



**SETE EM  
CADA DEZ  
BRASILEIROS  
NÃO FAZEM  
CHECK-UP**

**PÁGINA 02**

**CETUS ONCOLOGIA E  
HOSPITAL SEMPER RECEBEM  
SELO DE EXCELÊNCIA  
ASSISTENCIAL DA UNIMED-BH**

**PÁGINA 08**

**BH É A 6ª CAPITAL COM  
MAIOR CONSUMO ABUSIVO  
DE ÁLCOOL NO PAÍS**

**PÁGINA 14**



# SETE EM CADA DEZ BRASILEIROS NÃO FAZEM CHECK-UP

*Com o início de 2025, muitas pessoas já começaram a colocar em prática as metas estabelecidas para o novo ano. Cuidar da saúde deveria ser prioridade nesse quesito, porém, muitos têm o hábito de ir ao médico somente quando estão com algum sintoma ou em casos de emergência.*

Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) apontam que 70,6% dos brasileiros não realizam check-ups regularmente, o que evidencia essa triste realidade.

Para além de fazer as avaliações de saúde no início do ano, o mais importante é manter a periodicidade, que irá depender, por exemplo, de fatores como a idade do paciente, eventuais comorbidades, presença de sintomas, entre outros. Os adultos saudáveis, entre 18 e 40 anos, devem fazer um check-up pelo menos a cada três anos. Já para aqueles acima de 40 anos, o recomendado pela Sociedade Brasileira de Cardiologia é fazer essa revisão de forma bianual. O Ministério de Saúde, por sua vez, indica que idosos acima de 60 anos, principalmente com fatores de risco, passem por exames médicos anuais.



**Adultos Saudáveis entre 18 e 40 anos**

Check-up a cada três anos.



**Adultos Saudáveis Acima de 40 anos**

Check-up a cada dois anos.



**Idosos acima de 60 anos**

Check-up anual

Além disso, é importante ressaltar que o check-up é recomendado, inclusive, para as crianças. Neste caso quem as avalia é o pediatra. Esse monitoramento, é fundamental para verificar o desenvolvimento físico e cognitivo dos pequenos. Também é importante que os pais se atentem ao cartão de vacinas, que deve ser preenchido com todas as doses disponíveis para cada faixa etária.



### EXAME ALTERADO, O QUE FAZER?

Importante ressaltar que somente o médico responsável pode confirmar a alteração de um exame no check-up e prosseguir com a investigação para descobrir se o dado alterado é patológico ou não. O que jamais é recomendado é o paciente procurar explicações para o seu caso em redes sociais e mídias diversas. Essa postura pode gerar falsas interpretações e, conseqüentemente, prejudicar o tratamento e diagnóstico.

Por fim, é recomendado nunca negligenciar a importância de uma rotina de exames periódicos. Existem pacientes que pensam que se procurarem uma doença vão achar e isso é um pensamento completamente equivocado. Vale lembrar que o check-up também pode ser preventivo, ou seja, mesmo que não tenhamos nenhum problema, o médico pode prescrever alguns cuidados, como orientações dietéticas e atividade física, que melhoram a qualidade de vida e podem evitar o desenvolvimento de um diabetes, hipertensão e colesterol alto, por exemplo. Isso sem falar que fazer os exames individualizados, é uma ferramenta indispensável para identificar patologias ainda assintomáticas e tratá-las precocemente.



*Rodrigo Lanna, Cardiologista*



# MG É RESPONSÁVEL POR 11% DAS ESTIMATIVAS DE CÂNCER NO BRASIL ATÉ O FINAL DESTE ANO

*Dados do Instituto Nacional de Câncer (INCA) revelam que Minas Gerais deve registrar 78.100 casos da doença até o final deste ano, o que corresponde a 11% do total de diagnósticos no país.*

Em âmbito nacional a previsão é que o Brasil contabilize até dezembro, 704.080 notificações da enfermidade. Excluindo os tumores de pele não melanoma, as neoplasias da mama feminina e na próstata serão as mais incidentes em todos os estados brasileiros, com 73.610 e 71.730 detecções, respectivamente.

Apesar de a doença ser estigmatizada por grande parte da população, que ainda acredita que o diagnóstico é uma sentença de morte, felizmente os avanços no tratamento têm provocado uma mudança de mentalidade.

Os pacientes, antes, tinham uma sobrevida muito menor, isso é verdade. Antes da Segunda Guerra Mundial, por exemplo, apenas 5% [dos pacientes] viviam pelo menos cinco anos após a descoberta da enfermidade. Hoje mais de 50% da população mundial na luta contra tumores consegue sobreviver de forma longa, o que se deve às novas tecnologias e terapias com menos efeitos adversos e efetividade muito maior.

Um exemplo, que ilustra perfeitamente esse novo cenário, é a mudança do prognóstico de tratamento para câncer de pele melanoma avançado. Na década de 90, raramente o paciente chegava a um ano de vida. Hoje, graças à imunoterapia, tratamento que ativa o sistema imune para atacar as células cancerosas, é possível ter uma longa sobrevida, sobretudo com qualidade. Existem vários estudos em fase avançada, inclusive, que mostram que essa é a realidade atual para mais de 50% dos pacientes com melanoma metastático avançado.





Além da imunoterapia, existem hoje no mercado os agentes alvo-moleculares, inibidores de mutações específicas que causam menos efeitos adversos e resultados superiores à quimioterapia. Associados à cirurgia quando a doença ainda está localizada, eles têm aumentado as taxas de cura.

Cada vez mais temos usado menos quimioterapia e mais medicamentos novos. Isso, conseqüentemente, tem um lado muito positivo, que é a melhora da qualidade de vida dos pacientes e, em alguns casos, a cura. Porém ainda nos deparamos com um problema sério: o custo surreal desses medicamentos, o que dificulta bastante o acesso dos pacientes ao tratamento.

Sobre as perspectivas para o futuro dos tratamentos oncológicos, espero que nos próximos anos, mais drogas alvo, capazes de atuarem diretamente nas células tumorais e causar menor toxicidade, surjam no mercado. Com isso teremos tratamentos mais individualizados. Quem ganha, obviamente, é o paciente que cada vez mais será tratado de forma mais personalizada.



Quanto à prevenção à doença, é válido enfatizar a importância da vida saudável, com alimentação equilibrada, prática de atividade física regular, além de evitar o consumo de álcool e cigarro. A longo prazo, o álcool provoca um processo inflamatório crônico que aumenta a probabilidade de mutações celulares, que por sua vez contribuem para o surgimento de células anormais. O risco, por sinal, é potencialmente ampliado quando ele é associado ao tabaco.

Dados na literatura apontam que até mesmo no consumo moderado as chances de desenvolver um câncer são estatisticamente superiores a pessoas abstinidas. Portanto, o ideal é evitar ao máximo o uso do álcool e, se possível, aboli-lo.



*Dr. Alexandre Chiari, Oncologista*



# EDUCAÇÃO CONTINUADA E PRÁTICAS INOVADORAS

Em 26 de fevereiro de 2025, na cidade de Belo Horizonte, ocorreu a primeira edição do programa Meeting Cetus Oncologia. O evento científico teve como tema central 'Uro-Oncologia: Carcinoma Urotelial – Abordagem da Doença Inicial', congregando especialistas para debater e atualizar conhecimentos sobre as mais recentes abordagens terapêuticas e diagnósticas em estágios iniciais do carcinoma urotelial.

Iniciados em 2024, os encontros têm demonstrado sucesso contínuo na promoção da troca de experiências entre especialistas convidados. Este evento representa uma oportunidade singular para a disseminação de conhecimento e o debate de estudos de caso, contribuindo significativamente para o aprimoramento profissional de todos os participantes.

A primeira edição de 2025 foi conduzida pelos médicos: Dra. Daniella Pimenta, Oncologista Cetus; Dra. Ana Paula, Radiologista, Dr. Rodrigo de Carvalho, Urologista; Dr. Cássio Ferreira, Radio-oncologista; Dr. Daniel Pianetti, urologista, Dra. Emanuelle Guedes, Oncologista Cetus.

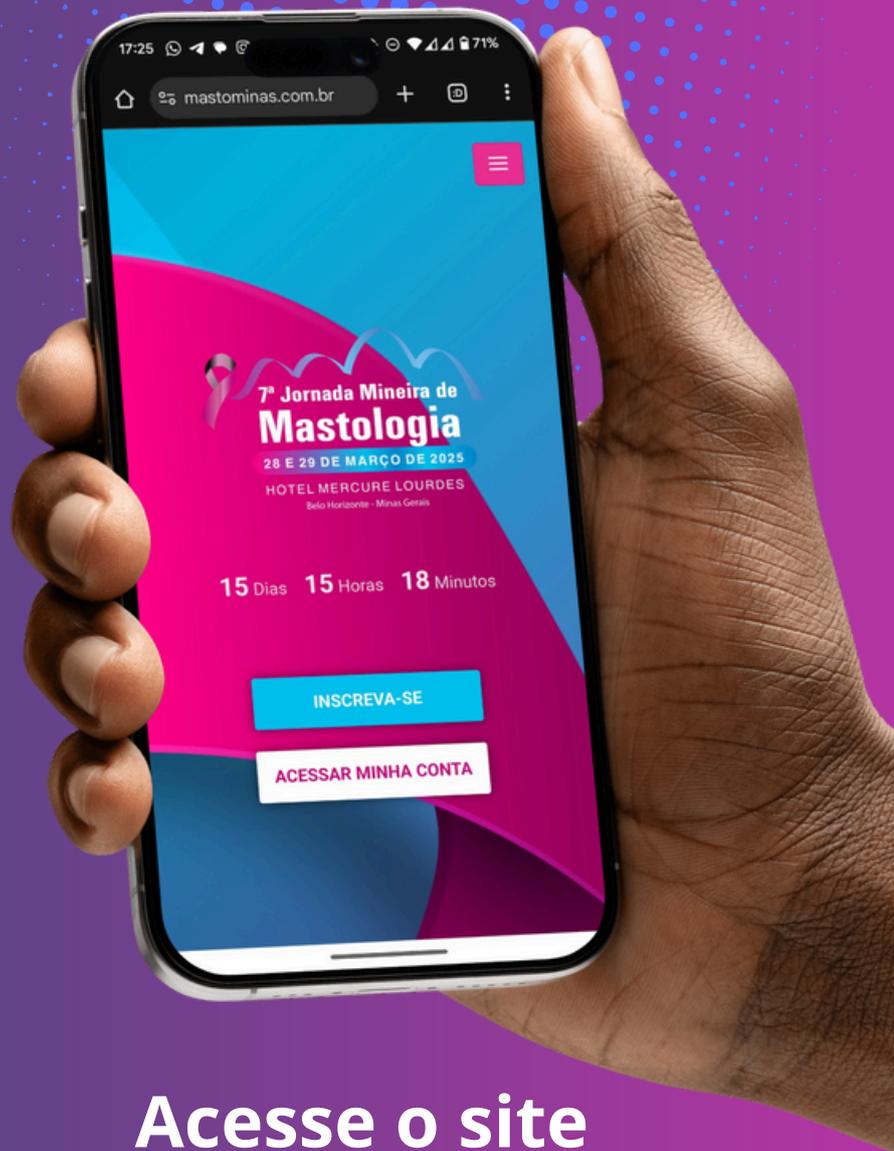


# CETUS ONCOLOGIA É PATROCINADORA OFICIAL DA 7ª JORNADA MINEIRA DE MASTOLOGIA

A Cetus Oncologia marcará presença como patrocinadora oficial da 7ª Jornada Mineira de Mastologia. O evento tem como objetivo realizar integração, atualização dos conhecimentos e promover a educação continuada.

O evento acontecerá nos dias 28 e 29 de março, no Hotel Mercure Lourdes em Belo Horizonte/MG e reunirá profissionais da área da saúde para debater temas relevantes e promover a atualização do conhecimento em mastologia.

Além do mais, a jornada tem como objetivo a atualização dos conhecimentos e a educação continuada entre médicos participantes. A participação da Cetus Oncologia e de seus médicos especialistas reforça que estamos sempre em busca aprimorar nossos conhecimentos e habilidades para oferecer o melhor atendimento possível aos nossos pacientes.



## Acesse o site e saiba mais sobre o evento

[mastominas.com.br](http://mastominas.com.br)



## CETUS ONCOLOGIA E HOSPITAL SEMPER RECEBEM SELO DE EXCELÊNCIA ASSISTENCIAL DA UNIMED-BH

*Na 8ª edição do Encontro Excelência Unimed-BH, realizado em dezembro de 2024, que promoveu reconhecimento à qualificação dos serviços de saúde. As empresas coligadas do Grupo Mira, Cetus Oncologia e o Hospital Semper, receberam o Selo de Excelência Assistencial da Unimed-BH.*

O selo é a representação da soma dos esforços de todos os profissionais envolvidos no crescimento diário das empresas coligadas ao Grupo.

A certificação para as empresas do grupo é um marco na trajetória firmando o compromisso com a eficácia da assistência ao paciente.





# HOSPITAL SEMPER

O Hospital Semper, foi reconhecido com o Selo de Excelência Assistencial e atingiu o marco de 04 estrelas. Este é um reflexo do comprometimento com a qualidade assistencial, excelência no atendimento e experiência, que reflete no cuidado humanizado com nossos pacientes.



Diante a conquista, agradecemos e parabenizamos todos os profissionais, colaboradores e corpo clínico que, com dedicação, empenho e competência trabalharam muito em busca dessa conquista. Esse é mais um marco na história de 63 anos, que não poderia ter sido alcançado sem o comprometimento de toda a equipe.

# CETUS ONCOLOGIA

A Cetus Oncologia foi reconhecida por seu padrão de qualidade com o cuidado na saúde de cada paciente com o Selo de Excelência de quatro estrelas.

A premiação reforça o comprometimento com a qualidade, saúde, bem-estar e segurança de cada paciente.

Expressamos os mais sinceros agradecimentos a todos que trabalham diariamente para essa conquista, trabalhando sempre com dedicação, empenho, carinho e cuidado.



Diante tais conquistas no ano de 2024, firmamos o compromisso no ano de 2025 em continuar o legado da excelência no atendimento ao paciente.

# CÂNCER DE INTESTINO CRESCCE ENTRE OS JOVENS

*Pesquisa realizada pela Sociedade Americana do Câncer mostrou que a incidência do tumor colorretal de início precoce em pacientes de 25 a 49 anos está aumentando em 27 dos 50 países e territórios analisados.*



Os principais crescimentos anuais ocorreram na Nova Zelândia (4%), Chile (4%) e Porto Rico (3,8%). Apesar de o estudo não ter incluído dados do Brasil, especialistas apontam que o aumento da enfermidade em jovens – antes comum em adultos com mais de 50 anos – é um fenômeno global.

Este cenário pode ser atribuído a diversos fatores, entre eles uma perceptível mudança de hábitos alimentares na população mundial, que cada vez mais vêm aderindo dietas ricas em ultraprocessados, carnes vermelhas, gorduras saturadas e pobres em fibras. O consumo baixo de fibras, inclusive, dificulta a saúde intestinal e a baixa ingestão de frutas, vegetais e grãos integrais reduz a proteção contra a doença.

Alterações na microbiota intestinal devido ao uso excessivo de antibióticos e outros fatores associados também podem contribuir para o aumento da inflamação intestinal. Apesar de menos comuns, mutações genéticas também se constituem como fator determinante do diagnóstico em pessoas jovens, os sintomas mais comuns da doença incluem sangue ou mudança na cor das fezes, alterações no hábito intestinal (diarreia ou constipação persistentes), sensação de evacuação incompleta, dor ou desconforto abdominal persistente (cólicas ou gases), perda de peso inexplicada, fadiga extrema e anemia.



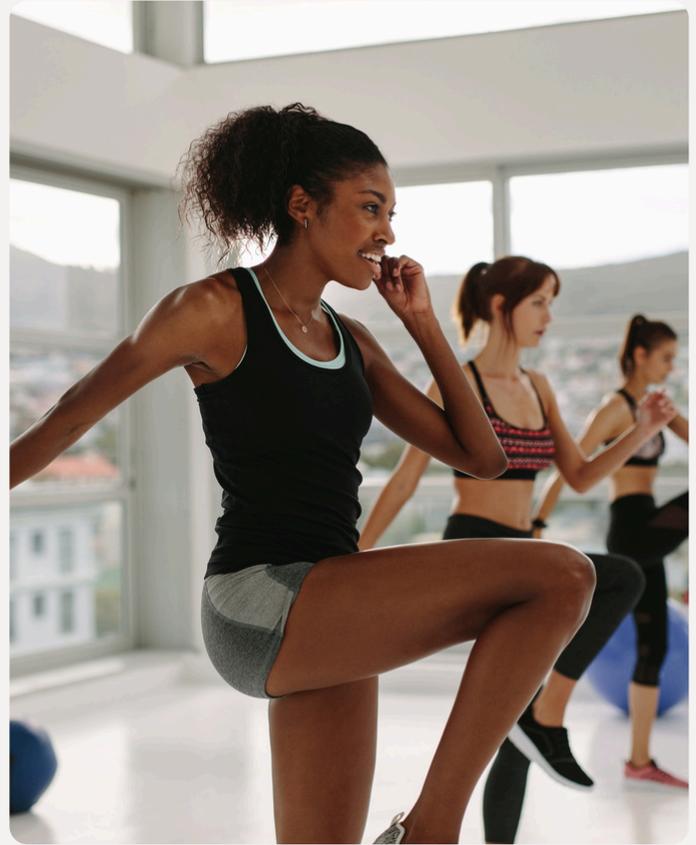


## Tratamento

Felizmente os tratamentos contra o câncer de intestino têm avançado. Em estágios iniciais, a doença é combatida por meio de cirurgia e, com isso, a ressecção do tumor pode ser curativa. A quimioterapia, por sua vez, é indicada para fases intermediárias em caráter complementar (adjuvante) à cirurgia e em fases mais avançadas, especialmente quando há metástases (disseminação da enfermidade para outros órgãos). O mais importante é que a descoberta precoce, por meio de exames como a colonoscopia, pode aumentar em até 90% as chances de cura. Já nas fases avançadas os tratamentos podem prolongar a vida do paciente e melhorar sua qualidade de vida.



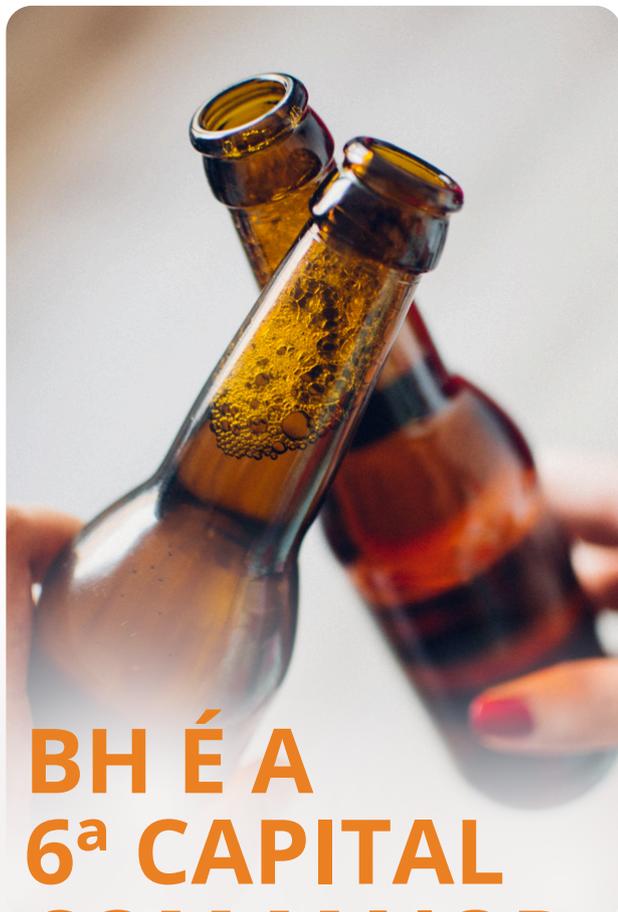
A prevenção é a chave para reduzir os casos de câncer colorretal. Algumas medidas incluem manter uma alimentação saudável, com alimentos ricos em fibras, além de frutas, vegetais e grãos integrais; e determinar um limite para o consumo de carnes processadas e ultraprocessados.



Praticar exercícios físicos regularmente, controlar o peso, evitar o tabagismo e o consumo excessivo de álcool, também são outros mecanismos preventivos importantes. Igualmente fundamental é fazer exames de rastreamento como a colonoscopia, essencial a partir dos 45 anos ou antes, caso haja histórico familiar da doença, e atentar-se aos sintomas, sem jamais deixar de buscar ajuda médica ao perceber qualquer sinal suspeito. O diagnóstico precoce e a prevenção podem salvar vidas.  
Daiana Ferraz, Oncologista



*Daiana Ferraz,  
oncologista*



## BH É A 6ª CAPITAL COM MAIOR CONSUMO ABUSIVO DE ÁLCOOL NO PAÍS

*Pesquisa inédita realizada entre 2010/23 pelo Centro de Informações sobre Saúde e Álcool (CISA) revela que Belo Horizonte é a sexta capital do país com maior índice de consumo abusivo de bebidas alcoólicas*

No primeiro ano do estudo, a capital mineira apresentou uma prevalência de 20,9% na população geral adulta. Em 2023, considerando os 30 dias anteriores à pesquisa, BH registrou 22,4%, ficando atrás apenas de Salvador (28,9%), Distrito Federal (25,8%), Cuiabá (24,5%), Florianópolis (23,4%) e Vitória (23,2%).

O cenário apontado no estudo do CISA é preocupante, principalmente porque quanto maior o consumo de álcool, maior será o risco do desenvolvimento de cânceres. Os tumores mais relacionados [ao consumo de álcool] são os chamados cânceres de cabeça e pescoço, que compreendem cavidade oral, faringe, laringe, língua, entre outras partes da região, além do câncer de esôfago, estômago, fígado, pâncreas, intestino grosso e reto e o câncer de mama em mulheres. Neste último, o álcool é um dos fatores de risco pois o consumo aumenta os níveis do hormônio sexual feminino, o estrogênio, que é associado à neoplasia.

Por fim, lamento o fato de as campanhas publicitárias atuais não serem enfáticas quanto aos reais prejuízos do consumo de bebidas à base de álcool. Houve uma queda do consumo de cigarro no Brasil, nas últimas décadas, principalmente porque hoje as propagandas fazem questão de enfatizar as doenças a ele associadas, o que infelizmente não se aplica em relação ao álcool. Se pararmos para observar, todas as festas e eventos são regados a bebidas alcoólicas. Isso sem falar que é um produto intimamente associado à nossa cultura e hábitos sociais. Não basta, portanto, apenas recomendar o uso moderado, afinal o uso moderado – vale repetir e reforçar – também aumenta a incidência do câncer. O ideal é evitar ao máximo o uso do álcool e, se possível, aboli-lo.



*Dr. Alexandre Chiari,  
Oncologista*



# PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO 2025: ENCONTRO DE DEFINIÇÃO DE METAS

No dia 19 de fevereiro, ocorreu um encontro entre os líderes das equipes do Grupo Mira, com o objetivo de realizar o desdobramento das metas estabelecidas no Planejamento Estratégico para o ano de 2025.



Anualmente, o Grupo promove um encontro entre seus setores, com o objetivo de fomentar a colaboração e a integração entre as equipes. Durante o evento, foram analisados os resultados alcançados em 2024 e discutidas as estratégias para a execução das metas remanescentes, visando o cumprimento do planejamento estratégico para 2025.



Além das discussões sobre o planejamento estratégico, o encontro reuniu os seguintes membros da alta administração: Lilian Mariano (Diretora Comercial), Jeferson Farias (Diretor Administrativo e Financeiro), José Américo (Diretor Assistencial) e Dr. Victor Hugo (Presidente do Grupo). Agradecemos a todos os líderes pela participação ativa e contribuições ao evento.



# CUIDADO NA PALMA DA MÃO: TELEATENDIMENTO PLANTÃO MÉDICO CETUS



## Plantão Médico

O serviço de teleatendimento do Plantão Médico Cetus, oferece assistência complementar por meio de contato via celular. Este serviço tem como objetivo orientar o paciente e sua família em casos de dúvidas e/ou complicações médicas durante o tratamento.

O serviço de ligação via operadora é oferecido 24 horas todos os dias. Reforçamos aos nossos pacientes que o serviço não substitui a avaliação médica e funciona como orientação e direcionamento. Eventuais consultas e internações hospitalares serão indicadas pelo oncologista de plantão sempre que necessário.



**31 9 9122.8595**

Obs: Não recebemos  
ligações pelo WhatsApp

### Vantagens so serviço:

A necessidade de comparecer ao pronto atendimento pode ser reduzida;

Resolutividade de sinais e sintomas relacionados ao tratamento;

Facilidade de disponibilização de receitas e pedidos de exames;

Garantia da continuidade da assistência sobre cuidado especializado.

A implementação do teleatendimento pela Cetus Oncologia demonstra o compromisso contínuo da instituição em assegurar a qualidade da assistência prestada aos pacientes diariamente.



# Resultado da Auditoria

## Recertificação

Nos dias 03 e 04 de fevereiro, recebemos os auditores do IBES para a auditoria de recertificação ONA Nível 3 da Cetus Oncologia.

Durante o processo de auditoria, foram identificadas oportunidades de melhoria que irão contribuir significativamente para o nosso aprimoramento contínuo e para o fortalecimento da qualidade no atendimento aos nossos clientes.

Com esse resultado, conquistamos a recertificação no Nível de Excelência conforme o Manual 2022 da ONA.

Agradecemos a todos que participaram desse processo, seja de forma direta ou indireta. O compromisso de cada um de vocês com a qualidade e a excelência é o que torna esse resultado possível.

Sintam-se orgulhosos, pois este é um reflexo do trabalho e dedicação de toda a equipe!



## CONQUISTAMOS A ACREDITAÇÃO NÍVEL III





CUIDAR DE VIDAS É O QUE NOS INSPIRA

[comercial@mira.bhz.br](mailto:comercial@mira.bhz.br)

 [CLIQUE E ENVIE UM EMAIL](mailto:comercial@mira.bhz.br)

[www.mira.bhz.br](http://www.mira.bhz.br)

