

Por Dra. Cíntia Yoko Morioka

Câncer de cólon

Setembro é o mês de conscientização do câncer de colon.

O que é o câncer de cólon?

É o câncer que acomete o cólon e o reto, 5º maior em incidência. A estimativa de novos casos é de 36.360; sendo 17.380 homens e 18.980 mulheres (2018 – INCA) e o número de mortes é de 15.415; sendo 7.387 homens e 8.024 mulheres (2013 - SIM).

Quais são os sinais de alerta do Câncer Colorretal?

A detecção precoce da doença significa que ela pode ser curada. Os pacientes podem observar **sangue nas fezes, dor abdominal, prisão de ventre, perda de peso inexplicada ou cansaço e alternância dos hábitos intestinais**. Quando esses sintomas estão presentes, geralmente os tumores já têm um tamanho considerável e são mais difíceis de tratar. É importante lembrar que esses sintomas podem ser de outras doenças que não câncer, por isso frente a seu aparecimento consulte imediatamente um médico.

Fatores de risco não controlados

O risco de câncer colorretal depende da genética e do estilo de vida.

Alguns fatores de risco não podem ser controlados, como: idade - a maioria dos pacientes têm mais de 50, doenças inflamatórias intestinais (retocolite ulcerativa ou doença de Crohn), histórico familiar de câncer colorretal confirmado ou suspeito (polipose adenomatosa familiar ou Síndrome de Lynch (câncer colorretal hereditário não polipomatoso), histórico pessoal de câncer colorretal ou de alguns tipos de pólipos, antecedentes de câncer de ovário ou de mama, histórico de tratamento a radioterápico no abdomen ou região pélvica.

Fatores de risco que podem ser evitados

Alguns fatores que aumentam o risco de câncer colorretal podem ser controlados: dieta rica em carnes vermelhas ou processadas, ou carnes cozidas em altas temperaturas, estar acima do peso (excesso de gordura ao redor da cintura), praticar poucos exercícios físicos, tabagismo e alcoolismo.

Rastreamento ou screening

A Sociedade Americana de Câncer (2018) recomenda que indivíduos com risco aumentado de câncer colorretal devem iniciar screening regular aos 45 anos. Isto pode ser realizado com pesquisa de sangue oculto nas fezes ou colonoscopia. Pessoas com boas condições de saúde com expectativa de vida maior que 10 anos continuam o screening até os 75 anos. Para aqueles entre 76 a 85, a decisão deve ser de acordo com as preferências pessoais, expectativa de vida, saúde global e histórico dos screenings prévios. Para pacientes acima de 86 anos, não é necessário o screening.

Prevenção do câncer colorretal e dieta

Dieta saudável, criar o hábito de praticar exercícios físicos com o objetivo de controlar a gordura corporal. Todas estes hábitos evitam em 45% os casos de câncer colorretal. Recomenda-se uma dieta com baixo teor de gordura, que inclua muita fibra e pelo menos cinco porções de frutas e vegetais por dia.

Tratamento

O tratamento para o câncer colorretal depende do estágio da doença. Quanto mais precoce o diagnóstico, maior a chance de cura. Pode ser realizada desde a polipectomia (retirada do pólipó via colonoscopia), excisão local com retirada de margens saudáveis, assim como a colectomia que pode ser realizada por via aberta (convencional com abertura da cavidade abdominal) ou via laparoscopia (através de orifícios). Quando o tumor está bloqueado ou a cirurgia é realizada de urgência devido a obstrução, as vezes é necessária a realização de ileostomia ou colostomia (colocação de alca para fora da cavidade com uso de “bolsa” para coletar as fezes). Existem casos onde a quimioterapia e/ou radioterapia tem de ser realizadas antes ou após a cirurgia. Em casos de metástases hepáticas ou pulmonares, existem tratamentos complementares incluindo a cirurgia.

Quem devemos procurar?

As especialidades que cuidam do câncer de cólon são: Gastroenterologista, Proctologista, Cirurgião Oncológico, Oncologista, Radioterapeuta. Devemos lembrar que a adoção de bons hábitos de vida ainda é a maior prevenção e que o diagnóstico precoce é importante para aumentar as chances de cura.