



Cancro do pulmão e saúde mental: Experiências relatadas por europeus afetados pelo cancro do pulmão

Sumário executivo

Com a colaboração em Portugal de:



Descrição e metodologia

Este relatório resulta da análise do impacto psicológico do cancro do pulmão e das experiências relacionadas com a saúde mental das pessoas na Europa afetadas pela doença. A recolha de dados foi realizada por meio de questionário online auto-preenchido (28 de maio – 6 de julho de 2025). No total, 2.204 pessoas responderam (1.709 com cancro do pulmão e 495 cuidadores) de 31 países da Região Europeia da OMS.

Resultados

Saúde mental e cancro do pulmão

A maioria dos participantes (61,16%) referiu um **impacto negativo significativo na sua saúde mental** após o diagnóstico de cancro do pulmão.

As emoções mais frequentemente apontadas como profundamente prejudiciais à qualidade de vida foram a tristeza (58,54%), o medo (56,49%), a ansiedade (56,31%) e a incerteza (55,22%). O **receio de falha do tratamento ou de progressão da doença** foi a dificuldade emocional mais comum, afetando 76,71% dos participantes. A comunicação do diagnóstico foi a fase mais exigente do percurso assistencial (63,62%), seguida da gestão dos efeitos adversos (45,52%).

De forma preocupante, 43,97% relataram tristeza extrema; 24,68% sentiram-se presos e 21,16% referiram, desde o diagnóstico, sentimentos persistentes de desespero ou desvalorização.

Nove em cada dez participantes experienciaram dificuldades emocionais que afetaram a sua vida diária após o diagnóstico de cancro do pulmão. Quase metade (46,31%) indicou que estas dificuldades interferiam com o quotidiano “muitas vezes” ou “constantemente”, sobretudo na vida social, no estilo de vida, nas finanças e no trabalho.

Perturbações de saúde mental: depressão e ansiedade

Entre os participantes com diagnóstico de depressão (23,04%), 23,31% receberam-no após o diagnóstico de cancro do pulmão, enquanto 43,14% já tinham diagnóstico prévio e continuaram a apresentar o distúrbio. No total, **15,16% de todos os participantes apresentaram depressão após o diagnóstico de cancro do pulmão**. Entre os que não tinham diagnóstico formal de depressão, 15,18% consideravam-se afetados.

Entre os inquiridos com diagnóstico de perturbação de ansiedade (21,24%), 29,45% foram diagnosticados após o diagnóstico de cancro do pulmão, enquanto 57,24% já tinham ansiedade prévia e continuaram a vivenciá-la. No total, **18,36% de todos os participantes apresentavam perturbação de ansiedade após o diagnóstico de cancro do pulmão**. Entre os que não tinham diagnóstico formal de ansiedade, 15,65% consideravam-se com perturbação de ansiedade.

Apoio e estratégias de coping

Manter um sentido de normalidade foi o fator mais frequentemente referido como influenciando a saúde mental (53,29%), seguido da adoção de um estilo de vida saudável (49,45%) e do apoio de pessoas próximas (45,47%).

No total, 94,08% receberam apoio de pessoas próximas, e a maioria dos participantes (82,51%) estava satisfeita com esse apoio. Contudo, **65,54% sentiram que os seus próximos não compreendiam totalmente o que estavam a atravessar**, 41,09% nem sempre tiveram ajuda quando necessitaram, e 26,45% “raramente” ou “nunca” partilhavam as emoções com quem os rodeia.

Ao longo do percurso assistencial, **metade dos participantes não recebeu qualquer forma de apoio em saúde mental**, e a maioria (65,88%) não foi informada sobre associações de doentes ou grupos de entajuda. Surpreendentemente, 41,34% consideraram que a sua equipa de tratamento não prestou bom suporte emocional; em simultâneo, uma proporção semelhante (39,44%) teve dificuldades emocionais, mas não as reportou.

Os participantes salientaram a importância de receber mais **informação médica** (49,38%), **apoio na gestão dos efeitos adversos** (43,90%), melhor comunicação com os profissionais de saúde (37,59%) e melhor acesso a serviços de saúde mental (34,36%).

Apelo à ação

- Os sistemas de saúde e os decisores políticos devem reconhecer o apoio à saúde mental como parte fundamental do percurso de cuidados no cancro do pulmão.
- Os profissionais de saúde devem fornecer informação clara e capacitar as pessoas para gerir a sua doença e o seu bem-estar mental.

