

 FUTURO É AGORA	Data da Criação: 06/03/2023	Boletim Informativo de Saúde Nº1/2023
	CoAVS/DASU/DAC	Vigilância Ativa
Elaborado por: Bertiane Gadelha, Rosana Andrade		Páginas: 03
Revisado por: Carla Pintas		Data de Revisão: 08/03/2023
Aprovado por: Carla Pintas		Data de Aprovação: 08/03/2023

Boletim Informativo de Saúde Nº 1/2023 - Saúde da Mulher

O Dia Internacional da Mulher, comemorado em 08 de março, traz à tona diversos temas importantes do universo feminino. A saúde é um deles, especialmente em tempos de rotina estressante e acelerada, que exige da mulher múltiplas atividades diárias.

As políticas públicas voltadas à saúde da mulher vêm se aprimorando ao longo dos anos na tentativa de acompanhar as mudanças nas relações sociais e nas necessidades dessa população. As mulheres passam por diversas fases reprodutivas durante a vida, da infância até a idade adulta, constituem a maioria da população brasileira e são as principais usuárias do Sistema Único de Saúde (SUS). As múltiplas jornadas de trabalho e suas consequências para o adoecimento feminino exigem mudanças nas políticas públicas, consolidando os avanços no campo dos direitos sexuais e reprodutivos, com ênfase na melhoria da atenção obstétrica, no planejamento reprodutivo, na atenção ao abortamento inseguro e aos casos de violência doméstica e sexual.

Seja por causas fisiológicas, genéticas, hormonais ou ambientais, existem doenças que acometem mais a população feminina, causando prejuízos à sua qualidade de vida e mesmo elevando estatísticas de mortalidade. É o caso, por exemplo, do câncer de mama, alvo de quase 3 entre 10 (29%) tumores malignos diagnosticados nas mulheres. A taxa de mortalidade, ajustada pela população mundial, foi de 11,84 óbitos/100.000 mulheres, em 2020, com as maiores taxas nas regiões Sudeste e Sul, com 12,64 e 12,79 óbitos/100.000 mulheres, respectivamente. No Brasil, foram estimados 66.280 casos novos de câncer de mama em 2021, com um risco estimado de 61,61 casos a cada 100 mil mulheres. O estilo de vida é determinante para o aumento da incidência da doença. Atualmente, as mulheres têm menos filhos e a primeira gestação mais tardia. Com isso, amamentam menos e menstruam mais, sendo mais expostas ao estímulo hormonal. Embora seja multifatorial, há forte ligação entre hábitos alimentares e incidência da doença. Recomenda-se a atividade física e o controle do peso, com a adoção de uma dieta rica em frutas, hortaliças e fibras, assim como evitar alimentos processados e bebidas alcoólicas.

Já o câncer de colo do útero, ou câncer cervical, é o tumor ginecológico mais comum no Brasil, sendo a principal causa de morte entre mulheres na América Latina e no Caribe. A contaminação pelo vírus HPV é a causa de quase todos os casos de câncer de colo do útero, principalmente dos tipos 16 e 18. A infecção genital por esse vírus, no entanto, é muito frequente e na maioria das vezes não causa doença. Para o ano de 2023, são estimados 17.010 casos novos de câncer de colo de útero no Brasil, o que representa um risco considerado de 13,25 casos a cada 100 mil mulheres, segundo o INCA. Segundo estimativas da OPAS, estima-se que as mortes por câncer do colo do útero nas Américas aumentem para mais de 51,5 mil em 2030 devido ao crescimento da população e aos ganhos na expectativa de vida; 89% dessas mortes ocorrerão na América Latina e no Caribe. A principal forma de descobrir a presença do HPV é através do exame Papanicolau, que deve ser feito anualmente ou a cada dois anos — dependendo do caso. Em quase todas as situações, há uma cura para o quadro. Por isso, é importante realizar periodicamente os exames de rotina.

Além do exame Papanicolau, é importante tomar a vacina contra o HPV. No SUS, a imunização contra o HPV está disponível em duas doses para meninas de 9 a 14 anos e meninos de 11 a 14 anos, que são as idades com maior eficácia. Pessoas imunossuprimidas, como portadores de HIV, em tratamento oncológico ou transplantados também estão contempladas a receber o imunizante gratuitamente. Apesar de haver vacina na rede pública, ainda é baixa a adesão às campanhas.

Outro distúrbio ginecológico importante é a Endometriose, uma doença inflamatória provocada por células do endométrio (tecido que reveste o útero) que, em vez de serem expelidas durante a menstruação, se movimentam no sentido oposto e caem nos ovários ou na cavidade abdominal, onde voltam a multiplicar-se e a sangrar. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), em todo o mundo, a endometriose afeta cerca de 176 milhões de mulheres, sendo mais de 7 milhões somente no Brasil. A endometriose é uma doença comum e benigna, que regride espontaneamente com a menopausa, mas que pode ser bastante incômoda durante o período fértil, uma vez que pode provocar dores incapacitantes durante o período menstrual e durante a relação sexual, além de estar associada a infertilidade em cerca de 40% das mulheres com o problema. Além da prevalência considerável, a doença interfere bastante na rotina e na qualidade de vida das mulheres. Por tudo isso, a OMS reconheceu a endometriose como um problema de saúde pública em maio de 2021. Para o diagnóstico, os profissionais costumam pedir um ultrassom transvaginal e/ou uma ressonância. O tratamento pode envolver medicamentos e/ou cirurgia, dependendo dos sintomas, lesões, resultado desejado e escolha do paciente. A população em geral e muitos profissionais de saúde não estão cientes de que a dor pélvica angustiante e que altera a vida da mulher não é normal, levando à normalização e estigmatização dos sintomas e atraso significativo no diagnóstico. O estilo de vida conta pontos diante da endometriose. A atividade física, além de beneficiar a saúde física e mental, desencadeia a liberação de endorfina, hormônio que tem efeito analgésico.

Todas essas doenças podem ter seus efeitos minimizados ou mesmo serem evitadas por meio de medidas de prevenção, mudanças de hábito ou diagnóstico precoce. Realizar o acompanhamento periódico por meio de consultas e exames é outra forma de detectar precocemente qualquer problema de saúde, cuidado tão importante quando se tem consciência de que muitas vezes as doenças que mais matam as mulheres evoluem silenciosamente.

A CoAVS/DASU/DAC atenta para a importância desses cuidados, coloca-se à disposição para as orientações e maiores informações através dos e-mails: coavs@unb.br, nvsaude@unb.br e nos núcleos (NAVS) localizados no ICC Sul, FGA e FUP.

REFERÊNCIAS

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA (INCA). **Atlas da mortalidade**. Rio de Janeiro: INCA, 2022. Base de dados. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/app/mortalidade> [Acessado em 07 mar 2023]

Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). **HPV e Câncer do colo do útero**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/hpv-e-cancer-do-colo-do-uterio#:~:text=O%20c%C3%A2ncer%20do%20colo%20do%20%C3%BAtero%20%C3%A9%20causado%20por%20infec%C3%A7%C3%A3o,%20vagina%20p%C3%AAnis%20e%20orofaringe.> [Acessado em 06 mar 2023]

SOUTO, Kátia; MOREIRA, Marcelo Rasga. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: protagonismo do movimento de mulheres**. Saúde em Debate, v. 45, p. 832-846, 2021.

World Health Organization (WHO). **International Classification of Diseases, 11th Revision (ICD-11)** Geneva: WHO 2018