

A EPIGENÉTICA E A LONGEVIDADE DE VIDA : RELAÇÃO ENTRE OS HÁBITOS SAUDÁVEIS E A ONCOLOGIA PREVENTIVA.

Andreza Luzia de Oliveira (Discente); Janice Lima de Alencar (Orientadora); Ana Maria Carneiro A. Diniz (Coorientadora)
Escola Estadual Dr. Edino Jales – Patu/RN

INTRODUÇÃO

O estudo sobre o câncer é de grande importância para a sociedade. Entretanto, o conhecimento sobre a doença apresenta limitações e barreiras sociais, o que causa uma exclusão da população, diante do conhecimento sobre a oncologia preventiva: suas formas de cuidados e de prevenções, que podem ser realizadas a partir da mudança de hábitos.



“A vida do câncer é um resumo da vida do corpo, sua existência é um espelho patológico da nossa. [...] As células cancerosas são cópias de nós mesmos – dotadas de capacidade de sobrevivência, hiperativas, fragmentárias, fecundas e inventivas.”

O Imperador de Todos os Males: Uma Biografia do Câncer
Dr. Siddhartha Mukherjee
página 453-454

SITUAÇÃO PROBLEMA

A falta de disponibilidade informativa, de fácil acesso, para os jovens, dificulta a compreensão sobre a importância dos hábitos saudáveis para a oncologia preventiva?

HIPÓTESE

É possível realizar sensibilização, a partir de ensino educacional, sobre a importância de hábitos alimentares, nas instituições de ensino, dos jovens e dos adultos sobre a relação que existe entre uma vida saudável e a prevenção do câncer.

É possível organizar uma cartilha para distribuição informativa que favoreça a compreensão de conceitos sobre a relação entre hábitos saudáveis e a oncologia preventiva.

OBJETIVOS

Investigar o nível de conhecimento dos alunos sobre a influência dos hábitos diários e sua relação com a saúde e prevenção de doenças, como o câncer, a fim de promover uma formação com disponibilização de informação.

Reafirmar a importância da atuação educadora na sensibilização da população, cada vez mais jovem, para o combate ao câncer, com ações ligadas ao cotidiano.

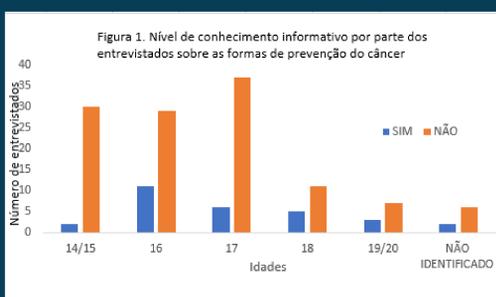
METODOLOGIA

O delineamento metodológico escolhido foi o quali-quantitativa, já que esse método permite associar a investigação dos significados das interações humanas com dados estatísticos



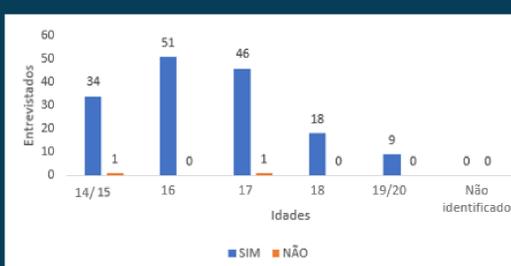
Foi realizada uma coleta de dados a qual ocorreu na escola de forma presencial e voluntária. Os participantes atuaram de modo anônimo com identificação apenas das idades. Os dados quantitativos foram organizados num banco de dados através do Software *Excel for Windows*, em seguida foram realizados os procedimentos para análise através de estatística descritiva

Os dados obtidos no primeiro questionário revelam a falta de conhecimento informativo por parte dos entrevistados sobre as formas de prevenção do câncer. (Figura 1)



Fonte: Os Autores (2022)

Quando indagados no segundo momento da pesquisa, sobre o que aprendeu sobre o câncer e a sua relação direta com suas atitudes diárias, obteve-se uma mudança significativa. (Figura 2)



Fonte: Os Autores (2022)

Quando indagados acerca da alimentação, os dados apontaram para o fato de que a maioria dos estudantes tem sua alimentação baseada em comidas industrializadas, conforme mostra a Figura 3.



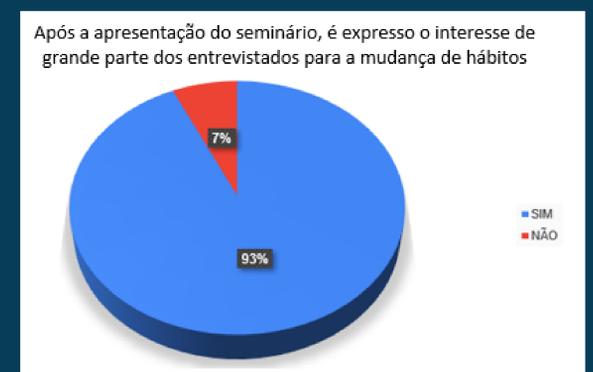
Fonte: Os Autores (2022)

Ao perguntarmos sobre a alimentação com base em frutas, verduras e legumes, obtivemos o seguinte resultado. (Figura 4)



Fonte: Os Autores (2022)

Os dados demonstraram a importância da conscientização, que pode atuar na mudança dos hábitos da população em que, após a palestra, 100% dos entrevistados afirmaram ter compreendido a importância dos hábitos na prevenção do câncer e o desejo de mudança no estilo de vida para melhorar a saúde, como aponta a Figura 5.



Fonte: Os Autores (2022)

Desta forma, entendemos que a disponibilidade de informação para a população atua como um mecanismo ativo, seja com palestras no âmbito escolar ou até mesmo com a disponibilização nas mídias digitais de informações verídicas que possam atingir um número expressivo de pessoas.

CONCLUSÕES

Pode-se, concluir, portanto, que a disponibilização de informações, nos meios sociais como as escolas é de grande importância para a comunicação e o compartilhamento de conhecimento para a população sobre as formas de prevenções de doenças como o câncer, bem como observou-se como é importante ter entendimento da conexão que existe entre a saúde e os hábitos do dia-a-dia, principalmente para os jovens. Foi possível realizar sensibilização de estudantes sobre a importância de hábitos alimentares e sobre a relação que existe entre uma vida saudável e a prevenção do câncer, bem como foi possível organizar uma cartilha para distribuição gratuita que favoreça a compreensão de conceitos sobre a relação entre hábitos saudáveis e a oncologia preventiva

REFERÊNCIAS

- [1] LEGNAOLI, Stella. Epigenética: o que é e relação com doenças. Ecycle. Disponível em: <Epigenética: o que é e relação com doenças - eCycle >. Acesso em 19 jul, 2022
- [2] MAHMOUD, Abeer M. Uma visão geral da Epigenética na Obesidade: O Papel do Estilo de Vida e intervenções terapêuticas. 2022. Disponível em: < Uma visão geral da Epigenética na Obesidade: O Papel do Estilo de Vida e Intervenções Terapêuticas - PMC (nih.gov) >. Acesso em 19 jul, 2022.
- [3] MUKHERJEE, Siddhartha. O imperador de todos os males: Uma biografia do câncer. São Paulo: Companhia das Letras, 2012.
- [4] VARELLA, Drauzio. "A importância da informação para a saúde." Drauzio Varella, <https://drauziovarella.uol.com.br/saude-publica/a-importancia-da-informacao-para-a-saude/> Accessed 18 August 2022.
- [5] WEINHOLD, Bob. Epigenetics: The Science of Change. 2006. Disponível em: < Epigenética A Ciência da Mudança - PMC (nih.gov) >. Acesso em 19 jul, 2022