



## PREVENÇÃO DO CÂNCER DE INTESTINO

Neste mês, nossa equipe vem atuando ativamente no Projeto **Setembro Verde**.

Segundo dados do Instituto Nacional do Câncer do Ministério da Saúde, o Câncer de Intestino Grosso é o quarto em incidência no País, perdendo apenas para o de mama, útero e estômago nas mulheres e de estômago, pulmão e próstata no homem. Além disto após 5 anos de seu diagnóstico, metade dos portadores falecem.

Sabe-se também que a grande maioria das pessoas acometidas está na faixa dos 45 aos 75 anos de idade, sendo mais frequentes nas mulheres e que os pólipos intestinais – pequenas elevações que se formam na parede interna do intestino grosso – são consideradas as principais lesões precursoras desta doença.

E o que significa tudo isso?

Significa que atualmente temos conhecimento suficiente para preveni-lo! Sim, o Câncer de Intestino pode ser evitado!

E não é só isso. Estamos curando muito mais doentes, pois diagnosticamos mais fácil e rapidamente a doença, ainda em sua fase inicial. Então a grande chave da questão é a prevenção. E é muito simples. Em primeiro lugar devemos nos observar, verificando o funcionamento de nossos órgãos. No caso do Câncer de Intestino Grosso, mudanças no aspecto e no ritmo das fezes podem ser os primeiros sinais. Lembrar que a presença de sangue nem sempre significa que o problema seja de hemorróidas. Outra forma é muita informação. Infelizmente esta doença

acomete mais facilmente pessoas de uma mesma família. Portanto, parentes de 1º grau (pais, irmãos, filhos) de pessoas com história de câncer de intestino ou de pólipos intestinais devem procurar o médico para realização dos exames preventivos.

Através da conversa com o médico, do exame físico e exames médicos consegue-se avaliar o grau de risco para a doença e complementar a investigação pelo exame de colonoscopia. Este é o melhor exame para detecção do câncer, além de já permitir a retirada de pólipos.

Atitudes como atividade física regular, dieta rica em fibras, baixa em concentração de sódio e gordura, além da abstinência ao tabagismo e etilismo (este último em excesso) protegem o tubo digestivo de lesões com potencial risco neoplásico.

Portanto, vamos todos lutar pela prevenção!



---

### Colaboração:

Dr. Juliano Coelho Ludvig - Médico Gastroenterologista e Coordenador da Equipe Multidisciplinar de Atendimento em Doenças Inflamatórias do Intestino (**CLIQUE AQUI** e saiba mais).