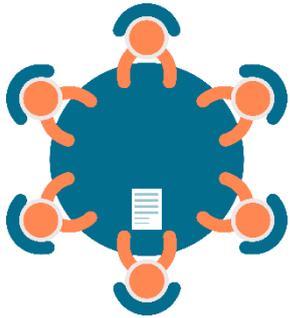


O QUE ESTÁ ROLANDO?

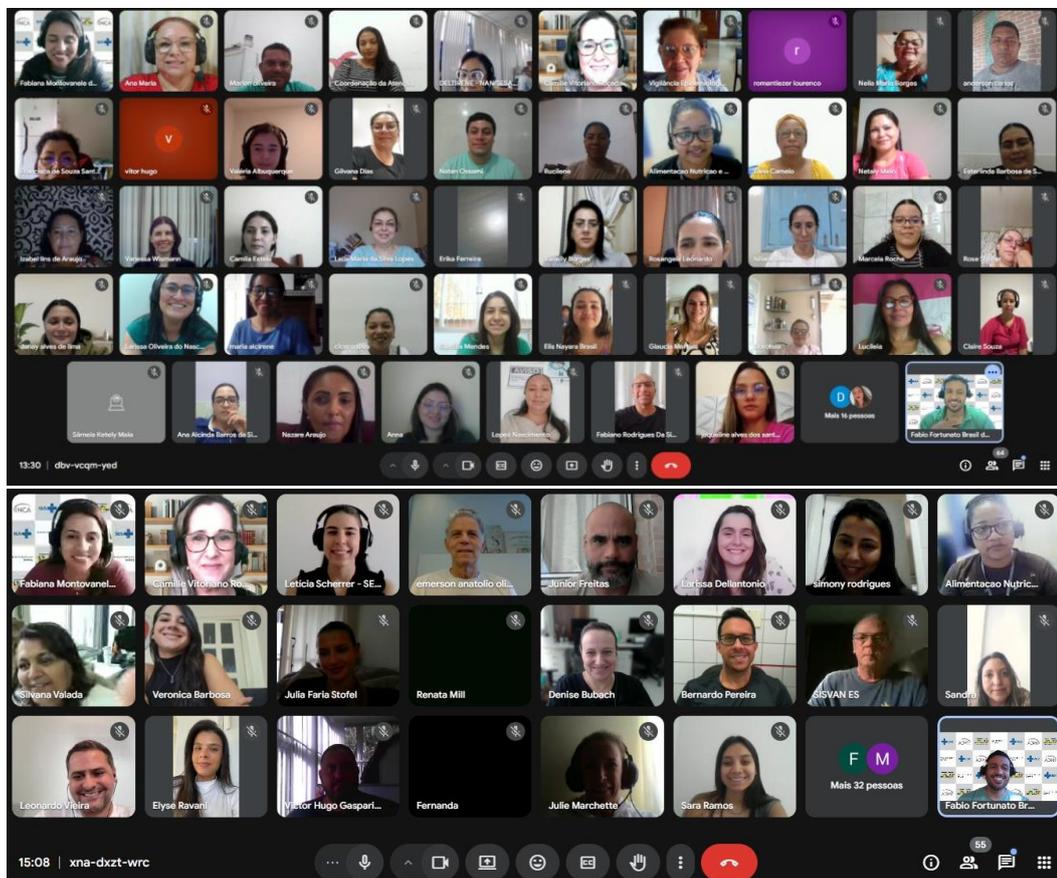
ATUAÇÃO DA ÁREA TÉCNICA



Nos meses de abril, maio e junho a Área Técnica de Alimentação, Nutrição, Atividade Física e Câncer (ATAN AFC) realizou três oficinas virtuais em parceria, respectivamente, com as secretarias de saúde do Acre, Mato Grosso, do Espírito Santo e de Vitória - ES.

As oficinas objetivam capacitar profissionais da Atenção Primária à Saúde, gestores e técnicos como multiplicadores de conhecimentos e práticas sobre alimentação, nutrição, atividade física e prevenção de câncer.

Figura 1 – Oficinas virtuais sobre prevenção de câncer em parceria com SES e SMS



Fonte: INCA



Em junho, a ATANAFAC participou do XXXVIII Congresso do Conasems, em Belo Horizonte, um dos maiores eventos de saúde pública do mundo. Com uma programação que refletiu o objetivo de preparar os gestores para colaborar na construção do SUS que atenda às realidades sanitárias de cada região e assegure os princípios do modelo de atenção à saúde.

Figura 2 – Participação da ATANAFAC no Congresso do Conasems.



Fonte: INCA – acervo pessoal.

Em junho, a ATANAFAC também participou do evento do INCA, chamado “Do prato ao planeta: escolhas alimentares que impactam a saúde e o meio ambiente, apresentando os impactos na saúde e no ambiente dos alimentos ultraprocessados”.

Figura 2 – Participação da ATANAFAC no evento - Do prato ao planeta...



Fonte: INCA – acervo pessoal.



SAIU NA MÍDIA



Figura 3 – O álcool causa câncer, e menos de um drinque já pode aumentar o risco

g1

SAÚDE

O álcool causa câncer, e menos de um drinque já pode aumentar o risco; especialista explica como

O álcool é a terceira principal causa evitável de câncer nos EUA, sendo responsável por dezenas de milhares de mortes por câncer por ano.



Por The Conversation Brasil

16/04/2025 04h01 · Atualizado há 2 meses

Fonte: G1 Saúde

Segundo o G1 Saúde, o álcool, seja consumido regularmente ou apenas em ocasiões especiais, tem amplos efeitos nocivos à saúde - inclusive causa de câncer.

A reportagem traz dados dos EUA, onde o álcool é a terceira principal causa evitável de câncer, sendo responsável por cerca de 100.000 casos de câncer e 20.000 mortes por câncer anualmente.

O G1 Saúde destaca que até mesmo pequenas quantidades de álcool - menos de um único drinque por dia - aumentam o risco de câncer. Apesar disso, há baixo reconhecimento de o álcool causa câncer.

A matéria contou com a entrevista de Pranoti Mandrekar, professora universitária de Medicina, que afirma haver quatro maneiras distintas pelas quais o álcool pode causar câncer: metabolismo do álcool, estresse oxidativo e inflamação, alterações nos níveis hormonais e interações com outros carcinógenos, como a fumaça do tabaco.

Por exemplo, segundo a professora, no metabolismo do álcool, seu primeiro subproduto é o acetaldeído, um produto químico que é classificado como carcinogênico. O álcool pode fazer com que o corpo libere moléculas prejudiciais chamadas radicais livres. Essas moléculas podem danificar o DNA, as proteínas e os lipídios das células em um processo denominado estresse oxidativo.



FIQUE SABENDO



EVIDÊNCIAS SOBRE A PREVENÇÃO DE CÂNCER POR MEIO DA ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO, ATIVIDADE FÍSICA E TEMAS RELACIONADOS

Figura 4 – *Adulthood dietary and lifestyle patterns and risk of breast cancer: Global Cancer Update Programme (CUP Global) systematic literature review*

The American Journal of Clinical Nutrition 121 (2025) 14–31



The American Journal of
CLINICAL NUTRITION

journal homepage: <https://ajcn.nutrition.org/>



Original Research Article

Adulthood dietary and lifestyle patterns and risk of breast cancer: Global Cancer Update Programme (CUP Global) systematic literature review



Jadwiga Konieczna^{1,2,*}, Alice Chaplin^{1,2}, Indira Paz-Graniel^{2,3,4}, Helen Croker⁵, Nerea Becerra-Tomás⁶, Georgios Markozannes^{6,7}, Konstantinos K Tsilidis^{6,7}, Laure Dossus⁸, Esther M Gonzalez-Gil⁸, Yikyung Park⁹, John Krebs¹⁰, Matty P Weijenberg¹¹, Monica L Baskin¹², Ellen Copson¹³, Sarah J Lewis¹⁴, Jacob C Seidell¹⁵, Rajiv Chowdhury¹⁶, Lynette Hill⁵, Doris SM Chan⁶, Dora Romaguera^{1,2}

Em artigo publicado no *The American Journal of Clinical Nutrition*, Konieczna *et al.* objetivaram sintetizar e classificar de forma abrangente as evidências sobre padrões alimentares e de estilo de vida e risco de câncer de mama.

Por meio de buscas sistemáticas em bancos de dados, incluindo ensaios clínicos randomizados e estudos de coorte prospectivos sobre a adesão a um padrão alimentar, isoladamente ou em combinação com comportamentos de estilo de vida, e incidência ou mortalidade por câncer de mama primário em mulheres adultas.

Um total de 84 publicações foram incluídas, e foi concluído que havia evidências de que as pontuações dietéticas e de estilo de vida do *World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Research* (WCRF/AICR) e da *American Cancer Society* (ACS) podem reduzir o risco de câncer de mama em todas as mulheres e na pós-menopausa.

Assim, aspectos combinados de uma dieta e estilo de vida saudáveis: peso saudável, atividade física, evitar álcool e fumo e uma dieta saudável rica em frutas, vegetais, grãos (integrais) e cereais e desencorajando carne vermelha e processada, podem ser propostos às mulheres para diminuir o risco de câncer de mama.



RECOMENDAÇÕES DO INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER PARA PREVENÇÃO DE CÂNCER NO BRASIL

Figura 5 – Câncer de mama



Fonte: INCA - <https://www.inca.gov.br/es/node/3532>

O INCA recomenda, para [a prevenção de câncer de mama](#):

Praticar atividade física; Manter o peso corporal adequado; Evitar o consumo de bebidas alcoólicas; Amamentar seu bebê, se puder; Não fumar e evitar o tabagismo passivo.

REFERÊNCIAS

G1 Saúde. O álcool causa câncer, e menos de um drinque já pode aumentar o risco; especialista explica como. Disponível em: <https://g1.globo.com/saude/noticia/2025/04/16/o-alcool-causa-cancer-e-menos-de-um-drinque-ja-pode-aumentar-o-risco-especialista-explica-como.ghtml>

Konieczna J et al. Adulthood dietary and lifestyle patterns and risk of breast cancer: Global Cancer Update Programme (CUP Global) systematic literature review. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0002916524008104>

INCA. Câncer de mama: como se proteger. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/es/node/3532>

