



No mês de março é realizada a campanha Março Azul Marinho cujo objetivo é a sensibilização da população para a prevenção e o combate ao câncer colorretal (também conhecido como câncer de cólon e reto).

Segundo o [INCA](#) (Instituto Nacional de Câncer), o câncer colorretal ocupa a terceira posição do tipo de câncer mais comum entre a população brasileira e atinge, principalmente, pessoas com idade acima dos 50 anos com hábitos sedentários e que consomem muitos alimentos processados.

Este tipo de câncer é caracterizado pela presença de tumores que se alojam no segmento do intestino grosso e no reto. É uma doença tratável, sendo possível a retirada do tumor. É importante ressaltar que o surgimento desses tumores se origina, na maioria das vezes, por pólipos em lesões na parede interna do intestino grosso.

Fatores genéticos e hereditários são responsáveis pela incidência da doença, mas hábitos externos como alimentação não saudável (com alto consumo de produtos ultraprocessados como alimentos industrializados, embutidos e com alto teor de açúcar), com baixa ingestão de água e alto consumo de álcool, tabagismo e sedentarismo podem ser fatores causais e de propensão à doença. Vale destacar, que a doença vem sendo diagnosticada com maior frequência na população mais nova, justamente devido ao estilo de vida que essas pessoas possuem.

O desenvolvimento do câncer colorretal é silencioso e lento, por isso é importante o check up e acompanhamento médico constante, uma vez que, na maioria dos casos, quando os sintomas se manifestam, a doença está num estágio avançado. Portanto, caso observe mudanças no hábito intestinal como alternância entre prisão de ventre e diarreia de forma constante, sangramento escurecido nas fezes, perda de peso, dores na região do abdome, sensação de estofamento e acúmulo de gases, marque uma consulta com especialista.

A avaliação preventiva é fundamental para o diagnóstico do câncer colorretal, sendo realizada por intermédio de um exame chamado colonoscopia; para pessoas



que não possuem os sintomas acima mencionados e nem relatos de casos na família, a realização desse exame rotineiramente dar-se-á a partir dos 45 anos de idade. A chance de cura do câncer colorretal é alta (cerca de 90% dos casos), mas isso depende tanto da localização quanto do estágio em que o tumor está alocado. São de fundamental importância as ações de sensibilização e orientação realizadas durante o março Azul-Marinho pois ajudam, principalmente, a quebrar o preconceito em relação a doença.

Se você se interessou pelo assunto e quer saber mais, vale a pena o acesso à cartilha informativa da Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica – SBOC- a qual contém informações importantes que podem ajudar na prevenção do câncer colorretal. Acesse o [link aqui](#)