial e timpânico.

**Prognóstico** - Que prevê como a doença irá se desenvolver.

## R

**Radiação ionizante** - É um tipo de energia utilizada para destruir as células cancerígenas ou impedir que elas se multipliquem.

**RB1** - Gene que atua no controle do ciclo celular..

**Recidiva** - É o retorno do câncer.

**Ressecção** - Procedimento cirúrgico para retirada total ou parcial de um órgão ou estrutura.

## T

**Trato Aerodigestivo Superior** - Estruturas que compõe sistema respiratório e digestivo da cabeça e pescoço..



# JULHO VERDE CÂNCER DE CABEÇA E PESCOÇO

## DEFINIÇÃO

O termo Câncer de Cabeça e Pescoço (CCP) se refere a um grupo de cânceres que acometem os órgãos dessa região. O tipo mais comum encontrados é o Carcinoma de Células Escamosas, do tipo epidérmica (pele) que geralmente aparece em áreas expostas ao sol, o qual compreende aproximadamente 90% dos casos totais. Pessoas com pele mais clara são muito mais suscetíveis ao carcinoma de células escamosas do que pessoas com pele mais escura. (MSDMANUALS, 2022)

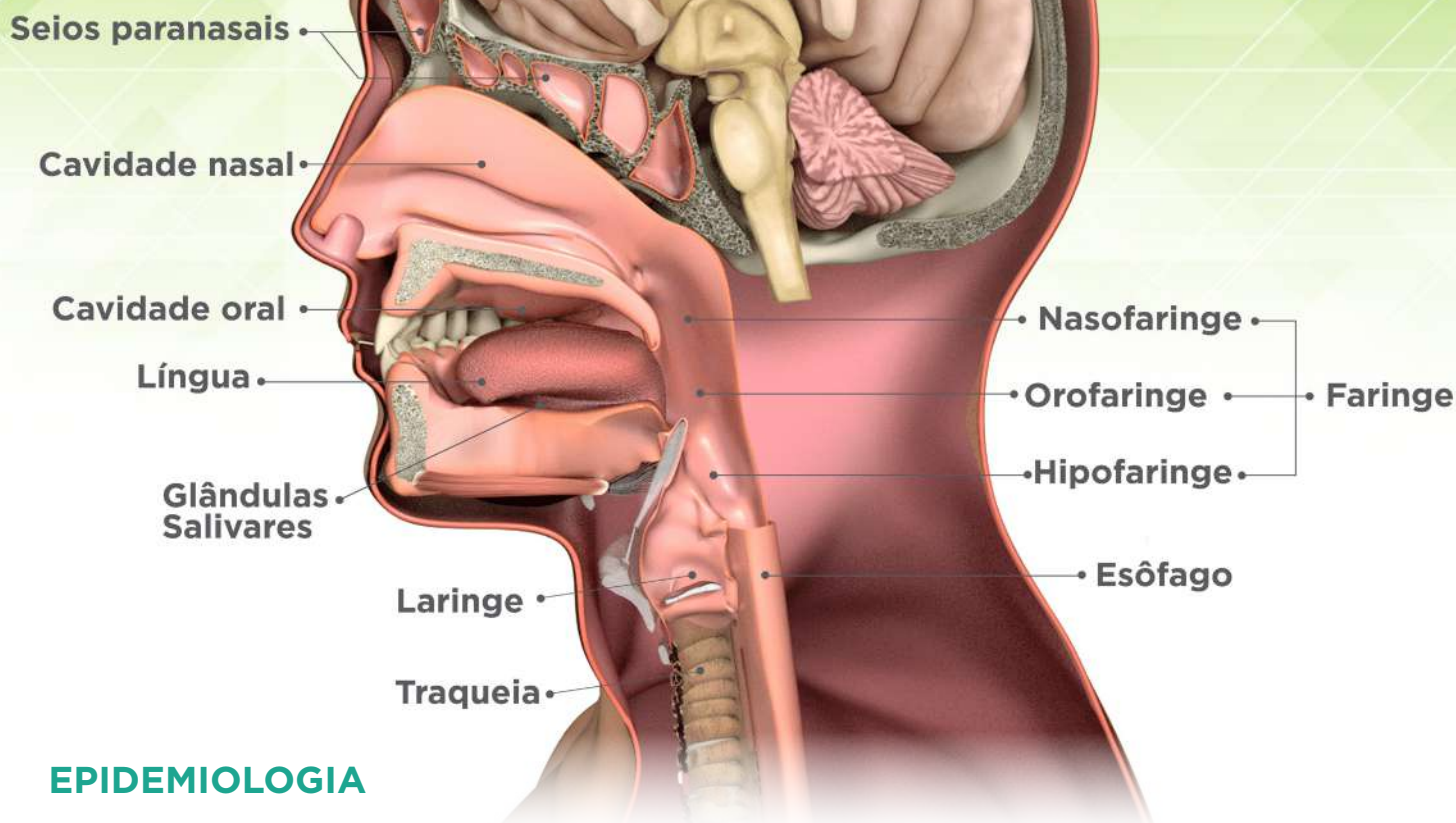
## ETIOLOGIA

O câncer de Cabeça e Pescoço se desenvolve nas **mucosas do trato aerodigestivo superior**, que compreende a cavidade

oral, faringe, laringe e cavidade nasal, englobando uma variedade de malignidades que se apresentam de acordo com sua área anatômica:

- **A cavidade oral inclui os lábios, mucosa bucal, língua oral, assoalho da boca, palato duro, gengiva e trígono retromolar;**
- **A faringe é dividida em três partes: nasofaringe, orofaringe e hipofaringe;**
- **A laringe contém as cordas vocais e a epiglote;**
- **A cavidade nasal e os seios paranasais;**
- **As principais glândulas salivares estão localizadas em toda a mucosa oral, seios paranasais, laringe e faringe. (MEDQUIMHEO, 2014)**





## EPIDEMIOLOGIA

Mundialmente, o câncer de Cabeça e Pescoço é responsável por, aproximadamente, 900.000 casos e mais de 400.000 mortes por ano.

No Brasil, segundo a estimativa do Instituto Nacional de Câncer (INCA, 2023), para cada ano do triênio 2023-2025, a incidência do câncer da Cavidade Oral será de aproximadamente 15.100 casos, correspondendo ao risco estimado de 6,99 por 100 mil habitantes, sendo 10.900 em homens e 4.200 em mulheres, e o Câncer de Laringe é de 7.790 casos, em ambos os sexos.

A incidência é significativamente maior em homens do que em mulheres. A idade média que acontece a manifestação da doença é em torno dos 60 anos, embora tenha sido observado aumento da inci-

dência em adultos jovens (menos de 45 anos), principalmente relacionado à predisposição genética e ao papilomavírus humano (HPV).

A prevalência de câncer na orofaringe está aumentando em jovens que nunca fumaram ou que possuem uma história de tabagismo possivelmente curta, justamente pela exposição a esse vírus. Os novos casos aumentaram nos últimos 10 anos, especialmente para a população que tem idade maior que 45 anos e entre pessoas do sexo masculino.

Este tipo de câncer possui alto grau de mortalidade, e os pacientes acometidos possuem uma sobrevida menor do que cinco anos, em aproximadamente 65% dos casos. (INCA, 2023)

## FATORES DE RISCO

O Câncer de Cabeça e Pescoço (CCP) acontece de forma homogênea no mundo, e existem alguns fatores que estão relacionados a este tipo de adoecimento. Os principais fatores **carcinogênicos** incluem:

**Tabagismo:** O ato de fumar produtos derivados do tabaco (cigarros, charutos, cachimbos etc.) é um fator de risco determinante para o crescimento de células tumorais. A exposição ao tabaco, seja com e sem fumaça, contribui para o aparecimento de CCP. Estima-se que 75% dos cânceres de lábio, cavidade oral e faríngeo são atribuíveis ao tabagismo. Fumantes passivos têm um risco 5 a 25 vezes maior de ter CCP em comparação com os não fumantes.

- Com a suspensão total do tabagismo, após um intervalo igual ou maior a 20 anos, o risco de acometimento reduz quase ao risco de não fumantes;
- A exposição ao **fumo passivo** pode ser um fator relacionado ao aparecimento de CCP. Estudos mostraram que as mulheres estão mais propensas a esse risco;
- O Uso tanto do tabaco de mascar quanto do rapé podem ser um fator de risco de câncer da cavidade oral e faringe. (UPTODATE, 2023)

**Alcoolismo:** O alcoolismo é o segundo maior fator de risco para CCP. O álcool tem o potencial de aumentar a exposição dos órgãos aos componentes cancerígenos presentes no fumo e na alimentação, além de atuar no DNA levando às mutações.

- O controle do consumo de álcool deve ser importante para a prevenção do CCP e de outros tipos de câncer. Uma



quantidade de 50 ou mais gramas de álcool por dia (o equivalente a três latas de cerveja ou taças de vinho) pode aumentar em até três vezes o risco de desenvolvimento de CCP em comparação aos que não bebem. (UPTODATE, 2023)

**Infecções virais:** Vários tipos de infecções virais têm sido associados ao risco aumentado de câncer de Cabeça e Pescoço, incluindo Vírus Epstein-Barr (EBV), Papiloma vírus humano (HPV), vírus da Hepatite C (HCV) e Vírus da Imunodeficiência Humana (HIV).

- Infecção pelo Papilomavírus Humano (HPV): Vários sorotipos do HPV podem causar o CCP. No entanto, o tipo 16 é o mais frequentemente associado ao câncer de orofaringe. O desenvolvimento do câncer depende do contato do vírus direto na região, geralmente ocorre em locais específicos, principalmente na amígdala e na base da língua. Portanto, o uso de preservativo durante o sexo oral é uma das formas de prevenção;
- Infecção pelo vírus Epstein-Barr (EBV): Está frequentemente associado ao câncer de nasofaringe. (UPTODATE, 2023)

**Exposição à radiação solar:** Risco maior para o acometimento de câncer de lábio. (UPTODATE, 2023)

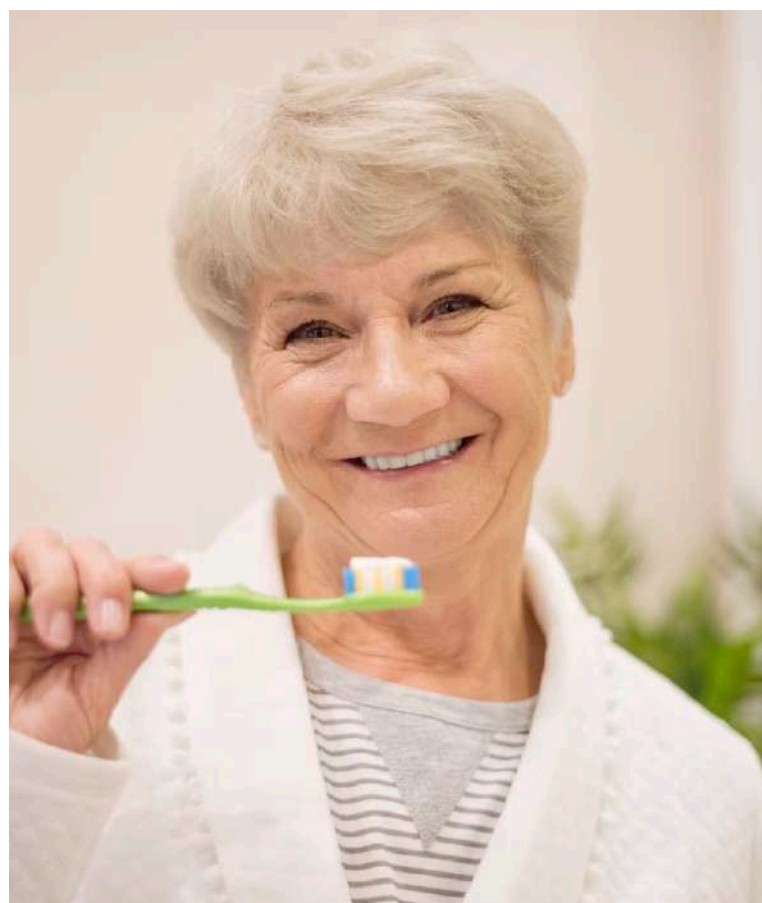
**Risco ocupacional:** A exposição a produtos como amianto, óleo de corte, poeira de madeira e de tecidos, agrotóxicos entre outros, estão diretamente associados com o aumento do risco de desenvolvimento da doença, principalmente do câncer de laringe.

Ocupações envolvendo manuseio e produção de tecidos, pintores, soldadores,

atividades agrícolas (trabalhadores rurais, jardineiros) e bombeiros possuem um risco aumentado de desenvolver CCP. As exposições ocupacionais têm um papel significativo na ocorrência do câncer. (UPTODATE, 2023)

**Alimentação:** Estudos sugerem uma redução do risco de acometimento do câncer associado ao consumo de frutas e vegetais. Uma alimentação balanceada e rica em Vitaminas C (laranja, limão, acerola, caju, tangerina), Vitamina E (abacate, manga, mamão, jerimum, amendoim, azeite) e Vitamina A (melancia, goiaba, cajá, melão, maracujá) estão associados a uma redução no risco de câncer de faringe e laringe. (UPTODATE, 2023)

**Higiene oral:** Escovar os dentes pelo menos uma vez por dia, visitar o dentista pelo menos uma vez por ano e ter menos de cinco dentes perdidos foram associados com menor risco para CCP. (UPTODATE, 2023)





## SINAIS E SINTOMAS

Os sintomas mais comuns do Câncer de Cabeça e Pescoço são:

- Inchaço, ferida, caroço ou massa que não cicatriza, com ou sem dor;
- Mancha vermelha ou branca na boca;
- Dor de garganta persistente;
- Mal odor na boca não explicado pela higiene;
- Rouquidão ou mudança na voz;
- Obstrução nasal ou congestão nasal persistente;
- Sangramentos nasais frequentes e/ou secreção nasal incomum;
- Dificuldade ao respirar;
- Visão dupla;

- Dormência ou fraqueza de uma parte do corpo na região da Cabeça e Pescoço;
- Dor ou dificuldade para mastigar, engolir ou mover a mandíbula ou a língua;
- Dor na mandíbula;
- Sangue na saliva ou no catarro descarregado na boca;
- Afrouxamento dos dentes;
- Dentaduras que não cabem mais;
- Perda de peso inexplicável;
- Cansaço; e
- Dor ou infecção no ouvido. (PFI-ZER, 2021)

**AGENDE AQUI A SUA CONSULTA!**





## 1 Pratique exercícios físicos

A prática e a rotina de atividade física é vital na prevenção do câncer. O importante é não viver de forma sedentária. Portanto, adotar hábitos simples vão contribuir para a sua saúde. Vamos trocar o elevador por escadas, levar seu animal de estimação para passear, fazer as tarefas domésticas, como limpar a casa ou cuidar do jardim. Essas são formas simples de movimentar o corpo!



## 2 Não fume

Uma das principais formas de prevenir o CCP é não fumar e evitar o contato com qualquer tipo de derivado do tabaco (cigarro, narguilê, cachimbo, charuto, cigarro de palha, cigarro eletrônico, entre outros). Isso porque esse hábito coloca o fumante, ativo ou passivo, em contato com mais de 4,700 substâncias tóxicas, além da exposição a temperaturas elevadas.



## 3 Vacine-se contra o HPV

A infecção pelo vírus HPV (Papilomavírus Humano) é uma das principais formas de desenvolver a doença, principalmente na região da garganta. Assim, a vacinação contra esse vírus (distribuída gratuitamente no Brasil por meio do Sistema Único de Saúde (SUS) em meninas de 9 a 14 anos e em meninos de 11 a 14 anos) é indicada para a prevenção de alguns tipos do vírus que podem incidir no desenvolvimento do câncer.



## 4 Evite o excesso de bebida alcoólica

Beber álcool de forma exagerada eleva as chances de desenvolver um câncer de cabeça e pescoço, e quando associado ao tabagismo, essa possibilidade pode ser ainda maior.



## 5 Adote uma dieta equilibrada

Uma dieta reforçada em alimentos de origem vegetal - como frutas, verduras, legumes, cereais, oleaginosas\* - fornece nutrientes e vitaminas importantes para a saúde e pode contribuir para a prevenção do câncer de cabeça e pescoço.



## 6 Utilize protetor solar

Um dos fatores de risco para o desenvolvimento do câncer nos lábios e da pele é a exposição solar em excesso. Utilize protetor labial, acessórios como chapéus, bonés ou sombrinhas, e passe o protetor solar em toda a pele que pode ser exposta ao sol, principalmente no rosto.



## 7 Mantenha o peso equilibrado

A manutenção do peso adequado - de acordo com as características físicas de cada indivíduo - é um importante aliado na prevenção do câncer de cabeça e pescoço. Isso porque a obesidade e o ganho excessivo de peso podem aumentar o risco de desenvolver alguns tipos de neoplasias.



## 8 Use preservativo durante a relação sexual

A prática do sexo oral sem proteção pode aumentar os riscos de desenvolvimento de um tumor na boca e garganta. Portanto, recomenda-se o uso de preservativos em todos os tipos de relações sexuais (oral, anal ou vaginal). O uso da camisinha (masculina ou feminina) é o método mais eficiente para evitar a transmissão de Doenças Sexualmente Transmissíveis (DSTs) e do vírus HPV.



## 9 Fazer a higiene bucal corretamente

É importante adotar hábitos que contribuem para uma boa higiene bucal, como escovar os dentes pelo menos três vezes ao dia e/ou limpeza de próteses com creme dental, utilizar fio dental diariamente e fazer uso do enxaguante bucal (sempre sem álcool). Passar em consulta com o dentista regularmente também é fundamental.



## 10 Conhecer e estar atento aos sintomas das CCP para fazer do diagnóstico precoce

Uma importante ação de prevenção é saber reconhecer possíveis sinais da doença e buscar avaliação médica para descartar qualquer suspeita, ou fazer o diagnóstico o quanto antes. Para agendamento de consulta SUS, entre em contato no número 84 4009 5600 ou via WhatsApp 84 4009 5601.

## DIAGNÓSTICO

O diagnóstico dos cânceres de Cabeça e Pescoço é dado, em quase toda a sua totalidade, por meio de uma **biópsia** do tumor e de exames de imagem (raio X, ressonância magnética, tomografia, tomografia por emissão de pósitrons - PET scan - e endoscopia). Geralmente esses exames são analisados de forma conjunta: inicialmente a pessoa com suspeita realiza o exame de imagem e a partir disso é encaminhada para realizar a biópsia, que irá indicar de forma mais precisa se o tumor é maligno (câncer) ou não. (PARISE; KOWALSKI; LEHN, 2006)

**AGENDE AQUI O SEU EXAME!**



## TRATAMENTOS

O tratamento para o câncer de Cabeça e Pescoço (CCP) se baseia em quatro modalidades que podem ser empregadas isoladamente ou de forma combinada: cirurgia, radioterapia, quimioterapia e imunoterapia. O diagnóstico diferencial do CCP, ou seja, a definição anatômica, associada ao estadiamento da doença (taxa de crescimento, extensão da doença, o tipo de tumor e a relação com o hospedeiro) são os fatores determinantes para a decisão do tratamento. (NCCN, 2021).

**A Cirurgia** tem como objetivo a remoção total do tumor com as margens comprometidas. Após, sendo identificada a continuidade da doença, é necessário associar tratamento. (NCCN, 2021).

**Já a Radioterapia** é empregada na forma de **radiação ionizante** que é fracionada em diferentes doses direcionada direta-

mente sobre o local do tumor. Pode ser indicada como tratamento pré-cirúrgico, com o objetivo da redução do tumor, ou pós-cirúrgico, geralmente em paciente com margens cirúrgicas comprometidas, com o intuito de combater doença residual. (NCCN, 2021).

**A Quimioterapia** consiste na administração de medicamento quimioterápico, que irá promover a destruição das células do tumor. Além disso, pode ser usado em combinação com a Radioterapia, com o intuito de buscar maior sucesso no tratamento pré ou pós-cirúrgico. (NCCN, 2021).

**Existe ainda a Imunoterapia** que consiste na administração de anticorpos monoclonais (medicamentos que irão atuar no sistema imune do paciente, promovendo uma seletividade, direcionamento e efetividade das células de defesa do paciente contra as células cancerígenas). Essas terapias apesar de possuírem elevados custos, estão incluídas no Sistema Único de Saúde (SUS) brasileiro e em vários estudos clínicos em todo o mundo. (NCCN 2021).

Dessa forma, é importante destacar que essas diferentes propostas de tratamento têm como objetivo promover a cura da doença ou proporcionar conforto para o paciente.

A Liga Contra o Câncer é o único Centro de Assistência de Alta Complexidade em Oncologia (Cacon) do Rio Grande do Norte, sendo referência no atendimento do Câncer de Cabeça e Pescoço.

**AGENDE AQUI A SUA CONSULTA!**





# EQUIPE MULTIDISCIPLINAR

Como visto anteriormente, é fundamental uma higiene bucal adequada como medida de prevenção para o aparecimento de lesões e, conseqüentemente, infecções

oportunistas. Por isso, seguem as técnicas corretas para uma boa escovação, adequado uso de fio dental e limpeza da prótese dentária:

## TÉCNICAS CORRETAS DE ESCOVAÇÃO



1 Coloque a escova em um ângulo de 45 graus em relação à gengiva. Movimento a escova, afastando-a da gengiva.



2 Escove delicadamente as partes internas, externas e de mastigação de cada dente com movimentos curtos de trás para frente.



3 Com cuidado, escove a língua para remover bactérias e tornar seu hálito mais puro.

## USO CORRETO DO FIO DENTAL



1 Use aproximadamente 40 centímetros de fio, deixando um pedaço livre entre os dedos.



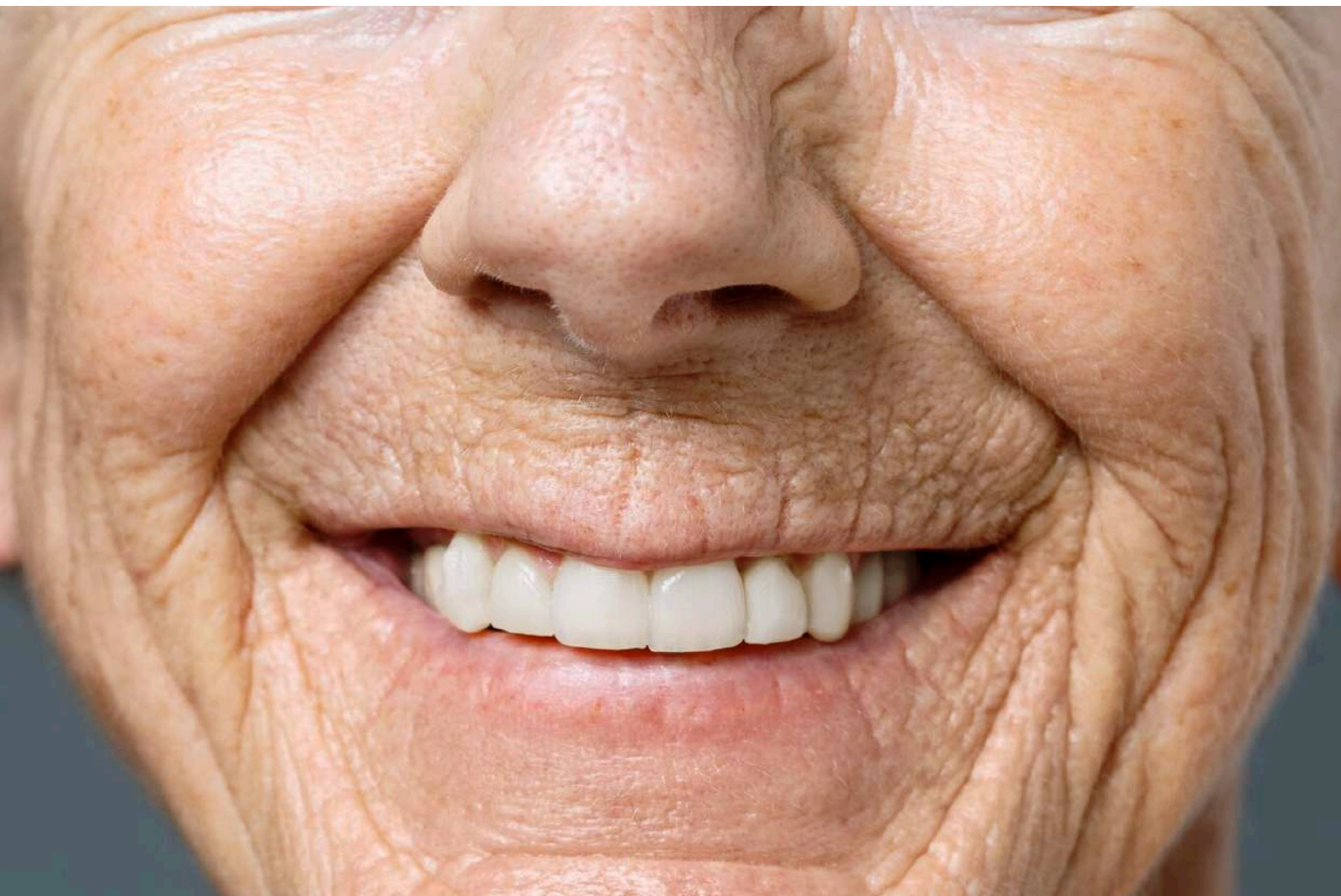
2 Siga, com cuidado, as curvas dos dentes.



3 Assegure-se de limpar além da linha da gengiva, mas não force demasiado o fio contra a gengiva.

## CUIDADO DAS PRÓTESES

- 1.** Limpeza diária das próteses utilizando escovação – usar uma escova de dentes/próteses e solução de limpeza de próteses dentárias eficaz e não abrasiva.
- 2.** Imersão diária numa solução de limpeza para próteses dentárias – proporciona a diminuição da placa bacteriana e de desinfecção da prótese. As soluções de limpeza não podem ser usadas na boca, e as indicações dos fabricantes devem ser seguidas rigorosamente.
- 3.** As próteses dentárias não podem permanecer na boca durante a noite, principalmente se a pessoa tem maior risco para desenvolver estomatite ou se idade avançada e debilitados, a menos que haja razões específicas para mantê-las, uma vez que esse hábito parece ser benéfico para prevenir a estomatite protética e o risco potencial de pneumonia nesses grupos de pessoas.
- 4.** Todos os pacientes que usam próteses dentárias removíveis devem visitar seu dentista e efetuar a manutenção da sua prótese regularmente.





# TECNOLOGIA E PRECISÃO EM CADA DETALHE.

A LIGA POSSUI UM  
COMPLETO SERVIÇO  
DE MEDICINA DIAGNÓSTICA.

## EXAMES

- [-] TOMOGRAFIA
- [-] RESSONÂNCIA
- [-] CINTILOGRAFIA
- [-] PET-CT
- [-] ULTRASSONOGRAFIA
- [-] MAMOGRAFIA
- [-] DESINTOMETRIA
- [-] ULTRASSONOGRAFIA
- [-] ENDOSCOPIA
- [-] COLONOSCOPIA
- [-] PLETSMOGRAFIA
- [-] ESPIROMETRIA
- [-] RAIO-X

## AGENDAMENTOS

clique para acessar!

 Site

 WhatsApp

 Fixo



**LIGA**  
CONTRA  
O CÂNCER

# QUANTO MAIS NATURAL A ALIMENTAÇÃO, MELHOR!

**É** demonstrado, em diversos estudos, que o consumo de uma alimentação saudável e natural é associada a um risco reduzido do acometimento de Câncer de Cabeça e Pescoço. Os alimentos *in natura* e minimamente processados são considerados protetores de doenças crônicas não transmissíveis, e incluem frutas, verduras cruas, vegetais, raízes, sementes e tubérculos, bem como alguns produtos de origem animal (carne, frango, peixe, ovos, leites e

derivados). Os efeitos protetores podem ser explicados pelos inúmeros nutrientes presentes nesses alimentos (como polifenóis, licopeno, catequinas, flavinas, curcuminóides, selênio, zinco, vitaminas A, B, C e E), que juntos podem interferir em diferentes estágios da formação do câncer. (BRASIL, 2014).

Em contrapartida, uma dieta pró-inflamatória, ou seja, com alta porcentagem de alimentos açucarados, excesso de gordu-



ra e embutidos, adicionados aos hábitos de fumar e beber, podem elevar o risco do desenvolvimento da doença. A explicação é que esses últimos alimentos alteram a microbiota oral (conjunto de micro-organismos benéficos, como fungos e bactérias, que habitam a boca), aumentando o risco de desenvolvimento do CCP. (BRASIL, 2014)

## O que são alimentos minimamente processados?

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), os alimentos minimamente processados correspondem a alimentos naturais que foram submetidos a alguns processos de limpeza, moagem, secagem, fermentação, **pasteurização**, refrigeração, congelamento ou processos similares que não envolvam adição de sal, açúcar, óleos, gorduras ou outras substâncias ao alimento original. São exemplos os legumes, verduras, frutas, raízes, leguminosas (feijão, lentilhas), castanhas, ervas, leite, ovos.

## Maçãs e Peras

Segundo estudos, o consumo diário de maçãs reduz o risco de câncer de cavidade oral em 59%, e de laringe em 66% a 74%. Esse efeito é explicado devido à presença de quercetina, que induz a parada do ciclo celular e apoptose (a morte da célula pré-cancerígena).

## Tomate

O consumo de tomates frescos todos os dias reduz a chance de ter câncer de cavidade oral em 72%. O licopeno, um pigmento natural produzido por plantas e alguns micro-organismos, presente no tomate, tem ação antioxidante, inibindo o crescimento de células tumorais e impe-

dindo a produção de interleucina 8 (molécula que causa inflamação), que é induzida pelo fumo.

## Cenoura

O consumo de cenoura diminui as chances de ter câncer de hipofaringe em 86%. Podem bloquear a ação de moléculas que causam o câncer e suprimir a expressão em células cancerígenas iniciais, facilitando a sua retirada do organismo.

## Outros alimentos

O consumo de frutas cítricas (laranja, limão, acerola etc.), segundo estudos, reduz o risco em até 66% de câncer de cavidade oral. O consumo de bananas, todos os dias, reduz a chance de ter câncer orofaríngeo em 77%, em comparação com nunca comer bananas. O consumo de frutas frescas reduz a chance de câncer de hipofaringe em 73%. Evidências apontam a prevenção do câncer por componentes que são encontrados em vegetais como brócolis, couve-flor e repolho e em frutas cítricas.

Além disso, esses compostos podem exercer ações locais durante a mastigação dos alimentos por meio do contato com os tecidos orais, impedindo a proliferação de células cancerosas na superfície e, assim, prevenindo o câncer de boca.

**Para ter cesso e ler na íntegra o Guia Alimentar, clique no botão abaixo.**

**GUIA ALIMENTAR**





# EXPOSIÇÃO A SUBSTÂNCIAS CANCERÍGENAS

Agrotóxicos são produtos químicos que podem ser usados para matar insetos, larvas, fungos, carrapatos, tendo como objetivo aprimorar o crescimento da vegetação, tanto no ambiente rural quanto no urbano, como também controlar as doenças que podem contaminar as plantas.

Estudos apontam que muitos destes produtos têm potencial de causar câncer, tanto nas pessoas envolvidas diretamente com a agricultura, como aquelas que consomem os produtos e foram expostas a tais substâncias.

**Acredita-se que o aumento da exposição aos agrotóxicos é o fator de risco mais importante para câncer entre as ocupações agrícolas.** Destacam-se entre eles os trabalhadores da agricultura e pecuária, de empresas de dedetização, de transporte e comércio de agrotóxicos e de indústrias de formulação destes produtos. Dentre as formas de contato para a contaminação e o desenvolvimento do

Câncer de Cabeça e Pescoço podemos listar as seguintes formas:

## **No trabalho:**

Através da inalação, contato com a pele ou com a boca durante a manipulação, aplicação e/ou preparo do produto. (INCA, 2021)

## **No ambiente:**

- Através da pulverização aérea, no qual são utilizadas substâncias no meio ambiente, causando a contaminação do ambiente e atingindo a população;
- Por meio do consumo de alimentos e água contaminados;
- Contato com roupas contaminadas com agrotóxicos. (INCA, 2021)

As substâncias agrotóxicas existentes no mercado devem ser licenciadas, classificadas e sinalizadas pela ANVISA, que indica e orienta quanto aos riscos e cuidados necessários:

	CATEGORIA 1	CATEGORIA 2	CATEGORIA 3	CATEGORIA 4	CATEGORIA 5	NÃO CLASSIFICADO
	<b>EXTREMAMENTE TÓXICO</b>	<b>ALTAMENTE TÓXICO</b>	<b>MODERADAMENTE TÓXICO</b>	<b>POUCO TÓXICO</b>	<b>IMPROVÁVEL CAUSAR DANO AGUDO</b>	<b>NÃO CLASSIFICADO</b>
<b>PICTOGRAMA</b>					SEM SÍMBOLO	SEM SÍMBOLO
<b>PALAVRA DE ADVERTÊNCIA</b>	PERIGO	PERIGO	PERIGO	CUIDADO	CUIDADO	SEM ADVERTÊNCIA
<b>CLASSE DE PERIGO</b>						
<b>ORAL</b>	Fatal se ingerido	Fatal se ingerido	Tóxico se ingerido	Nocivo se ingerido	Pode ser perigoso se ingerido	-
<b>DÉRMICA</b>	Fatal em contato com a pele	Fatal em contato com a pele	Tóxico em contato com a pele	Nocivo em contato com a pele	Pode ser perigoso em contato com a pele	-
<b>INALATÓRIA</b>	Fatal se inalado	Fatal se inalado	Tóxico se inalado	Nocivo se inalado	Pode ser perigoso se inalado	-
<b>COR DA FAIXA</b>	<b>VERMELHO</b>	<b>VERMELHO</b>	<b>AMARELO</b>	<b>AZUL</b>	<b>AZUL</b>	<b>VERDE</b>

Fontes: Agência Nacional de Vigilância Sanitária (2019); International Agency for Research on Cancer (c2018); United States Environmental Protection Agency (2019).

No Brasil algumas substâncias, conhecidas por causar câncer, são usadas constantemente na agropecuária. A ANVISA nos dá uma lista. Confira abaixo:



NOME CAS Nº	GRUPO	CLASSIFICAÇÃO TOXICOLÓGICA (ANVISA)	CLASSIFICAÇÃO DA CARCINOGENICIDADE		RELAÇÃO COM CÂNCER
			IARC	USEPA	
<b>2,4-D</b> 94-75-7	Herbicida	Classe I Extremamente tóxico	Grupo 2B: Possivelmente carcinogênico para Humanos	-	Pele, cavidade nasal, sinonasal, nasofaringe, orofaringe, laringe
<b>ACEFATO</b> 30560-19-1	Inseticida	Classe III Medianamente tóxico	ND	Possível carcinogênico para humanos	Leucemias, Linfomas não Hodgkin, Pâncreas
<b>ATRAZINA</b> 1912-24-9	Herbicida	Classe III Medianamente tóxico	Grupo 3: Não é classificável para carcinogenicidade em humanos	-	Linfomas não Hodgkin
<b>CLORPIRIFÓS</b> 2921-88-2	Inseticida	Classe II Altamente tóxico	ND	Ausência de carcinogenicidade para seres humanos	Leucemias, Linfomas não Hodgkin, Pâncreas
<b>DIAZINONA</b> 333-41-5	Inseticida	Classe II Altamente tóxico	Grupo 2A: Provavelmente carcinogênico para humanos	-	Leucemias, Linfomas não Hodgkin, câncer de pulmão
<b>DIURON</b> 330-54-1	Herbicida	Classe III Medianamente tóxico	ND	Provavelmente carcinogênico para humanos	Neoplasia (sem localização definida)
<b>GLIFOSATO</b> 1071-83-6	Herbicida	Classe IV Pouco tóxico	Grupo 2A: Provavelmente carcinogênico para humanos	-	Linfomas não Hodgkin
<b>MALATIONA</b> 121-75-5	Inseticida	Classe III Medianamente tóxico	Grupo 2A: Provavelmente carcinogênico para humanos	Linfomas não Hodgkin, câncer de próstata	-
<b>MANCOZEBE</b> 8018-01-7	Fungicida	Classe III	Grupo 3: Não é classificável para carcinogenicidade em humanos	-	Linfomas não Hodgkin
<b>METOMIL</b> 16752-77-5	Inseticida	Classe I Extremamente tóxico	ND	Ausência de carcinogenicidade para seres humanos	-

Fontes: Agência Nacional de Vigilância Sanitária (2019); International Agency for Research on Cancer (c2018); United States Environmental Protection Agency (2019).



# DE CURSOS LIVRES À PÓS-GRADUAÇÕES

## EM DIVERSAS ÁREAS DA SAÚDE.

Através do Instituto de Ensino Pesquisa e Inovação, a Liga difunde conhecimento relacionado às melhores práticas e a gestão na área da saúde, com os programas de residência, pós-graduações, cursos, estágios curriculares, visitas técnicas e eventos. Conheça nossos cursos:

[CLIQUE AQUI PARA ACESSAR O SITE](#)

## © MELHOR. SEMPRE.



# ENTREVISTA COM A ESPECIALISTA

**DR<sup>a</sup>. Roberta Sales**  
**Dentista do serviço de**  
**Odontologia da Liga Con-**  
**tra o Câncer.**

[www.ident.com.br/robertasales](http://www.ident.com.br/robertasales)

Entrevista realizada no dia 19 de agosto 2022.

**Esclarecimentos sobre como a saúde bucal pode influenciar no desenvolvimento do Câncer de Cabeça e Pescoço, sobre formas de prevenção e como buscar o diagnóstico precoce.**

É certo que podemos evitar alguns fatores de risco que estão associados ao desenvolvimento do Câncer de Cabeça e Pescoço como, por exemplo, o uso de próteses mal ajustadas, que podem levar a lesões na cavidade oral; presença de aftas na boca, e que se espera cicatrização em até 20 dias - caso não cicatrize, procure um dentista ou um cirurgião de Cabeça e Pescoço para avaliar essa lesão, além de manchas vermelhas e/ou brancas e dentes amolecidos.

De acordo com algumas pesquisas existem a gengivite crônica pode acumular bactérias com potencial carcinogênico. No entanto, não existe ligação entre a cárie e o câncer, mas com a falta de higienização oral, sim. Então, essa questão da higienização depende do paciente, que pode ter alguma porta de entrada na boca por ser sobrecarregada

de bactérias, influenciando de alguma forma e favorecendo o desenvolvimento do câncer.

**Os extremos de temperatura [quente e gelado] dos alimentos podem influenciar no surgimento do Câncer de Cabeça e Pescoço?**

A ingestão de bebidas quentes, que são servidas em altas temperaturas [...], favorecem





o desenvolvimento do câncer de esôfago e de boca - bebidas em temperatura acima de 65°C causam uma lesão na mucosa da boca e esôfago. Como também, a combinação de álcool e cigarro, que são fatores de risco que também ajudam no avanço do câncer.

### **O uso de narguilé, cigarro eletrônico, o tabagismo e semelhantes podem favorecer o desenvolvimento do câncer de cabeça e pescoço?**

O fumo, principal causa do câncer na região de Cabeça e Pescoço, aumenta em dez vezes as chances de uma pessoa ter um tumor de cavidade oral, comparado com quem não fuma. O princípio ativo dos cigarros eletrônicos é a vaporização, ao contrário da combustão do cigarro comum. Então, a dosagem de nicotina varia de acordo com o fabricante. A mais baixa equivale a seis cigarros, indo até dezoito cigarros. Então, a gente pensa que é uma coisa inofensiva, mas não.

Além da nicotina, foi achado estanho, chumbo, níquel, cromo, alguns desses com potencial carcinogênico. O cigarro eletrônico é proibido [pelo Ministério da Saúde], porém no Brasil se compra em sites e em comércio popular. Em 2019 centenas de casos de uma doença pulmonar misteriosa nos Estados Unidos apareceu em todos os pacientes que fumavam cigarro eletrônico. [...], mas pelos estudos que estão iniciando, provavelmente é tão nocivo ou até mais do que o cigarro comum.

### **Como as infecções bucais, por exemplo o HPV, a mononucleose [doença do beijo], podem ser um dos fatores chaves no desenvolvimento do Câncer de Cabeça e Pescoço?**

O HPV está na lista dos fatores de risco, assim como o vírus Epstein-Barr, que pode causar mononucleose infecciosa (doença do beijo), que na sua forma aguda pode provocar febre, dor de garganta, fadiga, e sua exposição crônica, que é mais rara, pode gerar o câncer. E quanto ao HPV, hoje em dia os jovens estão fazendo sexo cada vez mais cedo e sem proteção, então orienta-se o uso de proteção como modo de evitá-lo, assim como a vacina contra o HPV entre meninas de nove a quatorze anos, e para os meninos, de onze à quatorze anos, que podem se vacinar gratuitamente no SUS.

### **Quais cuidados podemos ter no dia a dia para a prevenção do Câncer de Cabeça e Pescoço?**

Além de não fumar, evitar o consumo de bebidas, manter o peso corporal (sempre nos limites da normalidade) e uma boa higiene bucal. O uso de preservativos no sexo, inclusive no sexo oral; o autoexame, que é algo simples, também ajuda na identificação das alterações bucais.

Embora eficaz, esse exame não substitui o exame clínico, que precisa ser realizado pelo profissional de saúde. Uma inspeção visual e a palpação, devem ser realizados na frente do espelho com uma boa iluminação, e sempre é dada a dica para memorizar os locais que devem ser examinados, é uma sigla BLLAP: bochecha, lábio, língua, assoalho bucal e palato. Deve-se avaliar, observar se não há anormalidades, mudança da coloração da cavidade oral, se tem áreas irritadas abaixo de próteses, dentaduras, pontes móveis, se tem alguma ferida que não cicatriza, se tem algum dente fraturado, amolecido, um carocinho e/ou algum endurecimento. Sempre lembrando que se encontrar qualquer alteração, a visita ao dentista não deve

ser esquecida.

## A coloração da boca tem que se manter geralmente em que tom?

Colorações avermelhadas ou esbranqui-

çadas sempre são um sinal de alerta. Se observar a boca mais vermelha do que o normal ou alguma mancha branca é um sinal de alerta para procurar um profissional na área de saúde.



# SUA DOAÇÃO MANTÉM VIDAS.

#DoePraLiga e ajude a levar o melhor a todos.

A remuneração do SUS não basta para manter o nível de excelência da Liga, por isso **sua doação é fundamental**. Vá além da admiração. Doe e ajude a levar a todos o que fazemos de melhor, sempre. É simples, rápido e **está ao seu alcance**.

CENTRAL DE DOAÇÕES

☎ (84) 4009.5578

📞 (84) 98827.1781

[Clique aqui para se tornar um doador](#)



LIGA  
CONTRA  
O CÂNCER

# REFERÊNCIAS

---

Well GL. Carcinoma de células escamosas. In: Manual MSD: versão para profissionais de saúde. Rahway (NJ): Merck & Co, Inc.; 2022. Available from: [https://www.msdmanuals.com/pt-br/profissional/dist%C3%BArbios-dermatol%C3%B3gicos/c%C3%A2ncer-de-pele/carcinoma-de-c%C3%A9lulas-escamosas#v21367317\\_pt](https://www.msdmanuals.com/pt-br/profissional/dist%C3%BArbios-dermatol%C3%B3gicos/c%C3%A2ncer-de-pele/carcinoma-de-c%C3%A9lulas-escamosas#v21367317_pt)

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira [Internet]. 2nd ed. Melo EA, editor. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2014. 152 p. Available from: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2ed.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf)

Brasil, Ministério da Saúde [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; cc2023 [cited Jan. 2022]. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - Agrotóxicos; [about 2 screens]. Available from: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/agrotoxicos>.

World Health Organization. International Agency for Research on Cancer [Internet]. New York: ONU; Intergovernmental agency. ONU: c1965-2023. Available from: <https://www.iarc.who.int/>

United States Environmental Protection Agency [Internet]. Washington, DC: EPA; c2023 [cited Jan. 2023]. Available from: <https://www.epa.gov/>

Instituto Nacional de Câncer. Estimativa 2023: incidência de câncer no Brasil [Internet]. Rio de Janeiro (RJ): INCA; 2022. 160 p. Available from: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//estimativa-2023.pdf>.

Stenson KM. Epidemiology and risk factors for head and neck cancer [Internet]. Alphen aan den Rijn: Up To Date, c2023 [update 2023 May 15; cited Jan. 2022]. Available from: [https://www.uptodate.com/contents/epidemiology-and-risk-factors-for-head-and-neck-cancer?search=fatores%20de%20risco%20cancer%20de%20cabeca%20e%20pesco%C3%A7o&source=search\\_result&selectedTitle=1-150&usage\\_type=default&display\\_rank=1#references](https://www.uptodate.com/contents/epidemiology-and-risk-factors-for-head-and-neck-cancer?search=fatores%20de%20risco%20cancer%20de%20cabeca%20e%20pesco%C3%A7o&source=search_result&selectedTitle=1-150&usage_type=default&display_rank=1#references)

Pfizer. Câncer de cabeça e pescoço – falta de informação é um dos principais fatores de risco [internet]. São Paulo: Pfizer; c2008-2019 [cited Jan. 2022]. Sua saúde – Oncologia [about 6 screens]. Available from: <https://www.pfizer.com.br/sua-saude/oncologia/cancer-de-cabeca-e-pescoco>

Parise O; Kowalski LP, Lehn C. Câncer de cabeça e pescoço: diagnóstico e tratamento. São Paulo: Âmbito; 2006. 278 p. Portuguese.

National Comprehensive Cancer Network [Internet]. Plymouth Meeting: NCCN; c2023 [cited Jan. 2022]. Available from: <https://www.nccn.org/>.

Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Ambiente, trabalho e câncer: aspectos epidemiológicos, toxicológicos e regulatórios. Rio de Janeiro: INCA; 2021. 290 p. Available from: [https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//ambiente\\_trabalho\\_e\\_cancer\\_-\\_aspectos\\_epidemiologicos\\_toxicologicos\\_e\\_regulatorios.pdf](https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//ambiente_trabalho_e_cancer_-_aspectos_epidemiologicos_toxicologicos_e_regulatorios.pdf)

# CLIQUE E ASSISTA AGORA AO VIDEOCAST SAÚDE NA PRÁTICA!



The image shows a video player interface. The main video area has a dark purple background with the title "NÓDULO NO PESCOÇO, QUANDO DEVO ME PREOCUPAR?" in white. Below the title is a circular profile picture of a woman and the text "PARTICIPAÇÃO ANNICK BEAUGRAND ONCOPEDIATRA". A large white play button is centered over the video. To the right, there is a white sidebar with the text "VIDEOCAST SAÚDE NA PRÁTICA" and logos for "LIGA CONTRA O CÂNCER" and "PATROCÍNIO SICOOB". Below the video player is a white control bar with a red progress bar, a play button, and icons for like, comment, share, playlist, and more options. A hand cursor is pointing at the more options icon. At the bottom right of the control bar is a red button that says "INSCREVA-SE".

NÓDULO NO PESCOÇO,  
QUANDO DEVO ME  
PREOCUPAR?

PARTICIPAÇÃO  
**ANNICK BEAUGRAND**  
ONCOPEDIATRA

VIDEOCAST  
**SAÚDE**  
NA  
**PRÁTICA**

LIGA  
CONTRA  
O CÂNCER

PATROCÍNIO  
**SICOOB**

Nódulo no Pescoço, Quando Devo me Preocupar? | Videocast Saúde Na Prática - Ep. 12

**INSCREVA-SE**

Saúde, gestão e avanços no setor da inovação são os principais diálogos abordados na série “Saúde na Prática”, apresentada por Francisco Irochima, médico e Gerente de Inovação do Instituto de Ensino, Pesquisa e Inovação da Liga Contra o Câncer.

**UNIDADE I  
HOSPITAL  
DR. LUIZ ANTÔNIO**

R. Dr. Mário Negócio, 2267  
Quintas, Natal/RN  
59040-000  
(84) 4009.5401

---

**Unidade II  
Centro Avançado  
de Oncologia - CECAN**

Av. Miguel Castro, 1355  
N. Sra. de Nazaré, Natal/RN  
59062-000  
(84) 4009.5501

---

**Unidade III  
Hospital Prof. Luiz  
Soares - Policlínica**

R. Silvio Pélico, 181  
Alecrim, Natal/RN  
59040-150  
(84) 4009.5600

---

**Unidade IV  
Hospital de Oncologia  
do Seridó**

R. Dr. Carlindo de S. Dantas,  
540, Centro, Caicó/RN  
59300-000  
(84) 3421.1585

---

**Unidade V  
Instituto de Ensino,  
Pesquisa e Inovação**

Av. Miguel Castro, 1355  
N. Sra. de Nazaré, Natal/RN  
59062-000  
(84) 4009.5567

---

**Casa de Apoio  
Irmã Gabriela**

R. Luiz Fernandes, 185  
Quintas, Natal/RN  
59035-070  
(84) 4009.5706



LigaContraoCancern



ligacontraocancer



ligacontraocancer



www.ligacontraocancer.com.br

## ENTRE EM CONTATO

Envie sua sugestão de conteúdo e dúvidas à  
Equipe Oncoprisma: [instituto@liga.org.br](mailto:instituto@liga.org.br)



LIGA  
CONTRA  
O CÂNCER

ENSINO,  
PESQUISA  
E INOVAÇÃO

(84) 4009.5567 / [instituto@liga.org.br](mailto:instituto@liga.org.br)  
Av. Miguel Castro, 1355 - Nossa Senhora de Nazaré  
Natal/RN - 59062-000