

Efeito do estilo de vida em pacientes com CA de Mama **BRCA1/2** positivas

O câncer de mama é o tipo de neoplasia mais comum entre as mulheres no Brasil e no mundo. Embora seja mais raro, mas essa doença também acomete 1% dos homens. Para 2016, a incidência estimada foi de 57.960 novos casos, sendo que a taxa de mortalidade chega a mais de 14 mil casos por ano.



Dentre os fatores de risco, destacam-se a herança genética, principalmente relacionada à presença de mutações nos genes **BRCA1/2**, e a predisposição para o risco de câncer de mama pode chegar a 55-60% e de ovário de 16-59%; fatores comportamentais, como estilo de vida sedentário, sedentarismo, maus hábitos alimentares; fatores hormonais, como uso de contraceptivos, menarca e menopausa precoce.

Em estudo clínico controlado e randomizado realizado por Kiechle e colaboradores (2016), os pesquisadores recrutaram 600 pacientes carreadoras dos da mutação em **BRCA1 e BRCA2** e 600 mulheres que fizeram parte do grupo controle.

O principal objetivo do estudo foi avaliar qual a contribuição do estilo de vida saudável na prevenção de câncer em mulheres carreadoras das mutações. Durante 12 meses, os dois grupos foram acompanhados e o grupo de intervenção recebeu estratégias personalizadas com supervisão nos exercícios físicos, no plano alimentar baseado no padrão Mediterrâneo, além do acompanhamento das condições psicológicas (fatores de estresse, depressão, otimismo).

Após um ano de acompanhamento das voluntárias, os pesquisadores observaram resultados positivos das mulheres que participaram do estudo e acreditam que programas de prevenção poderiam adequar estratégias de estilo de vida como do presente estudo para melhorar a qualidade de vida das mulheres que possuem a mutação.

Por isso, se os familiares mais próximos como mães e avós tiveram a mutação em **BRCA1/2**, é muito importante a realização do exame para se certificar sobre a presença ou não dessa mutação e ser encorajada para mudar hábitos de vida, abandonando o sedentarismo e melhorando a qualidade da alimentação.

Nós do **Centro de Genomas®** realizamos esse exame, para saber mais entre em contato conosco.

REFERÊNCIAS:

Kiechle M, Engel C, Berling A, Hebestreit K, Bischoff SC, Dukatz R, Siniatchkin M, Pfeifer K, Grill S, Yahiaoui-Doktor M, Kirsch E, Niederberger U, Enders U, Löffler M, Meindl A, Rhiem K, Schmutzler R, Erickson N, Halle M. Effects of lifestyle intervention in BRCA1/2 mutation carriers on nutrition, BMI, and physical fitness (LIBRE study): study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*. 2016 Jul 29;17:368.

Certificações:



www.centrodegenomas.com.br

CATG 0800 771 1137 11 93114 9047

NTO: Rua Leandro Dupré, 967 - Vl. Clementino - São Paulo / SP.

ADM: Rua Loefgreen 1304, 1º andar - Vl. Clementino - São Paulo / SP.

Texto Elaborado por: Drª Tatiane Fujii, nutrigeneticista do Centro de Genomas®.

Revisão: Cintia Vilhena Ms, MBA

Todas as edições estão disponíveis para consulta, acesse: www.cartamolecular.com.br



centro de genomas®
referência em medicina molecular e genética avançada