



EDUCAR, RESPIRAR E VIVER

10 COISAS PARA SABER
SOBRE CIGARRO E
CÂNCER DE PULMÃO

Quais são os principais sintomas da doença?

Devemos sempre lembrar que o câncer de pulmão pode ser silencioso no início e não causar nenhum sintoma. Quando a doença aumenta, os principais sinais e sintomas são:

- cansaço;
- falta de ar;
- tosse persistente;
- escarro com sangue;
- perda de apetite e peso;
- dores no peito;
- inchaço no pescoço e rosto.

Como podemos evitar o câncer de pulmão?

Cerca de 80% dos casos estão diretamente ligados ao cigarro. Os pacientes que fumam têm, em média, 14 anos menos de expectativa de vida em relação a quem não fuma. Além disso, está cada vez mais claro que os tabagistas passivos (quem não fuma, mas convive de perto com quem fuma) também têm mais chances de desenvolver câncer, doenças cardíacas e pulmonares. O tabagismo é considerado a maior causa evitável de mortes no mundo todo. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) apontam para 8 milhões de mortes ao ano por doenças causadas pelo cigarro. Portanto, a maioria dos cânceres de pulmão seriam evitados se as pessoas não fumassem!

Como descobrir a doença quando ainda é silenciosa?

Estudos recentes vêm mostrando que o rastreamento e a realização de exames em pessoas que não têm sintomas, mas são consideradas de alto risco para desenvolver câncer de pulmão, podem reduzir em cerca de 26% a chance de morte pela doença. As pessoas consideradas de alto risco seriam aquelas entre 50 e 74 anos e que fumaram mais de um maço de cigarro por dia por mais de 30 anos. O exame mais recomendado seria uma tomografia computadorizada de tórax, com baixa dose de radiação. A periodicidade para realização do exame ainda é controversa, com estudos mostrando que talvez se pudesse fazer a cada dois anos. O melhor é que aqueles pacientes que fumam estejam sempre acompanhados por um médico e estejam sempre atentos a qualquer mudança no seu organismo.

10 COISAS PARA SABER SOBRE CIGARRO E CÂNCER DE PULMÃO



1

O cigarro é a principal causa evitável de adoecimento e mortes precoces no mundo, causando cerca de **8 milhões** de mortes ao ano. Apesar da queda no número de fumantes, o Brasil ainda ocupa a oitava posição no ranking da OMS em número absoluto de fumantes. São ainda **21 milhões** de tabagistas no país.

2

O cigarro é o principal causador do câncer de pulmão, sendo responsável por mais de **80%** dos casos (o cigarro contém mais de **2.500** substâncias nocivas e pelo menos **50** delas são comprovadamente cancerígenas). No Brasil, **443** pessoas morrem por dia por doenças ligadas ao cigarro e não apenas câncer.

3

É o terceiro câncer mais frequente nos homens, com mais de **18 mil** casos novos, e o quarto nas mulheres, com **14.500** casos novos no Brasil, em 2023, de acordo com dados do Instituto Nacional do Câncer (INCA).



4

É o câncer que mais mata homens (**17 mil** mortes/ano) e **12 mil** mulheres (dados de 2020). No mundo, o câncer de pulmão mata mais que o câncer de próstata, mama e intestino juntos, sendo responsável por **30%** de todas as mortes por câncer em homens e **27%** nas mulheres.

5

Na fase inicial, a doença pode ser silenciosa e não causar qualquer sintoma, o que dificulta seu **diagnóstico precoce**.



6

Embora o número de tabagistas no Brasil tenha caído mais de **35%** desde 2010, o uso do chamado VAPE (cigarro eletrônico) aumentou **600%** nos últimos **6 anos**, especialmente entre os jovens.



7

Cerca de **80%** dos casos são descobertos quando a doença já está avançada localmente ou já se espalhou para outros órgãos (metástases).



8

Sua incidência vem aumentando no mundo em **2%** ao ano, o que torna o câncer de pulmão um problema de saúde pública, devido ao impacto dos altos custos com seu tratamento.

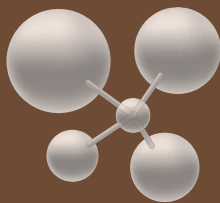


9

Os tratamentos mais novos, com as chamadas **terapias-alvo** (bloqueadoras de alguns genes que podem estar ativados na doença) e a **imunoterapia** (que ativa o sistema imunológico contra o tumor), fizeram com que a doença mais avançada deixasse de ser um sinônimo de morte e permitem aos pacientes viverem mais e melhor.

10

Em 2024, foi publicada a primeira recomendação oficial de rastreamento de câncer de pulmão, um esforço conjunto das Sociedades Brasileiras de Cirurgia Torácica, Pneumologia e Oncologia: pacientes tabagistas com mais de **50 anos** de idade e que fumaram por pelo menos **30 anos** um mínimo de **1 maço/dia**, devem procurar um médico e fazer tomografia de tórax com baixa dose de radiação a cada **2 anos** pelo menos.



SOnHe

ONCOLOGIA E HEMATOLOGIA

  /gruposonhe | sonhe.med.br