



revista **MedABC**

INFORMATIVO MENSAL DA FACULDADE DE MEDICINA DO ABC | ANO III - Nº 28 - OUTUBRO DE 2017



- **Mitos e verdades sobre o leite de vaca**
- **Controlando a Dor**

OUTUBRO
Prevenção contra o
câncer de mama

ROSA



Neste "Outubro Rosa", nada mais natural do que a capa da 28ª Revista MedABC trazer como tema a importância da prevenção do câncer de mama. Trata-se do segundo tipo de câncer mais frequente no mundo e o mais comum entre as mulheres. Entretanto, é uma doença curável quando descoberta a tempo. Por essa razão, a realização anual da mamografia como rotina e o acompanhamento médico periódico são essenciais, assim como o autoexame mensal.

Outro tema em destaque nesta edição é a dor. Atualmente, hospitais de renome espalhados por todos os países do globo colocam como prioridade o controle adequado da dor, seja ela aguda ou crônica. Todavia, nem sempre foi assim. Alguns autores sugeriam que a dor era "providencial", sendo a capacidade de suportá-la uma nobre virtude. Até que em 1846 foi descoberta a anestesia e o alívio da dor ganhou impulso, passando a ser difundido no mundo todo.

Por fim, artigo sobre os mitos e verdades sobre o leite de vaca esclarece muitas dúvidas sobre o alimento, que é importante na dieta de crianças e adultos, fonte de cálcio, fósforo, proteína de alto valor biológico, magnésio e vitamina A. Boa leitura!

Expediente

A Revista MedABC é um informativo mensal da Fundação do ABC/Faculdade de Medicina do ABC, de distribuição gratuita e tiragem de 75.000 exemplares.

Diretor da FMABC

Dr. Adilson Casemiro Pires

Vice-Diretor

Dr. Fernando Luiz Affonso Fonseca

Produção: Diretoria de Comunicação da Fundação do ABC e Comunicação e Marketing Educacional da Faculdade de Medicina do ABC.
Textos e Fotos: Eduardo Nascimento e Maíra Sanches.

Artes e Edição Eletrônica: Fernando Valini.

Marketing: Alexandre Leão. **Apoio:** Luciana Ferreira e Tabatha Dias.

Endereço: Av. Lauro Gomes, 2000. Bairro Vila Sacadura Cabral. Santo André (SP). CEP: 09060-870.

Contatos: noticias@fuabc.org.br / (11) 2666-5431.

Endereço eletrônico: www.fmabc.br e www.fuabc.org.br.

revista
MedABC

FM
ABC
FACULDADE DE MEDICINA DO ABC

QUANTO CUSTA UM SORRISO?

Ajude a Faculdade de Medicina do ABC a continuar proporcionando sorrisos a crianças e adolescentes com câncer



Agora você pode "Doar Sem Gastar"! O Ambulatório de Oncologia Pediátrica da Faculdade de Medicina do ABC foi credenciado e já pode receber recursos via FUMCAD, o Fundo Municipal da Criança e do Adolescente de Santo André. Isso significa que cidadãos e empresas podem destinar parte do Imposto de Renda para o tratamento de crianças e adolescentes com câncer. Pessoas físicas podem doar até 6% do imposto, enquanto empresas podem direcionar até 1%. Não custa nada a mais para você, mas para nossas crianças e adolescentes, essa ajuda é essencial. Fale com o seu contador e PARTICIPE!

Considerado referência no tratamento do câncer infanto-juvenil, o Ambulatório de Oncologia Pediátrica da FMABC realiza em média 200 consultas mensais e conta atualmente com cerca de 30 crianças em quimioterapia ambulatorial. Com tratamentos 100% gratuitos, via Sistema Único de Saúde (SUS), o local recebe crianças e adolescentes de todo o país.



Confira mais informações sobre o projeto da Oncologia Infantil e participe dessa corrente do bem!

WWW.FUABC.ORG.BR/ONCOLOGIAINFANTIL



OUTUBRO ROSA

Prevenção contra o câncer de mama

O câncer de mama é provavelmente o mais temido pelas mulheres devido a sua alta frequência e, sobretudo, pelos efeitos psicológicos que afetam a sexualidade e a própria imagem pessoal. Trata-se do segundo tipo de câncer mais frequente no mundo e o mais comum entre as mulheres. De acordo com o Instituto Nacional de Câncer (INCA), a doença responde por 28% de todos os novos casos a cada ano. Se diagnosticado e tratado oportunamente, o prognóstico é relativamente bom: na população mundial, a sobrevivência média após 5 anos é de aproximadamente 60%.

A doença é menos frequente antes dos 40 anos. Acima dessa faixa etária, a incidência cresce rápida e progressivamente tanto nos países desenvolvidos quanto nos em desenvolvimento. Segundo o INCA, em 2017 são esperados ao redor de 60.000 novos casos de câncer de mama no Brasil. Dados do instituto contabilizam 14.388 mortes pela doença em 2013, sendo 14.206 mulheres e 181 homens.

O sintoma mais comum é o apareci-

mento de um "caroço". Nódulos indolores, duros e irregulares têm mais chances de ser malignos. Entretanto, há tumores que são macios e arredondados. Portanto, independentemente da forma, o importante é procurar auxílio médico.

O melhor meio diagnóstico para o câncer de mama é o exame de mamografia, que é capaz de detectar tumores antes mesmo que se tornem palpáveis. Trata-se de uma radiografia das mamas realizada por meio do equipamento denominado mamógrafo, que permite a visualização de pequenas alterações e possibilita o diagnóstico do câncer em fase inicial, quando são elevadas as possibilidades de cura.

Quando o diagnóstico é feito ainda no início da doença, as chances de cura se tornam muito maiores. A mamografia deve ser realizada como exame anual de rotina após os 40 anos ou 10 anos antes da idade que um parente de primeiro grau (mãe ou irmã) teve a doença. Apesar de apenas 10% dos casos de câncer de mama serem genéticos, essas mulheres e suas descendentes devem pre-

cocemente procurar um mastologista para fazer exame clínico e ultrassom das mamas a partir dos 25 anos de idade.

Outra recomendação é a realização mensal do autoexame – ou seja, quando a própria mulher palpa os seios após a menstruação ou, nos casos em que a mulher não mais menstrua, pelo menos uma vez por mês em qualquer época. Deve ser feito em pé, em frente a um espelho, e deitada, levantando um braço atrás da cabeça e com a outra mão palpando o seio do lado contrário. A mão direita palpa a mama esquerda e a mão esquerda palpa a mama direita.

Apesar de ser um tumor maligno, o câncer de mama é uma doença curável quando descoberta a tempo. Infelizmente, a detecção precoce nem sempre é possível, pois o medo do diagnóstico é muito grande e leva algumas mulheres a perder tempo precioso evitando o autoexame e os exames que auxiliam no diagnóstico. Por isso, é de fundamental importância o acompanhamento médico periódico e a realização rigorosa dos exames de rotina.





DR. ONÉSIMO DUARTE RIBEIRO JUNIOR

Professor da disciplina de Anestesiologia da Faculdade de Medicina do ABC e diretor-geral do Hospital da Mulher "Maria José dos Santos Stein", em Santo André



CONTROLANDO A DOR

Atualmente, hospitais de renome espalhados por todos os países do globo colocam como prioridade o controle adequado da dor, seja ela aguda ou crônica

A busca pelo controle da dor foi e continua sendo uma das grandes preocupações da humanidade. Povos primitivos acreditavam que a dor era um castigo dado pelos deuses por pecados supostamente cometidos. O alívio para tamanho sofrimento era procurado em encontros com sacerdotes, pajés, feiticeiros e xamãs, que nem sempre obtinham o sucesso esperado porque eram envolvidas várias questões religiosas. A falta de fé impedia que o trabalho desses "médicos" primitivos pudesse alcançar o resultado desejado.

Poucas civilizações do passado deixaram registros que pudessem esclarecer como era feito o alívio da dor em doenças, traumas e atos cirúrgicos realizados nos

primórdios da humanidade. A civilização chinesa utilizava a acupuntura, os incas na América do Sul mastigavam folhas de coca e obtinham anestesia tópica, excitação e torpor. Os astecas e os maias praticavam trepanações (abertura da calota craniana), com finalidade de expulsar espíritos e demônios aprisionados no crânio dos doentes.

Na Idade Média, o controle da dor por meio de ervas e outros compostos, como o ópio derivado da papoula, a mandrágora e o meimendro negro (planta medicinal com ação analgésica, muito utilizada na antiguidade), poderia ser interpretado pela Santa Inquisição como bruxaria e magia. O sofrimento, a doença e a dor eram consideradas castigos divinos, cujo objetivo nos

indivíduos era a purificação da alma.

Infelizmente, na história da medicina, o estigma de que a "falta de piedade" era característica fundamental e essencial dos cirurgiões permaneceu até períodos muito recentes. Textos sobre procedimentos cirúrgicos, escritos por autores importantes, ignoravam, na maioria das vezes, a dor enfrentada pelos pacientes nos períodos pré, pós e intraoperatórios. Há referências de que os estudantes de medicina imitavam seus mestres omitindo registros de qualquer sofrimento pelo qual seus pacientes passavam, isto é, nesta época, a dor nos procedimentos cirúrgicos parecia que nunca poderia ser controlada, fazendo parte da história natural da doença. Alguns autores sugeriam que a dor era "providencial", sendo a capacidade de suportá-la uma nobre virtude.

No dia 16 de outubro de 1846, foi feita a mais fantástica descoberta entre todas as ciências: a anestesia. A primeira anestesia foi feita com a utilização do éter por um





dentista e estudante de medicina, Willian Thomas Green Morton. A anestesia foi realizada para a retirada de um tumor no pescoço de um paciente – o mesmo não demonstrou sinal de dor. Após descrença inicial, as notícias da bem-sucedida demonstração difundiram-se rapidamente pelo mundo.

Em novembro de 1847, o médico inglês John Snow constatou a eficácia do cloróformio para a analgesia, utilizando a droga durante o trabalho de parto da rainha Vitória no nascimento do príncipe Leopoldo.

A partir desta data, o alívio da dor ganhou impulso, difundindo-se aos quatro cantos do mundo. Novas drogas foram sintetizadas com a finalidade de diminuir a dor em processos traumáticos, reumáticos, inflamatórios, assim como a abolição completa da dor nos procedimentos cirúrgicos.

O conhecimento adquirido no início do século passado, chegando aos dias atuais, nas áreas de anatomia, fisiologia, farmacologia e novos métodos diagnósticos, colaborou com um controle mais rígido da dor. Hospitais de renome espalhados por todos os países do globo colocam como prioridade o controle adequado da dor, seja ela aguda ou crônica. Hoje, nestas instituições, a dor

é caracterizada como o “quinto sinal vital”, juntamente com as avaliações da pressão arterial, frequência cardíaca, frequência respiratória e temperatura.

DEFINIÇÃO

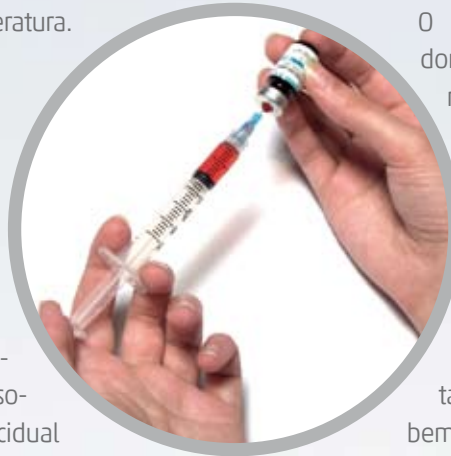
A dor é definida pela Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP) como “uma experiência sensitiva ou emocional desagradável, normalmente associada a uma lesão tecidual real ou potencial, ou descrito em termos desta lesão”. A definição por si só já apresenta uma inquietação ou subjetividade que envolve toda a fisiologia do quadro doloroso. A complexidade de sua definição se estende ao tratamento, que pode ser simples ou envolver anos nos casos de algumas dores crônicas.

Apesar de ser uma sensação desagradável envolvendo componentes emocionais

diversos, a dor é essencial para nossa sobrevivência. Através dela sabemos que existe algo errado com nosso organismo.

O controle adequado da dor, seja ela aguda ou crônica, é uma prioridade para as instituições hospitalares. Este monitoramento colabora para um menor tempo de internação. O não controle da dor contribui para um retardo na alta hospitalar, bem como um prejuízo aos próprios pacientes. A maior questão para um controle da dor, a meu ver, é a questão humanitária. Evitar o sofrimento do ser humano desse mal que aflige as civilizações desde os primórdios da humanidade faz parte da função de todos os profissionais da saúde, sem distinção.

Termino lembrando uma frase de Shakespeare: “todo mundo é capaz de suportar a dor, com exceção de quem a sente”.





DRA. FABÍOLA ISABEL SUANO DE SOUZA

Professora do Departamento de Pediatria da Faculdade de Medicina do ABC e especialista em Nutrologia



Mitos e verdades sobre o leite de vaca

O leite de vaca é importante na dieta de crianças e adultos como fonte de cálcio, fósforo, proteína de alto valor biológico, magnésio e vitamina A. O alimento só deve ser retirado da dieta quando há alergia à proteína do leite de vaca. Essa situação pode acometer crianças pequenas (menores de 1 ano), que por volta dos 3 a 5 anos evoluem para cura espontânea da doença.

De maneira geral, recomenda-se a ingestão de leite e derivados em até 3 porções ao dia (2 copos de leite e 1 iogurte ou pedaço de queijo). Entretanto, não deve ser consumido em grande quantidade, acima de 500mL a 600mL por dia, pois pode prejudicar a

absorção de outros micronutrientes, como o ferro, o selênio e o zinco, quando ingerido próximo às refeições principais. Dietas baseadas no consumo de leite em substituição a outros alimentos também não são apropriadas.

Em resumo, o leite de vaca, em quantidades e horários adequados, contribui para uma alimentação saudável e balanceada.

ALERGIA INFANTIL

Quando há alergia ao leite de vaca, deve-se realizar a substituição correta. Para crianças menores de 2 anos, existem fórmulas infantis especiais que podem ser utilizadas nessa situação. Crianças maiores necessitam de orientação

nutricional individualizada para a ingestão adequada de nutrientes. Em todos os casos deve haver acompanhamento e orientação nutricional, assim como a suplementação medicamentosa de micronutrientes (cálcio e fósforo) quando necessária. Sempre que possível, deve-se retornar o consumo de leite, respeitando a quantidade diária indicada.

Vale lembrar que, no caso de recém-nascidos, o único alimento necessário até os seis primeiros meses de vida é o leite materno. Após essa idade, os bebês devem iniciar o consumo de alimentos complementares, mas mantendo a amamentação, pelo menos, até completarem 2 anos.



Fundação do ABC ⁵⁰ anos

Entidade filantrópica de assistência social, saúde e educação, a Fundação do ABC foi criada em 1967, instituída como fundação sem fins lucrativos pelos municípios de Santo André, São Bernardo e São Caetano. É declarada instituição de Utilidade Pública nos âmbitos federal, estadual e na cidade-sede de Santo André.

Com o passar dos anos, tornou-se parceira estratégica de prefeituras e do Governo do Estado na gestão e assistência em saúde. Caracterizada como pessoa jurídica de direito privado, qualificada como Organização Social de Saúde, a Fundação do ABC administra atualmente 17 hospitais e a Faculdade de Medicina do ABC, entre outros contratos e convênios. São 23 mil funcionários diretos atuando no ABC Paulista, Mauá, Franco da Rocha, Caieiras, Guarulhos, Itatiba, Francisco Morato, São Paulo, Mogi das Cruzes, Praia Grande, Santos e Guarujá.



Faculdade de Medicina do ABC



Hospital Estadual Mário Covas de Santo André



Hospital da Mulher de Santo André



AME Santo André



Complexo Hospitalar Municipal de São Bernardo do Campo



Hospital Anchieta
Hospital Municipal Universitário
Hospital de Clínicas Municipal José Alencar
Hospital e Pronto-Socorro Central

Instituto de Infectologia Emílio Ribas II do Guarujá



Hospital Estadual de Francisco Morato



Contrato de Gestão São Mateus/SP



AME Mauá



Complexo Hospitalar Municipal de São Caetano do Sul



Hospital Infantil e Maternidade Márcia Braido
Hospital Maria Braido
Hospital Municipal de Emergências Albert Sabin
Hospital São Caetano
Hospital Euryclides de Jesus Zerbini
Complexo Municipal de Saúde

Centro Hospitalar do Sistema Penitenciário



AME Praia Grande



Complexo de Saúde de Mauá



Complexo de Saúde Irmã Dulce de Praia Grande



Hospital Municipal Irmã Dulce
Pronto-Socorro Central
UPA Samambaia / Dr. Charles A. Bechara

Hospital Dr. Radamés Nardini

Central de Convênios

Prefeitura de Santo André | Prefeitura de São Bernardo | Prefeitura de São Caetano
UPA Franco da Rocha | UPA Rodeio de Mogi das Cruzes | UPA Central de Santos
Maternidade Estadual de Caieiras | Hospital e Maternidade Interlagos
IMASF São Bernardo | Prefeitura de Guarulhos | Prefeitura de Itatiba

www.fuabc.org.br



FUNDAÇÃO DO ABC

DESDE 1967

FISIOTERAPIA E FARMÁCIA
CONQUISTAM NOTA

NO **ENADE** **5**



NOTA **4** **MEDICINA**
ENFERMAGEM
NUTRIÇÃO
FISIOTERAPIA
(VESPERTINO)

MEDICINA
ENFERMAGEM
FARMÁCIA
FISIOTERAPIA
NUTRIÇÃO
TERAPIA OCUPACIONAL
GESTÃO EM SAÚDE AMBIENTAL
TECNOLOGIA EM GESTÃO HOSPITALAR
TECNOLOGIA EM RADIOLOGIA

www.fmabc.br

Av. Lauro Gomes, 2.000, Vila Sacadura Cabral
Santo André (SP) | (11) 4993-5400



FUNDAÇÃO DO ABC
DESDE 1967



FACULDADE DE MEDICINA DO ABC