

Saúde em dia  
**JOCATEC**

**MARÇO**

*Azul Marinho*

**Guia para conscientização  
e combate ao câncer colorretal**

CAUSAS! NÓS APOIAMOS ESSA

CAUSAS! NÓS APOIAMOS ESSA



# AZUL MARINHO



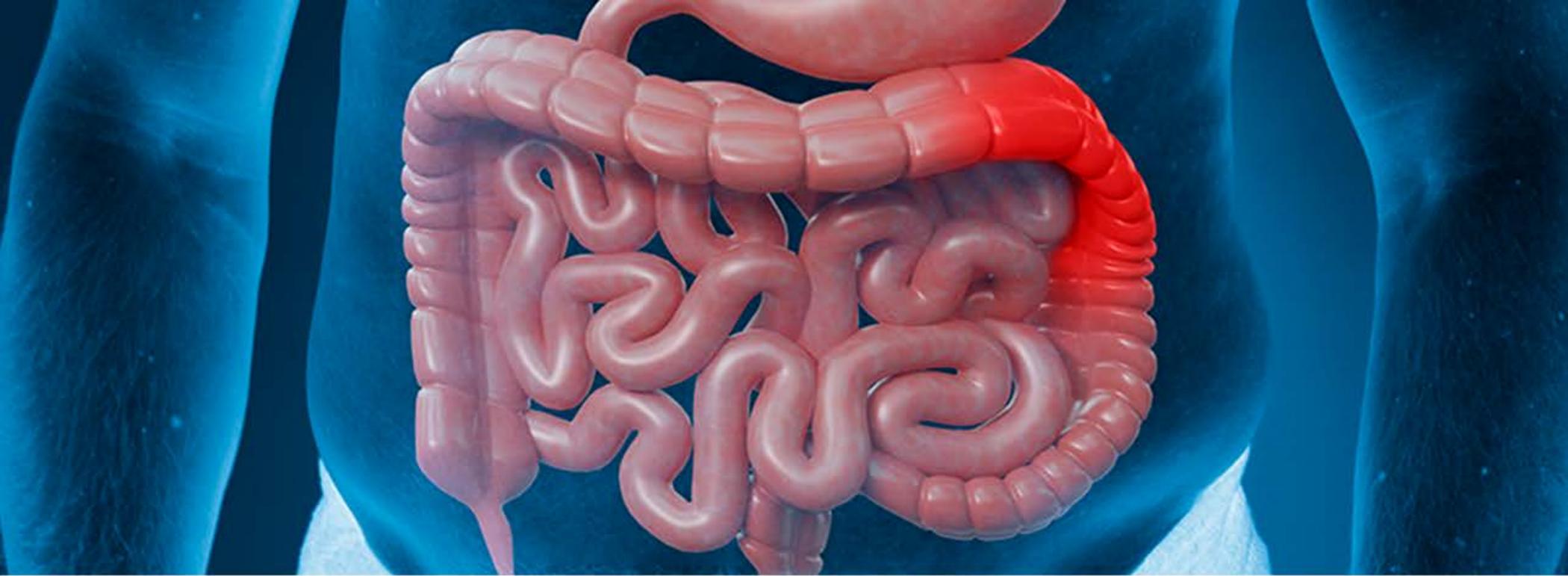
O Março Azul Marinho traz à luz a **necessidade de conscientização sobre o câncer colorretal**, um dos principais desafios de saúde enfrentados pela população brasileira, **ocupam a quarta posição entre os cânceres mais incidentes em homens e o terceiro em mulheres** de acordo com o Inca (Instituto Nacional de Câncer).

Este mês dedicado à causa busca informar e mobilizar a sociedade para a prevenção e o combate efetivo da doença.

## O QUE É CÂNCER COLORRETAL?

A doença consiste na presença de tumores que se desenvolvem no **intestino grosso**, compreendendo o cólon, reto e ânus.





## QUAL A RELAÇÃO ENTRE PÓLIPOS E A DOENÇA?

Esta condição muitas vezes tem origem em **pólipos benignos, lesões iniciais que podem se desenvolver na parede interna do intestino grosso**. Esses pólipos, se não identificados e tratados precocemente, têm o potencial de se tornarem malignos ao longo do tempo.

## SINTOMAS

Sinais como **diarreia persistente, constipação, presença de sangue nas fezes, desconforto abdominal e ao evacuar, anemia e perda de peso inexplicada** podem surgir, muitas vezes de maneira sutil.

Essa característica assintomática em estágios iniciais torna o diagnóstico precoce um desafio, **destacando a importância de programas de rastreamento**.

# PRINCIPAIS FATORES DE RISCO

Além da idade, onde o risco cresce significativamente após os 50 anos, **pacientes com obesidade ou que com histórico familiar da doença têm maiores chances de desenvolvê-la.**

No entanto, **é imperativo destacar a influência da dieta,** principalmente das que são pobres em fibras e ricas em gorduras saturadas, carnes vermelhas e processadas, do sedentarismo e do tabagismo.

## DIAGNÓSTICO E PREVENÇÃO

O diagnóstico efetivo do câncer colorretal **envolve métodos como a colonoscopia e a pesquisa de sangue oculto nas fezes.** Enquanto a colonoscopia possibilita a visualização direta de lesões e a remoção de pólipos, a pesquisa de sangue oculto contribui para a detecção precoce. Estes métodos são fundamentais, sobretudo em casos de pacientes assintomáticos, possibilitando intervenções antes que a doença progrida.

**Para além do diagnóstico, a prevenção emerge como uma ferramenta poderosa no enfrentamento do câncer colorretal.**

**Adotar uma dieta balanceada, rica em fibras e pobre em gorduras saturadas, limitando o consumo de carne vermelha, são práticas preventivas essenciais.** A conscientização sobre fatores de risco adicionais, como tabagismo e sedentarismo, também deve ser amplamente difundida, promovendo hábitos mais saudáveis.

## **TRATANDO O CÂNCER COLORRETAL**

O tratamento pode envolver diferentes abordagens, desde **cirurgias para remoção de tumores até terapias como quimioterapia e radioterapia.** O caminho adotado irá depender de vários fatores, incluindo o estágio da doença e suas características específicas.

## **ESTIMATIVAS E O AUMENTO DE CASOS**



**44 mil** novos casos por ano

21.970  
*homens*



23.660  
*mulheres*

**70% concentrados** nas regiões Sudeste e Sul





A projeção do Instituto Nacional de Câncer (Inca) para o período de 2023 a 2025 é **de 44 mil novos casos de câncer colorretal por ano no país**, com concentração significativa nas regiões Sudeste e Sul.

O aumento expressivo está associado principalmente a dois fatores: condição socioeconômica e alimentação. **A desigualdade social afeta diretamente o acesso aos serviços de saúde**, aspecto que desempenha um papel crucial, não apenas na identificação precoce da doença, mas também na garantia de tratamento adequado e oportuno.

Além disso, a condição socioeconômica das regiões também influencia diretamente os padrões de consumo alimentar. **Áreas com recursos limitados muitas vezes enfrentam dificuldades em adotar dietas balanceadas, tornando-se mais vulneráveis a fatores de risco associados ao câncer de cólon**, como levantado no estudo realizado por pesquisadores da Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP/Fiocruz), do Inca e da Universidade da Califórnia San Diego, nos Estados Unidos.

## **Junte-se a nós!**

Compreender o câncer colorretal é o primeiro passo para adotar práticas preventivas e promover a detecção precoce. Faça parte dessa iniciativa compartilhando informação.

