



Foco em saúde

Por Dr. Raul Borges Filho
CRM 88002

“É tratável e curável na maioria dos casos, ao ser detectado precocemente”

Câncer colorretal

Uma maneira de prevenir o aparecimento dos tumores seria a detecção e a remoção dos pólipos antes de eles se tornarem malignos.

O prognóstico para este tipo de neoplasia é bom quando a doença é diagnosticada em estágio inicial. A detecção precoce de pólipos adenomatosos colorretais (precursores do câncer de cólon e reto) e de tumores localizados é possível pela pesquisa de sangue oculto nas fezes e através de métodos endoscópicos, como a colonoscopia.

O tempo estimado para crescimento e desenvolvimento de tumor a partir de um pólipo é longo, pode levar até 15 anos para se desenvolver e se manifestar, o que permite sua identificação e retirada. Apesar disso, a mortalidade associada à neoplasia colorretal ainda é elevada, especialmente por conta do diagnóstico tardio.

CAUSA E SINTOMAS - Os sinais clínicos mais comuns do tumor colorretal incluem alterações do hábito intestinal, com alternância de diarreia e/ou prisão de ventre, dor e desconforto abdominal, presença de sangue e muco nas fezes, evacuações dolorosas, fraqueza, afinamento no calibre das fezes, perda de peso inexplicada, náuseas e vômitos e flatulência constante. Às vezes, porém, o único sintoma pode ser a presença de anemia sem causa determinada.

O surgimento do câncer colorretal está associado à presença de alterações genéticas que ativam genes específicos, relacionados com tumores, e desativam genes protetores da mucosa intestinal. Se a pessoa nascer com uma ou mais dessas mutações, será mais sujeita a desenvolver a do-

ença ao longo de sua vida, sobretudo se essa predisposição for combinada a outros fatores de risco, como uma dieta pobre em fibras, vegetais e folato e rica em gorduras e carne vermelha, consumo excessivo de álcool, sedentarismo e tabagismo.

EXAMES E DIAGNÓSTICO - Esse tipo de tumor é de fácil diagnóstico, depende da combinação da história pessoal e familiar do indivíduo, do exame físico e do resultado de exames complementares. O mais importante método para a identificação do câncer colorretal é a colonoscopia, que permite a visualização direta de todo o intestino por meio de um tubo flexível com fibra ótica na ponta – colonoscópio – introduzido pelo reto.

Pessoas com mais de 50 anos devem se submeter anualmente à pesquisa de sangue oculto nas fezes. Caso o resultado seja positivo, é recomendada a colonoscopia.

TRATAMENTO E PREVENÇÕES - A cirurgia é o tratamento primário do câncer colorretal. Pode ser necessário

complementar o tratamento cirúrgico com radioterapia e quimioterapia, métodos terapêuticos que inibem o reaparecimento e disseminação do tumor. No caso de haver somente pólipos, é necessário apenas removê-los por meio da própria colonoscopia.

Para prevenir o câncer colorretal, é importante praticar exercícios físicos regularmente e manter uma dieta saudável, pobre em gorduras de origem animal e rica em fibras (cereais, vegetais e frutas), folato (espinafre, feijão branco, laranja, aspargo, couve-de-bruxelas, maçã e soja), e no cálcio do leite e de seus derivados, de preferência desnatados.

Além disso, deve ser evitado o consumo excessivo de bebidas alcoólicas, assim como o tabagismo e obesidade, os quais estão implicados com a maioria dos cânceres.

A máxima “prevenir é melhor do que remediar” vale também quando o assunto é saúde. Isso significa ir periodicamente às consultas médicas e fazer exames de rotina.

