

**Assunto: Dia Nacional de Prevenção do  
Cancro da Mama - 30 de outubro**

**Para:** Unidades de Saúde integradas no Sistema  
Regional de Saúde.

O mês de outubro é assumido, internacionalmente, como o mês da prevenção do cancro da mama. No culminar do mês, a 30 de outubro, comemora-se o Dia Nacional de Prevenção do Cancro da Mama.

Em Portugal, anualmente, são detetados cerca de 4500 novos casos de cancro da mama e 1500 mulheres morrem com esta doença (site: [www.ligacontracancro.pt/gca/index.php?id=14](http://www.ligacontracancro.pt/gca/index.php?id=14) em 29/10/2013).

Na RAM, segundo notícias vindas a público ocorrem, em média, cerca de 150 novos casos por ano. Relativamente à mortalidade, em 2012, ocorreram 53 óbitos por cancro da mama em mulheres. Registou-se assim uma variação de mais 4% de óbitos relativamente a 2011. No entanto, ainda que se registem mais óbitos em número absoluto por cancro de mama, estes óbitos, no todo dos óbitos por tumores malignos, representa 9% ou seja menos 1% do que em 2011 (10%).

A elevação da qualidade dos cuidados oncológicos requer boas práticas de empoderamento das doentes e seus familiares.

Os níveis de literacia em saúde é um fator crítico de sucesso que atravessa o continuum de cuidados oncológicos.

O impacto da literacia em saúde está devidamente documentado, designadamente no seu efeito sobre a comunicação entre a equipa de saúde e o doente e, mais concretamente, na capacidade deste último em compreender ações de rastreio, sintomas, efeitos adversos do tratamento, estadio da doença, prognóstico e riscos e benefícios do tratamento. Será necessário mais investigação para melhor identificar métodos e técnicas efetivas para comunicar e educar para a saúde os doentes oncológicos. No entanto a partir da evidência disponível e de algumas experiências internacionais, o IASAÚDE, IP-RAM sinaliza o dia da prevenção do cancro da mama disponibilizando, às pessoas com doença oncológica, e à comunidade de profissionais de saúde um dispositivo de informação como meio facilitador das interações entre pessoas com doença oncológica e profissionais de saúde, no sentido de melhor comunicação e melhores cuidados oncológicos.

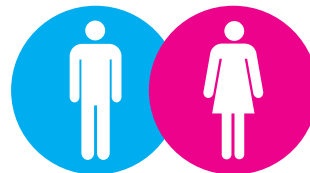
A Presidente do Conselho Diretivo



Ana Nunes

Anexo: Dispositivo de informação (1 pag.)  
DSPAG/AC/ZL

# Por cuidados oncológicos de elevada qualidade



O que pode perguntar à sua equipa de saúde sobre doença oncológica.

## Questões sobre prognóstico

- Qual é o objetivo do meu tratamento?
- O tratamento será para debelar (curar) o cancro, melhorar os sintomas ou para ambas as situações?
- Qual a minha esperança de vida? Será que posso ter um cenário previsível de sobrevivida?
- Como é que me vou sentir?
- Qual a minha probabilidade de cura?
- Se eu não me puder curar, viverei muito tempo com o tratamento?
- Posso receber cuidados paliativos para poder ter melhor qualidade de vida assim como a minha família?
- Quando poderá ocorrer um internamento em cuidados paliativos?
- Com que frequência podemos discutir o meu plano de cuidados?

## Questões sobre decisões de vida a tomar

Peça ajuda para refletir sobre:

- Redigir um testamento vital
- Escolher a pessoa que a representará quando sinta não ser capaz de decidir
- Redigir mensagens aos entes queridos ou sobre outras situações que deseja resolver

## Questões sobre o tratamento

- Quais são as minhas opções de tratamento?
- Porque preciso deste tratamento?
- Quais serão os efeitos indesejáveis que posso ter?
- Estarei em condições de fazer este tratamento?
- Quais são os riscos e benefícios do tratamento?
- Este tratamento far-me-á sentir pior ou melhor?
- Este tratamento terá algum custo para mim?
- Qual a unidade/local onde farei os tratamentos e quem me vai acompanhar durante o tratamento?
- O tratamento interfere com outro tratamento ou medicamento que estou a fazer?
- Que cuidados especiais devo ter durante o tratamento?

## Questões acerca das necessidades familiares, espirituais e psicossociais

- A minha família terá algum tipo de apoio?
- Se precisar de apoio psicológico poderei solicitar?
- Se precisar de ajuda social poderei beneficiar?

Adaptado de Institute of Medicine, [www.iom.edu/qualitycancercare](http://www.iom.edu/qualitycancercare)  
Tradução livre DSPAG/UTCES

