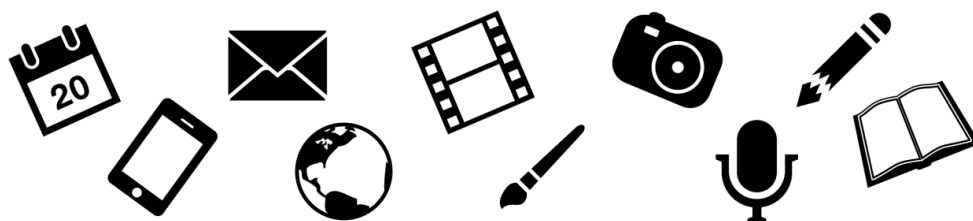




**UNIVERSIDADE FEDERAL
DE SANTA CATARINA**

UFSC NA MÍDIA - CLIPPING



Agcom
Agência de
Comunicação
da UFSC

02 de outubro de 2024

Notícias do Dia

Artigo

“Autocuidado na prevenção do câncer de mama”

Autocuidado na prevenção do câncer de mama / Campanha Outubro Rosa /
Rebeca Neves Heinzen / Curso de Medicina / UFSC / Universidade Federal de
Santa Catarina

Autocuidado na prevenção do câncer de mama



Rebeca Neves Heinzen

Mastologista e professora do curso de medicina da UFSC (Universidade Federal de Santa Catarina)



O mês de outubro chega com uma pauta especial: a importância do autocuidado na prevenção do câncer de mama, uma das principais preocupações de saúde feminina. A detecção precoce é fundamental para aumentar as chances de cura, que podem chegar a 98% quando o tumor é encontrado em estágio inicial, com até dois centímetros de tamanho.

Dados recentes estimam que 73 mil novos casos devem ser registrados no Brasil entre 2023 e 2025. Em Santa Catarina, o câncer de mama, o mais comum entre as mulheres, contabiliza aproximadamente 4.000 novos casos por ano, segundo o Inca (Instituto Nacional do Câncer). A campanha Outubro Rosa visa não apenas aumentar a conscientização sobre esses números, mas também destacar a importância do diagnóstico precoce e de hábitos saudáveis como ferramentas essenciais na prevenção.

Manter uma rotina com exercícios físicos regulares, uma dieta equilibrada, controle do estresse e qualidade no sono são medidas que podem reduzir significativamente o risco da doença. O consumo de alimentos como verduras e legumes orgânicos, aliado à diminuição de açúcar, de bebida alcoólica, de carne vermelha e de gorduras saturadas, também é recomendável. Além disso, é imprescindível incluir a mamografia nos exames preventivos, especialmente a

partir dos 40 anos. Para mulheres com histórico familiar ou predisposição genética, o acompanhamento deve começar mais cedo, dez anos antes da idade em que o familiar foi diagnosticado. A prevenção, no entanto, vai além do estilo de vida saudável. O autoexame de toque e o acompanhamento médico regular, com exames clínicos e de imagem, são essenciais para a detecção precoce de alterações mamárias.

É importante destacar que o aumento de casos em mulheres jovens é um fenômeno observado em países da América Latina, influenciado por fatores como o adiamento da maternidade e a falta de amamentação. Porém, a mortalidade por câncer de mama tem se estabilizado nos últimos anos, com cerca de 12 mortes a cada 100 mil habitantes.

Isso porque os avanços no diagnóstico precoce e tratamentos sistêmicos mais personalizados como quimioterapia, imunoterapia, terapia alvo e hormonioterapia, têm contribuído para melhores taxas de cura e menos efeitos colaterais, o que nos permite trazer cada vez mais boas notícias. Mas vale sempre a lembrança, não apenas neste mês: a prevenção continua sendo o melhor caminho, e o Outubro Rosa é uma oportunidade para reforçar essa mensagem e incentivar todas as mulheres a cuidarem de sua saúde.

Notícias do Dia

Cacau Menezes

“Adeus ao sanfona”

Adeus ao sanfona / Obesidade / Júlia Michels / Residência em Endocrinologia /
Hospital Universitário Professor Polydoro Ernani de São Thiago / UFSC

Adeus ao sanfona

Uma nova era no tratamento da obesidade. Quem nunca sofreu com a dificuldade em reduzir o peso que atire a primeira pedra. Calcula-se que, direta ou indiretamente, a obesidade esteja por trás de cinco milhões de mortes por ano. É uma “pandemia” mais intensa que a da Covid-19, que em seu pior período fez três milhões de vítimas pelo mundo. Só para se ter uma ideia da gravidade do problema, observa a médica endocrinologista Júlia Michels, preceptora da residência em Endocrinologia do Hospital Universitário da UFSC, cerca de 61% da população brasileira têm sobrepeso e 24% têm obesidade. Diante deste cenário de epidemia prospera uma nova era de medicamentos trazendo boas notícias para as pessoas acima do peso. A nova safra de remédios para obesidade evoluiu “50 anos em cinco”, e se constitui numa ótima notícia. “Trata-se de um grande marco nesta área, pois já existem medicamentos que podem levar a uma perda média de peso em torno de 17% e um terço das pessoas reduzem mais de 20% do peso, resultado próximo a alguns procedimentos cirúrgicos. E o futuro se apresenta ainda mais animador”, ressalta.

Notícias do Dia

Publicidade

“Aviso de Licitação”

Aviso de Licitação / Djennifer Maria Melo / Departamento de Licitações / DPL /
Universidade Federal de Santa Catarina / UFSC



UNIVERSIDADE FEDERAL
DE SANTA CATARINA

MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO



AVISO DE LICITAÇÃO

Processo nº 23080.006573/2024-85
Pregão Eletrônico nº 90063/2024 - SRP

O Departamento de Licitações (DPL) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) torna público que está instaurando licitação na modalidade de Pregão Eletrônico nº 90063/2024, tendo como objeto o registro de preços para contratação de empresa especializada para execução de levantamento, catalogação e diagnóstico dos aparelhos de ar-condicionado tipo split e janelas, incluindo limpeza e manutenção corretiva quando necessário, do Campus Florianópolis da UFSC. Valor estimado: R\$ 3.807.476,47. Data para encaminhamento das propostas: a partir do dia 02/10/2024, exclusivamente por meio do sistema eletrônico, no site www.comprasnet.gov.br. Data e hora para sessão dos lances: dia 16/10/2024 às 09h00min. O Edital está à disposição dos interessados neste Departamento, pelo site <http://licitacoes.ufsc.br>, e no sítio www.comprasnet.gov.br. – Djennifer Maria Melo – Diretora do DPL em Exercício.

Notícias veiculadas em meios impressos, convertidas para o formato digital,
com informações e opiniões de responsabilidade dos veículos.

CLIPPING DIGITAL

[O que é justiça climática? Entenda a expressão repetida em convenções e planos do clima](#)

[UFSC e IBGE assinam acordo para desenvolvimento de projetos com uso de Inteligência Artificial](#)

[UFSC e IBGE firmam parceria para integrar Inteligência Artificial em pesquisas nacionais](#)

[Gustavo Justino de Oliveira fala sobre benefícios da consensualidade](#)
[Combatendo o preconceito religioso em Santa Catarina](#)

[Preconceito religioso em SC: antropóloga destaca a importância de combatê-lo](#)

[UFSC Blumenau realiza campanha de doação de cabelos durante outubro; saiba como participar](#)

[UFSC Blumenau organiza campanha de doação de cabelo para o Outubro Rosa](#)

[Esgoto inunda restaurante da UFSC e sindicatos denunciam situação precária](#)

[Denúncia: esgoto inunda Restaurante Universitário da UFSC](#)

[Vida do reitor Cancellier vira peça de teatro que será apresentada nesta quarta, em Florianópolis](#)

[Estudante da UFSC participa de estudo que busca desenvolver medicamentos contra obesidade](#)

[Documentos resgatados nas enchentes do RS serão restaurados por técnicos da UFSC](#)

[UFSC vai restaurar livros e documentos danificados pelas enchentes no RS](#)

[Inscrições do Vestibular Unificado UFSC/IFSC/IFC 2025 encerram na próxima semana](#)

**Pequenos Cientistas: projeto da UFSC leva conhecimento científico a
alunos da rede pública**