



**PREVENÇÃO** Por que se preocupar com o câncer de intestino?

O câncer de intestino, embora possa ser prevenido, é um dos cânceres mais frequentes no mundo. No Brasil, ele é o 4o. câncer mais diagnosticado. Segundo estimativas do INCA (Instituto Nacional do Câncer), este tipo de câncer acometeu mais de 27 mil pessoas, em 2008, somente no Brasil.

Quando o seu diagnóstico ocorre em fases iniciais, é frequentemente curável.

As 8 Dicas para a Prevenção do Câncer de Intestino

Para ajudar a proteger você e aqueles que você ama, siga estas valiosas dicas de prevenção:

- Se você tem mais de 50 anos, converse com seu médico sobre o exame de colonoscopia. Pólipos, que podem dar origem ao câncer, são mais frequentes por volta dos 50 anos. Sendo assim, fazer o rastreamento a partir desta idade é uma ótima maneira de prevenção.
- Faça uma dieta balanceada. Alimentos ricos em gordura, colesterol e carne estão associados ao maior risco de câncer de intestino. Coma boa quantidade de fibras, encontradas nas frutas, verduras, legumes e cereais (aveia, farelo de trigo, grãos). As fibras têm um efeito protetor.
- Mantenha um peso saudável. Pessoas obesas parecem ter maior risco de desenvolver câncer de intestino.
- Faça exercícios. Fazer atividades físicas pode diminuir o risco de câncer de intestino. Pratique no mínimo 30 minutos de atividades físicas 3 vezes por semana.
- Aprenda sobre a história médica da sua família. Uma história familiar de pólipos e câncer pode aumentar o risco de câncer de intestino.
- Fale com seu médico sobre os seus antecedentes médicos. Passado de pólipos e câncer ou inflamação crônica do intestino aumentam o risco de desenvolver câncer de intestino.
- Não fume. O tabagismo é um fator de risco também para o câncer de intestino, principalmente porque a fumaça ingerida transporta substâncias prejudiciais até o intestino.
- Procure um médico se você apresenta qualquer sintoma que leve a suspeitar de câncer de intestino. Em estágios avançados pode causar diarreia, prisão de ventre, cólicas na barriga, sangue nas fezes e perda de peso.

**TRATAMENTO** A detecção precoce do câncer de intestino pode melhorar as chances de cura. A cirurgia é o tratamento primário para o câncer de intestino, retirando a parte do intestino afetada.

Após a cirurgia, a quimioterapia é utilizada para diminuir a possibilidade da volta do tumor (recidiva). Quando a doença já está espalhada pelo corpo (fígado, pulmão ou outros órgãos), novos medicamentos impedem a progressão do tumor e possibilitam aos pacientes viver por mais tempo, com qualidade de vida.

### Novos Medicamentos

A medicina vem crescendo muito nos últimos anos e novos medicamentos surgiram para o tratamento do câncer de intestino.

O uso de anticorpos monoclonais é descrito pelos oncologistas de todo o mundo como uma das maiores descobertas da ciência nos últimos trinta anos. Estes novos medicamentos atuam diretamente nas células do tumor. Os médicos explicam que eles agem como “mísseis teleguiados”, atingem apenas as células doentes (o tumor) e preservam as sadias.

Os anticorpos monoclonais são medicamentos inovadores, que inibem a formação de vasos sanguíneos responsáveis pelo crescimento do tumor, a chamada angiogênese. Esta classe de medicamentos tem como alvo uma proteína natural, mediadora chave da angiogênese, interferindo assim no fornecimento de sangue, essencial para o crescimento do tumor e sua propagação pelo corpo (metástases).

Além disso, promovem a chegada mais eficaz da quimioterapia ao tumor.

### Tratamento Oral

A quimioterapia oral no tratamento do câncer colorretal é uma quimioterapia administrada por meio de comprimidos para combater células doentes, destruindo e/ou controlando seu desenvolvimento. Um dos objetivos da quimioterapia oral é promover mais comodidade e melhorar a qualidade de vida do paciente.

A quimioterapia oral é um tratamento prático pois possibilita que os pacientes disponham de mais tempo livre para passar em casa com a família e amigos já que não precisam ficar no hospital para receber os medicamentos por via intravenosa.

Além disso, por se tratar de comprimidos, não é necessário recorrer a dispositivos como injeções ou bombas de infusão, representando, assim, um tratamento mais cômodo.

### DIAGNÓSTICO Principais sintomas

- Mudanças no hábito intestinal (diarréia ou prisão de ventre);
- Presença de sangue nas fezes;
- Vontade frequente de ir ao banheiro;
- Sangramento anal;
- Dor ou desconforto abdominal (gases e/ou cólicas);
- Perda de peso sem razão aparente;
- Cansaço, fraqueza e anemia.

As pessoas com sintomas que sugiram câncer de intestino precisam de consulta médica imediata. Durante a consulta, o médico realizará ou providenciará exames que confirmarão ou descartarão a presença do tumor.

### Exames

O médico poderá iniciar a investigação através dos seguintes exames:

- exame proctológico, que consiste na avaliação do reto e da porção final do intestino grosso por meio do toque digital e da
- retossigmoidoscopia (usando um aparelho que permite observar diretamente o reto e o cólon sigmóide).

Se o médico achar necessário, solicitará outro exame:

- a colonoscopia, que é o exame feito sob sedação usando um colonoscópio, tubo flexível com uma câmera que permite ver o interior do intestino. Esse exame permite a retirada de eventuais pólipos sem dor e também a biópsia de qualquer tumor que venha a ser detectado.

### Detecção precoce

Detecção precoce é encontrar o câncer de intestino em uma fase bastante inicial, quando pode ser curado por meio de cirurgia. Em casos mais avançados ainda há possibilidade de cura, porém tornam-se necessárias operações maiores e a associação de quimioterapia e/ou radioterapia. Desta maneira, a chave do sucesso para o tratamento do câncer colorretal é o diagnóstico precoce.

Como descobrir o câncer de intestino logo no estágio inicial?

Todo indivíduo, a partir dos 50 anos, deve realizar o exame de pesquisa de sangue oculto nas fezes, anualmente, e a intervalos maiores, de acordo com a orientação do médico, a colonoscopia para rastreamento do câncer de intestino.

Pessoas com histórico pessoal ou familiar de câncer de intestino devem procurar orientação médica. Nestes casos, a prevenção deve ser iniciada a partir dos 40 anos de idade na maioria dos casos. Informações gentilmente cedidas pelo portal [Laços de Esperança](#) Fontes: [Associação Brasileira de Prevenção do Câncer de Intestino](#)

[Instituto Nacional de Câncer](#)

[www.cancer-la.com.br](http://www.cancer-la.com.br)

[www.quimioral.com.br](http://www.quimioral.com.br)