



Entre os fatores de risco, tabagismo, consumo de álcool, excesso de peso e alimentação não saudável.

Um terço das mortes causadas por 20 tipos de câncer no Brasil poderia ser evitado com mudanças no estilo vida. Tabagismo, consumo de álcool, excesso de peso, alimentação não saudável e falta de atividade física são fatores de risco associados a 114 mil casos da doença (27% do total) e 63 mil mortes (34% do total) por ano no Brasil.

Os dados, publicados na revista *Cancer Epidemiology*, fazem parte de um estudo realizado por pesquisadores do Departamento de Medicina Preventiva da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP) e da Harvard University, nos Estados Unidos, com apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (Fapesp).

O levantamento aponta, por exemplo, que a incidência de câncer de pulmão, de laringe, de orofaringe, de esôfago, de colón e de reto poderia ser reduzida pela metade caso esses cinco fatores de risco fossem eliminados. Leandro Rezende, pesquisador da FMUSP e um dos autores do estudo, destaca que não se conhece outra forma de prevenir tantos casos.

“O que nos surpreende é a magnitude de casos e mortes que a gente conseguiria evitar a partir da redução desses fatores de risco. Esse número deve chamar atenção para políticas públicas de redução do risco de câncer no Brasil”, disse à Agência Brasil.

Estimativa da Organização Mundial de Saúde (OMS) indica que, em 2025, os casos de câncer cresçam em até 50% no Brasil em decorrência do aumento e do envelhecimento da população. Atualmente, a doença é a segunda causa de morte no país.

O levantamento da FMUSP, contudo, aponta que, além das mudanças na estrutura populacional, o aumento da prevalência desses cinco fatores de risco no estilo de vida do brasileiro pode representar novos desafios para o controle do câncer na população.

Os pesquisadores traçaram estimativas de redução da doença caso esses fatores sejam reduzidos.

“Trabalhamos com algumas metas ou recomendações que são mais plausíveis de serem atingidas em nível populacional e que estão presentes em alguns documentos e recomendações por agências internacionais”, explicou Rezende.

Foi considerado o seguinte cenário: o consumo de álcool com uma redução relativa de 10%, uma diminuição de 1 kg/m² no índice de massa corporal na média da população, uma dieta de cálcio de 200 mg a 399 mg por dia e a redução de 30% na prevalência do consumo de tabaco.

Essas alterações, do ponto de vista populacional, poderiam evitar 19.731 casos de câncer (4,5% dos casos) e 11.480 mortes (6,1%).

Políticas públicas

Rezende destaca que essas estimativas contribuem para formulação de políticas públicas na área de saúde pública. Ele cita como exemplo o combate ao tabagismo no Brasil que conseguiu reduzir para menos da metade a proporção de fumantes em relação a década de 1990.

“Hoje, aproximadamente 10% da população brasileira fumam [antes, eram mais de 30%]. Quando o Brasil adotou um pacote de medidas, leis e regulamentação do tabaco no Brasil, como a tributação do cigarro, a proibição do consumo em local fechado, a gente teve um impacto bastante positivo na saúde da população”, disse.

O pesquisador aponta que o tabagismo é responsável por 67 mil casos de câncer por ano no Brasil, o equivalente a 15,5% dos casos e 40 mil mortes.

“Tem um debate bastante atual de que se deveria reduzir o imposto dos produtos derivados do tabaco para diminuir o consumo de cigarro contrabandeado. É importante trazer a magnitude do estrago que o cigarro faz na saúde da população quando se estimula o consumo. Hoje, o Brasil é um case de sucesso e a gente, primeiramente, precisa manter isso”, defendeu.

Um grupo de trabalho foi instituído em março deste ano pelo Ministério da Justiça e Segurança Pública para avaliar “a conveniência e oportunidade” da redução da tributação de cigarros fabricados no Brasil.

Para Rezende, o combate ao tabagismo poderia servir de exemplo para a elaboração de outras políticas no campo da alimentação.

“Rotulagem, restrições de marketing e aumento de impostos de produtos da indústria de alimentos para desestimular o consumo são propostas possíveis de serem implementadas pegando emprestado o case de sucesso do tabaco para tentar reduzir o excesso de peso e obesidade da população no Brasil”, sugeriu.

Ele lembra que o Guia Alimentar para a População Brasileira, do Ministério da Saúde, recomenda que sejam consumidos principalmente produtos in natura e que se evitem alimentos processados, especialmente ultraprocessados.

Metodologia

A pesquisa partiu do consenso na literatura científica de que cinco fatores de risco – tabagismo, consumo de álcool, excesso de peso, alimentação não saudável e falta de atividade física – estão associados a 20 tipos de câncer.

O que o novo estudo fez foi calcular a fração atribuível populacional (FAP) da doença

relacionado a dados populacionais sobre o índice de massa corporal (IMC) elevado, consumo de cigarro, álcool, prática de atividade física e informações sobre a alimentação.

De acordo com os pesquisadores, a FAP é uma métrica que estima a proporção da doença possível de prevenir na população caso os cinco fatores de risco fossem eliminados, mantendo as demais fatores/causas estáveis.

Os dados sobre a distribuição dos fatores de risco do estilo de vida foram calculados a partir da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) 2013, para estimar consumo de álcool, índice de massa corporal (IMC), consumo de frutas e hortaliças, atividade física, tabagismo e fumo passivo entre não fumantes no Brasil.

Foi utilizada também a Pesquisa Nacional de Orçamentos Familiares (POF), realizada entre 2008 e 2009 pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), para obter o consumo alimentar de fibras, cálcio, carne vermelha e processada.

Fonte: [Siga Mais](#)