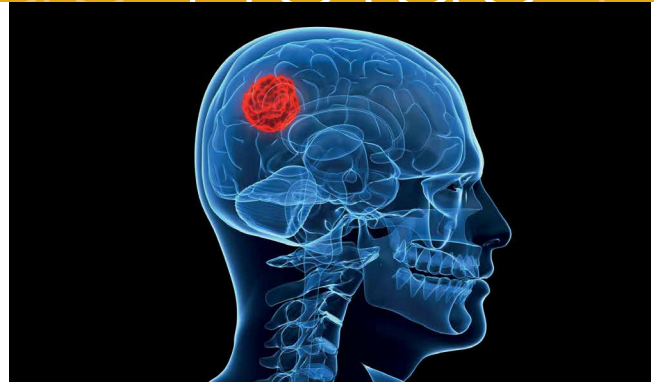


Mexa-se

O Ministério da Saúde lançou, com a colaboração do INCA, o *Guia de Atividade Física para a População Brasileira*, para incentivar as pessoas a ganharem qualidade de vida eliminando o sedentarismo.

“O guia tem potencial de ser um indutor de políticas públicas que ampliem o acesso da população às atividades físicas e estimulem que esse seja um hábito”, explicou Fabio Carvalho, profissional de Educação Física da Coordenação de Prevenção e Vigilância do Instituto e membro do grupo de trabalho que elaborou o documento.

As práticas podem ser adaptadas, caso os fatores econômicos não sejam propícios para se frequentar uma academia ou clube. “Você pode fazer o que estiver ao seu alcance, como caminhar, correr, pedalar, subir escadas e dançar”, enumerou Fabio.



Biomarcadores

Pesquisadores do Centro de Terapia Celular (CTC) descobriram biomarcadores capazes de indicar quais pacientes com glioma, tipo agressivo de câncer cerebral, teriam tumores com maior resistência à radioterapia. A descoberta foi publicada na revista *Frontiers in Oncology*.

O tratamento do glioma é a remoção cirúrgica, seguida por quimioterapia ou radioterapia (ou ambas). No entanto, devido à resistência das células tumorais, estima-se que 80% dos pacientes que passaram por sessões de radioterapia tiveram recidiva meses depois.

“Identificamos 31 genes que, quando alterados, podem indicar resistência ou sensibilidade à radioterapia”, afirma Valéria Valente, professora da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade Estadual Paulista (Unesp), em Araraquara, e pesquisadora associada do CTC.

Prêmio

Para marcar seus 30 anos, a Fundação do Câncer lançou o Prêmio Marcos Moraes, em homenagem ao criador da fundação e ex-diretor do INCA.

A ação visa incentivar profissionais e instituições científicas, hospitalares ou do Terceiro Setor a promoverem atitudes de prevenção e controle do câncer, impactando diretamente a sociedade.

A premiação acontece em outubro.



Ao câncer

ADOLESCENTE ESCREVE À DOENÇA EM UM DESABAFO FORTE E INSPIRADOR

De início quero dizer que, que nesses 17 anos de vida, uma de minhas grandes paixões sempre foi escrever. Eu sempre levei uma vida normal como de qualquer outro adolescente, cheio de sonhos e objetivos de vida. Porém, em julho do ano passado, tudo mudou, com o diagnóstico de um câncer. Apesar da montanha russa emocional que me passava na época e o sentimento primário de frustração, tristeza e medo da morte, após esse impacto, decidi enfrentar com cara e coragem aquilo que me dava tanto medo. E, de início, aceitei minha carequinha me expondo em meu instagram @mabily.albino.

Essa publicação deu grande repercussão, ocasião em que ganhei mais que o dobro de seguidores que tinha

na época. Porém o tratamento veio e, com isso, tive meus altos e baixos. Foi quando solicitei a ajuda do meu psicólogo Leonardo Soares, com o qual tenho sessões até os dias de hoje. Foi ele quem me deu apoio e fez o pedido da escrita desta carta que enviarei a seguir. Nela, eu conversei com o câncer, como se ele fosse realmente uma pessoa. E, desde o seu início até o seu fim, passo por uma turbulência de sentimentos, da tristeza até a gratidão pela minha vida e a oportunidade de viver.



Olá!!

Me chamo Mábily de Souza Albino, tenho 17 anos e preciso que leia esta carta pois tenho algo para te falar. Câncer, você se alegra de quem é e se tornou? Se sente feliz por fazer tanta gente sofrer e até perder a vida por sua culpa? Se orgulha de fazer as pessoas se sentirem no fundo do poço e ainda pisar mais nelas ao ponto que se sintam destruídas por dentro e por fora?

Aprenda a reconhecer que você não é e nunca será desejado, que se continuar agindo assim, continuará sendo criticado. Por que faz uma seleção de quem atingir sem se importar com idade ou gênero? Por que ser tão cruel? Por que atingir crianças e bebês indefesos? Ou então por que idosos que já não contêm toda essa força para enfrentá-lo?

Por que jovens que têm uma vida toda pela frente? Por que interromper a melhor fase deles? Ou então por que atingir pais e mães com responsabilidades de manter e sustentar uma família?

Afinal, por que você existe? Você mata tanta gente. Já arrancou um pedaço muito importante para mim: minha avó! E tentou me arrancar também de quem amo? Está triste, né? Você não conseguiu sugar toda minha essência, mesmo me deixando no chão, pisando e rindo de mim, tirando de mim algo que era tão importante! Apagou uma história que eu via para mim. Me tornou alguém mais limitada fisicamente!

Arrancou algo que me fazia completamente feliz e que me desligava da maldade do mundo! Você acabou com algo que quem me conhecia, me identificava! A menina que jogava bem, tanto vôlei quanto futebol.

Você me despedaçou, sabia? Mas lamento informar que o mais valioso você não conseguiu e nunca vai conseguir tirar de mim! Porque eu sempre vou lutar e nunca desistir! E sabe o que é isso? Minha vida!

Eu me tornei a menina que jamais imaginei me tornar. A que superou um câncer aos 17 anos e se tornou uma guerreira, pois descobriu uma luz e uma força que nunca imaginou ter dentro de si. Uma menina que aprendeu com a dor a se amar, e ser grata pelas poucas coisas, momentos e pessoas. A menina que mudou da água para o vinho e que lamenta por você, câncer, ser tão cruel com tanta gente a ponto de não dar uma segunda chance como eu tive.

Pois tenho em mente que se você chega na vida de alguém, deveria ao menos dar uma segunda chance de viver a essa pessoa. Mas já que nem todos têm essa sorte, sei que sou privilegiada. Apesar de toda dor e sofrimento, tenho muito a agradecer. Não sei como estou dizendo isso a algo que queria me destruir. Muita gente não vê assim, por isso é algo pessoal. Mas eu te perdoo por tudo, pois no caminho me ensinou a ser alguém melhor. E não só isso. Mas, sim, uma pessoa disposta a ajudar aqueles tantos que ainda receberão este diagnóstico em suas vidas. Obrigada pela escuridão, pois foi ela quem me tornou este ser de luz.