

Jovens

exposição a fatores cancerígenos



Uma proporção considerável dos fatores de risco conhecidos para o câncer está relacionada a exposições de longa duração. Boa parte desses fatores diz respeito a comportamentos construídos nas duas primeiras décadas de vida, como a ausência da prática regular de exercícios físicos, a alimentação inadequada, a exposição à radiação ultravioleta sem proteção, o uso de tabaco e de álcool considerado de risco, a não-vacinação contra agentes infecciosos, como hepatite B, a prática sexual sem proteção etc.

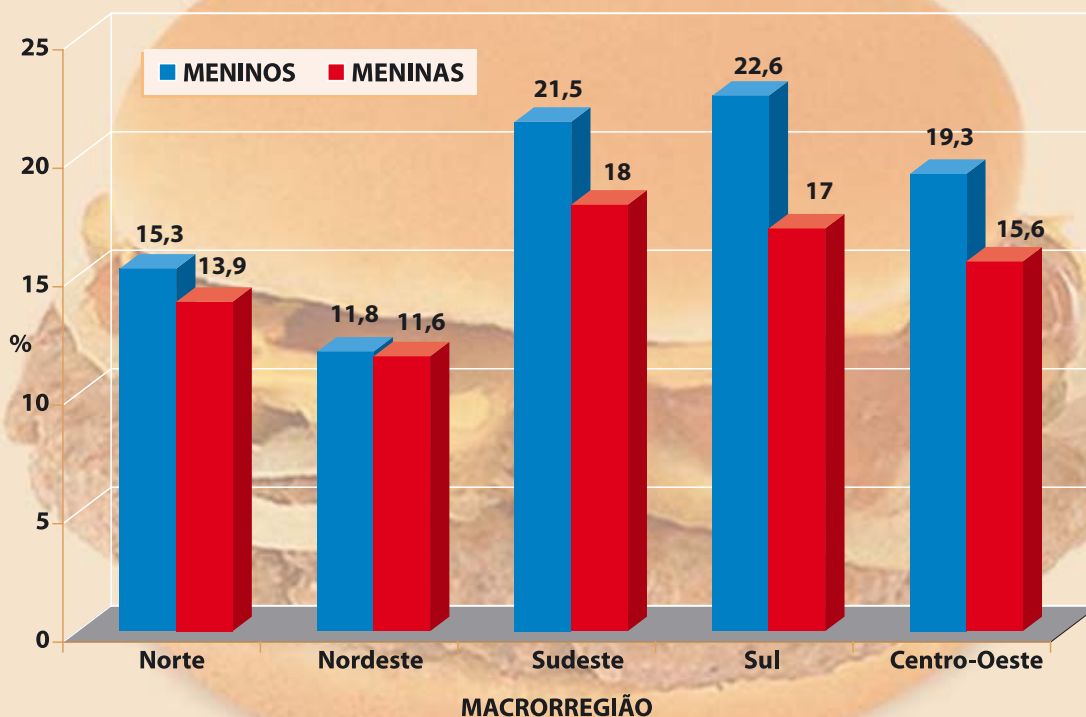
A infância e a adolescência são períodos críticos do desenvolvimento em que, além da formação de hábitos de vida, a exposição a fatores ambientais pode afetar a estrutura ou a função de órgãos, tecidos ou sistema corporal, comprometendo a saúde do adulto. Sabe-se, hoje, que várias doenças crônicas têm sua origem no início da vida. Por exemplo, o peso ao nascer tem sido associado a doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes e câncer.

Segundo o último censo do Brasil (Censo 2000), o número de indivíduos entre 0 e 19 anos corresponde a 40,2% da população total, 38,8% dos quais vivendo em áreas urbanas.

A alimentação é um bom exemplo de como esta fase da vida é determinante no desenvolvimento de doenças na vida adulta. As práticas alimentares adquiridas na infância e na adolescência podem atuar diretamente sobre o risco de câncer, pelo efeito cumulativo da exposição a substâncias carcinogênicas e a insuficiência de substâncias protetoras na alimentação. Há também uma forma indireta pela qual a alimentação influi no processo do câncer, por seus efeitos sobre o balanço energético e o risco de obesidade, bem como pelas respostas metabólicas e hormonais relacionadas ao balanço energético. O crescimento rápido e precoce e o excesso de peso nas duas primeiras décadas de vida têm sido associados ao aumento do risco de ocorrência de doenças como diabetes tipo 2 e câncer da mama.

Em nosso país, o número de crianças e adolescentes entre 10 e 19 anos com sobrepeso e obesidade vem aumentando nos últimos 30 anos. De acordo com dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (IBGE, 2002-03), o percentual de meninos com excesso de peso mais do que triplicou, passando de 3,9% em 1974-75 para 17,9% em 2002-03. Para as meninas, esse aumento foi de 100%, passando de 7,5% para 15,4% no mesmo período. Há diferenças regionais na distribuição do excesso de peso, principalmente entre os meninos: maior prevalência foi encontrada nas regiões Sul, Sudeste e Centro-oeste. Para meninas, essa diferença não é tão marcante, observando-se prevalência maior na Região Sul.

Prevalência de excesso de peso ($IMC \geq 25 \text{ kg/m}^2$) em jovens de 10 a 19 anos, no Brasil (2002-2003)



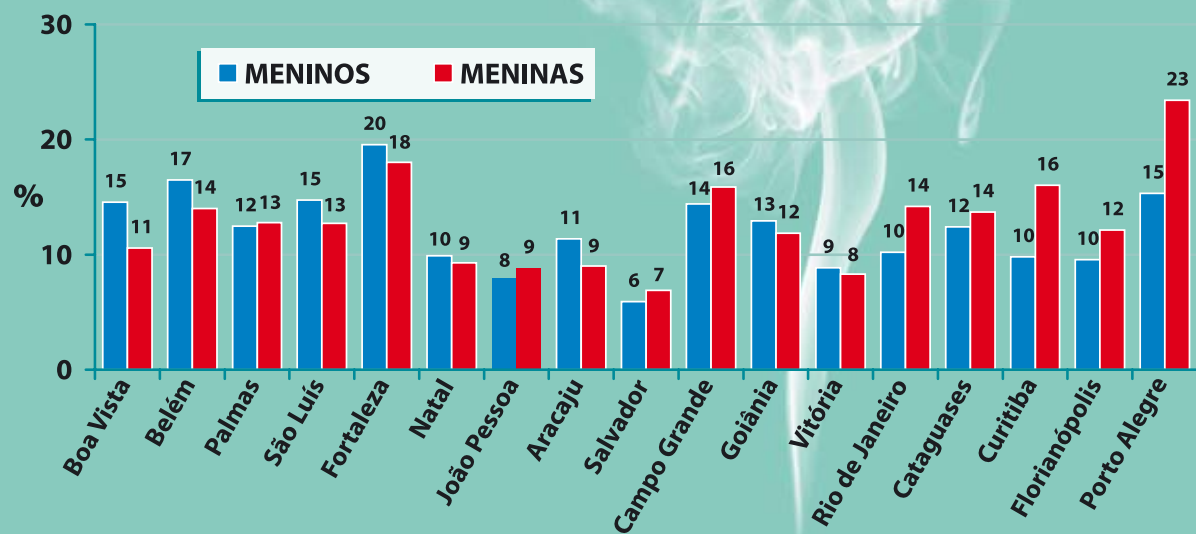
A maioria dos fumantes começa a fumar antes dos 20 anos e a experimentação do cigarro ocorre precocemente na vida dos brasileiros – antes dos 12 anos. A adolescência também é a fase da vida em que o indivíduo está mais vulnerável à influência da propaganda e do comportamento de grupos sociais. Estudos indicam uma associação da idade em que o jovem se inicia no uso regular do cigarro e a severidade da dependência que se estabelecerá no futuro.

Dados recentes de um inquérito sobre tabagismo entre escolares no Brasil (Vigescola, 2002-2005) mostram que, de um modo geral, não há mais diferenças marcantes no percentual de fumantes por gênero, embora se observe um aumento na proporção de meninas fumantes em relação a meninos em algumas capitais.



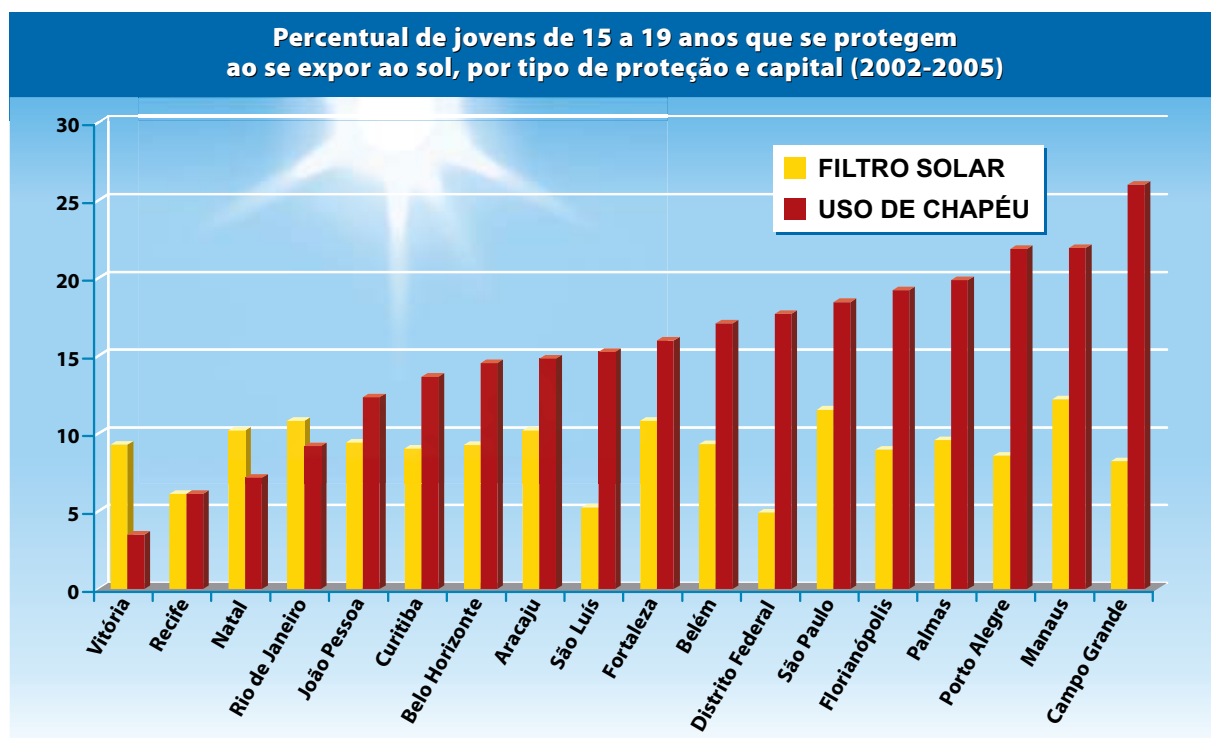
A prevenção primária, propondo modos de vida saudáveis, e intervenções ambientais são a melhor opção para reduzir a crescente carga de câncer no mundo.

Percentual de estudantes de 12 a 16 anos fumantes de cigarros em capitais selecionadas, por gênero (2002-2005)



Fonte: Vigescola, MS/INCA, 2005.

Em relação ao risco de câncer de pele, hoje está bem estabelecido que o número de queimaduras devido à exposição solar na infância e na adolescência está associado ao aparecimento de melanoma cutâneo na idade adulta, o que torna a proteção das radiações solares extremamente importante nessa fase da vida. Assim, é fundamental o papel dos pais na aquisição dos hábitos de proteção contra o Sol para a saúde, tanto pela informação passada aos filhos quanto pelo exemplo ativo.



Fonte: Inquérito domiciliar sobre comportamentos de risco e morbidade referida de doenças e agravos não-transmissíveis: MS/SVS/INCA, Brasil – 2002-2005.

Levando-se em consideração, portanto, que na infância e na adolescência ocorrem mudanças não apenas biológicas mas também psicológicas, que podem ser modificadas de forma favorável ou desfavorável ao desenvolvimento de doenças, a aquisição de hábitos de vida saudáveis nesta fase é vista, hoje, como a estratégia preventiva que pode ajudar os indivíduos a se manterem por mais tempo saudáveis, evitando doenças crônicas na idade adulta.

Para isso, não basta difundir já nas primeiras décadas de vida o conhecimento sobre os efeitos dos fatores de risco na expectativa média de vida da população e, principalmente, sobre a qualidade de vida: é preciso ainda que se desenvolvam estratégias preventivas que envolvam diversos setores da sociedade, em prol da mudança de modos de vida baseada em evidências e de natureza duradoura. Além disso, identificar os indivíduos precocemente expostos a alguns desses fatores de risco de natureza ambiental e intervir nesses grupos específicos pode contribuir para a redução da morbimortalidade por câncer.