

# Prevenção do câncer do intestino

## *Prevention of bowel cancer*

O câncer do cólon e reto, aqui denominado de câncer do intestino, encontra-se entre os dez primeiros tipos de câncer mais incidentes, sendo a quinta causa de morte por câncer no Brasil. Acomete semelhantemente indivíduos dos sexos masculino e feminino, principalmente após os 50 anos de idade.

### FATORES DE RISCO

Os dois principais fatores de risco relacionados ao desenvolvimento do câncer do intestino são: idade maior ou igual a 50 anos e alimentação pobre em frutas, vegetais e fibras e rica em gordura animal. Além destes, outros fatores de risco também podem estar relacionados como:

- história de parentes de primeiro grau com adenomas diagnosticados antes dos 60 anos de idade;
- história pessoal progressiva de adenomas ou câncer de mama, ovário ou endométrio;
- história de colite ulcerativa crônica ou Doença de Crohn;
- algumas condições hereditárias, como a polipose adenomatosa familiar e o câncer colorretal hereditário sem polipose.

### SINAIS E SINTOMAS

Os sintomas mais frequentemente associados ao câncer do intestino são:

- sangramento anal ou sangue nas fezes;
- alteração do hábito intestinal (diarréia e obstipação alternados);
- dor ou desconforto abdominal;
- fraqueza e anemia;
- perda de peso sem causa aparente.

### PREVENÇÃO

A prevenção deste tipo de câncer, assim como o da maioria dos cânceres, baseia-se na adoção de hábitos saudáveis de vida, com a prática regular de exercícios e uma alimentação saudável, rica em fibras, vegetais e frutas.

### DETECÇÃO PRECOCE

Indivíduos sintomáticos devem ser imediatamente encaminhados à consulta especializada em centros de referência para realização dos procedimentos diagnósticos necessários.

Com o intuito de reduzirmos a morbimortalidade por este câncer, recomenda-se a realização de exames periódicos em indivíduos assintomáticos na tentativa de detectarmos lesões pré-malignas (os pólipos adenomatosos) ou o câncer em fase inicial. Para tanto, todo indivíduo com idade igual ou maior que 50 anos deve ser submetido anualmente à pesquisa de sangue oculto nas fezes. Os indivíduos com pesquisa de sangue oculto nas fezes positiva devem ser encaminhados para consulta especializada.

Indivíduos com risco aumentado para o câncer de intestino (história de parentes de primeiro grau com adenomas diagnosticados antes dos 60 anos de idade, história pessoal progressiva de adenomas, câncer de mama, ovário ou endométrio, portadores de colite ulcerativa crônica ou Doença de Crohn e as condições hereditárias acima mencionadas), devem ser encaminhados diretamente à consulta especializada.

---

#### Fonte:

Instituto Nacional de Câncer (Brasil). Prevenção e controle do câncer: normas e recomendações do INCA. Rev Bras Cancerol 2002;48(3):317-32. Ministério da Saúde. Secretaria de Assistência à Saúde. Instituto Nacional de Câncer (Brasil). Falando sobre câncer do intestino. Rio de Janeiro: INCA; 2003. Disponível em: <http://www.inca.gov.br/inca/publicacoes.html>