

Cancro coloretal – a importância da prevenção

Cancro coloretal

O cancro coloretal resulta do crescimento descontrolado de células da mucosa do cólon ou reto. É a segundo cancro mais frequente em Portugal. Surge, na maioria dos casos, a partir de lesões precursoras denominadas pólipos. Estes apresentam-se como pequenas saliências na parede do cólon ou reto que com o tempo aumentam de tamanho e acumulam alterações podendo, com o passar do tempo, originar o cancro coloretal.

Fatores de risco

Existem vários fatores que podem aumentar o risco da pessoa poder desenvolver cancro coloretal. Alguns dos mais conhecidos são:

- A idade – o número de casos aumenta significativamente a partir dos 50 anos. Tem-se registado nos últimos anos também um aumento de casos na faixa dos 40 aos 50 anos, por motivos ainda não completamente esclarecidos.
- A história familiar de cancro coloretal.
- Obesidade ou excesso de peso, tabagismo, sedentarismo, excesso de consumo de carnes vermelhas.
- História pessoal de cancro do útero, ovário e mama.
- Algumas doenças inflamatórias do intestino.

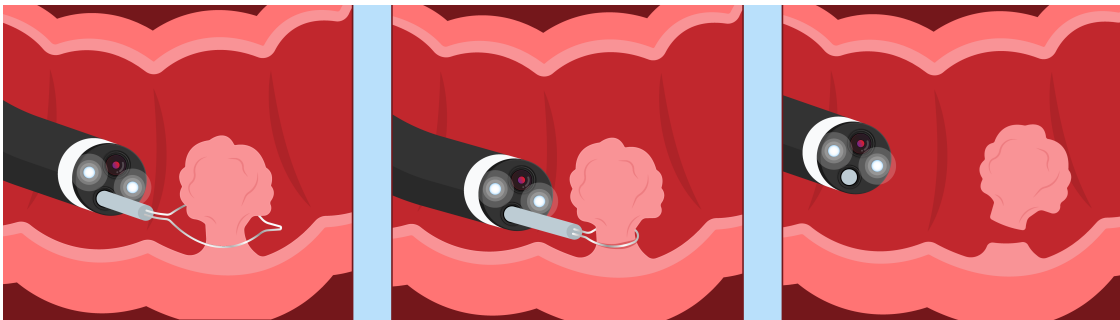
Prevenção

- Um estilo de vida saudável está associado a uma diminuição do risco de cancro coloretal. Assim, poderão ser adotadas as seguintes medidas: privilegiar uma dieta pobre em carnes vermelhas e gorduras saturadas e rica em fibras; evitar o consumo de álcool e tabaco; combater o excesso de peso e manter atividade física regular.
- Dada a elevada incidência deste cancro e a eficácia demonstrada dos métodos de rastreio, a maioria dos países recomenda a realização do rastreio deste cancro. Os principais métodos de rastreio utilizados a nível mundial são a pesquisa de sangue oculto nas fezes e a colonoscopia. A pesquisa de sangue oculto, quando positiva, obriga à realização subsequente da colonoscopia.

Rastreio

1. Pesquisa de Sangue Oculto nas Fezes - Tem como vantagens ser mais barata, acessível, menos invasiva e por isso mais facilmente aceite por algumas pessoas. As principais desvantagens são os falsos positivos (pessoas com teste do sangue oculto positivo que não têm nada na colonoscopia), os falsos negativos (pessoas com o teste de sangue oculto negativo mas que têm lesões na colonoscopia – pólipos ou cancros) e a necessidade de realizar colonoscopia sempre que é positivo (obrigando assim a 2 testes).

2. Colonoscopia - Tem várias vantagens: É o teste de rastreio com maior acuidade diagnóstica; permite, além do diagnóstico precoce do cancro coloretal, o diagnóstico também das lesões precursoras – os pólipos; permite no mesmo procedimento o diagnóstico dos pólipos e o seu tratamento (ou seja, a remoção dos pólipos durante a colonoscopia). Assim, a colonoscopia permite o diagnóstico precoce do cancro coloretal (o que melhora as possibilidades de tratamento). Mas vai além disso, permite evitar o desenvolvimento do cancro coloretal através da remoção dos pólipos. Esta possibilidade de evitar o cancro com a colonoscopia é da maior importância e não existe em vários dos métodos de rastreio de outros cancros.



As desvantagens são as relacionadas com a sua natureza invasiva e a necessidade de preparação prévia. A tendência das várias sociedades científicas é no sentido de iniciar a sua realização aos 45 anos em doentes sem sintomas. Na presença de história familiar de cancro coloretal, a colonoscopia poderá ser realizada mais precocemente. Na presença de sintomas como alteração do trânsito intestinal, dor abdominal, perdas de sangue, anemia, emagrecimento ou alterações noutros exames, a colonoscopia é utilizada para esclarecimento, independentemente da idade.