

INCIDÊNCIA ■ HÁ MAIS DE OITENTA MIL DOENTES EM PORTUGAL

Cancro do cólon mata dez por dia

■ Anualmente, surgem aproximadamente 6400 novos casos de cancro colorrectal. O rastreio precoce é fundamental para a prevenção da doença

■ ANA CARVALHO VAGAS

Dez pessoas morrem diariamente com cancro do cólon. Estima-se que em Portugal existam mais de oitenta mil doentes, surgindo anualmente cerca de 6400 novos casos. Com uma taxa de mortalidade superior a 56 por cento, esta doença, que afecta igualmente homens e mulheres, é a segunda causa de morte a seguir às patologias cardiovasculares. Não é uma doença silenciosa, basta estar atento aos sintomas e fazer o rastreio precoce.

A colonoscopia – exame de observação do recto e do intestino grosso – é o método de rastreio mais eficaz para prevenir este cancro. É obrigatória a partir dos 50 anos, mas “muito poucos médicos têm por hábito prescrever o rastreio do cancro colorrectal e mais de metade da população portuguesa desconhece os sintomas desta doença”, afirmou Vítor Neves, presidente da Europacolón, Associação de

Luta contra o Cancro do Intestino.

Os cancros do cólon e do recto desenvolvem-se a partir de “lesões benignas no intestino grosso ou cólon, os pólipos, que quando não são detectados e retirados a tempo desenvolvem-se, provocando alterações na função, estrutura e forma das células, levando ao cancro ou malignidade”.

De acordo com o especialista, “a alteração persistente dos hábitos intestinais, como o aparecimento de prisão de ventre ou diarreia, a perda de sangue pelo recto/ânus ou misturado nas fezes, a sensação de que o intestino não esvazia completamente, dor

forte, desconforto abdominal ou cansaço sem razão aparente” são sintomas que não devem ser ignorados. A prevenção do cancro do intestino é eficaz. “Ter uma alimentação saudável é fundamental. O cancro é criado pelo tempo de permanência dos alimentos no intestino. Daí a importância da ingestão de fibras e líquidos, para fomentar a flora intestinal”.

Poucos médicos têm por hábito prescrever o rastreio



■ **Apoio.** A reabilitação passa pelo recurso a grupos de apoio, onde são abordadas questões práticas relativas ao estilo de vida.

APONTAMENTOS

- **EVOLUÇÃO**
Todos os anos surgem produtos mais eficazes para o tratamento do cancro do intestino.
- **ESTABILIDADE**
A estabilidade emocional e um ambiente familiar coeso são fundamentais ao tratamento.
- **OITO ANOS**
O cancro colorrectal ou cancro do intestino demora entre seis a oito anos a desenvolver-se.

Cancro Colorrectal

Um tumor que pode ser prevenido

O rastreio precoce é fundamental para a prevenção e tratamento deste cancro

Colonoscopia

Exame que consiste na observação do interior do intestino grosso e do recto, através de um tubo fino e flexível com uma luz na ponta

Em Portugal

Casos novos/ano + 6400
Doentes activos + 80 000
Taxa de mortalidade 56%
Grupos de risco < 50 anos e > 65 anos

Em toda a Europa

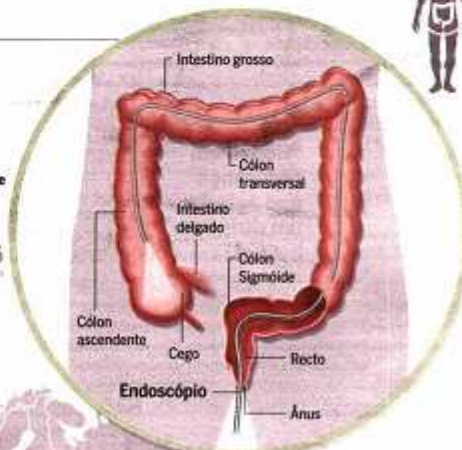
140 000 Mortes/ano
170 000
68 000 78 000

Taxa de mortalidade



Fente Europacolón

CORREIO DA MANHÃ



CAMPANHAS DE PREVENÇÃO

■ A Europacolón realizou uma campanha de sensibilização junto das escolas, que visa ajudar crianças e adolescentes a adoptar hábitos de alimentação e vida saudáveis, assentes na prática regular de exercício físico. A redução do risco de doença é o grande objectivo.





OBESIDADE

Estudos clínicos provaram que a obesidade está directamente relacionada com o cancro colorrectal



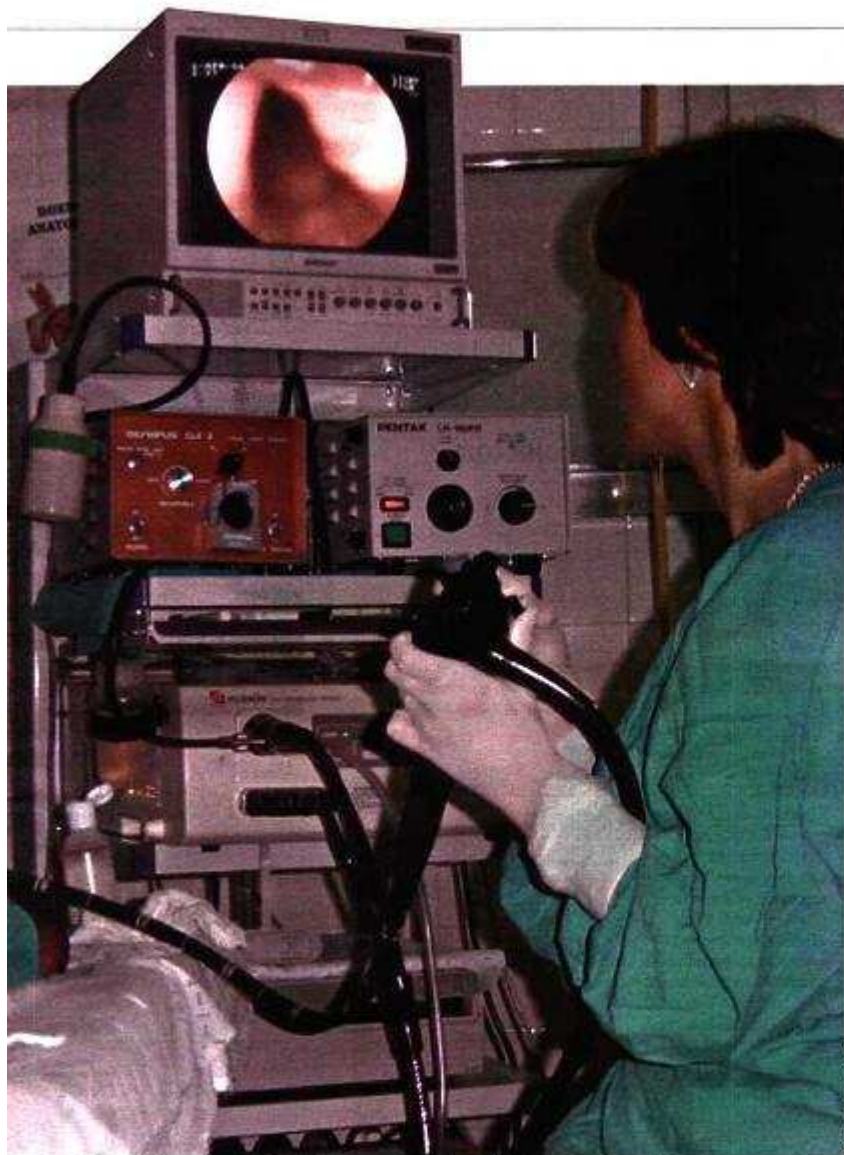
VITAMINA D

As pessoas com mais vitamina D no sangue têm menos probabilidade de desenvolver cancro do cólon



FORMAÇÃO

A formação de médicos e enfermeiros para comunicar notícias negativas aos utentes não é a prioridade dos hospitais



A colonoscopia é o meio mais eficaz de prevenção e tratamento do cancro colorrectal

“Sempre achei que me ia tratar”

O MEU CASO MAFALDA BEIRÃO

● ANA CARVALHO VACAS

Mafalda Beirão, de 55 anos, estranhou a existência de sangue nas fezes e a súbita perda de peso. Não ignorando estes sinais de alarme, dirigiu-se ao médico que, perante os sintomas, pediu que Mafalda fizesse uma colonoscopia. Em Maio de 2006, Mafalda recebeu o diagnóstico: cancro colorrectal. A inexistência de casos de cancro no intestino na família, a prática regular de exercício físico e uma alimentação saudável, rica em sopa, legumes e

fruta não colocavam Mafalda num grupo de risco. “Foi um grande abalo”, revela. Aos 51 anos, viu a sua vida completamente alterada. As quatro cirurgias, a primeira de urgência, e as sessões de quimioterapia alteraram a rotina desta antiga secretária, que foi obrigada a deixar de trabalhar.

“Sempre achei que me ia tratar, fui apoiada por um médico que não dramatizou a situação”, refere, frisando que contou também com o apoio de familiares e amigos. “Não tenho dores, sinto-me bem”, garante ainda.

Actualmente, o cancro está estabilizado mas a paciente continua a ser vigiada, faz quimioterapia de prevenção para avaliar a progressão da doença e evitar uma possível recaída. ■



PERFIL

● MAFALDA BEIRÃO tem 55 anos e mora em Oeiras. Foi secretária numa empresa mas um cancro no intestino, diagnosticado aos 51 anos, afastou-a do trabalho. Contudo, não perdeu a sua boa-disposição e energia positiva.

DISCURSO DIRECTO

VÍTOR NEVES,
Presidente da Europacolón

“Tumor pode ser curado ou estabilizado”



Correio da Manhã – Quais os obstáculos à prevenção do cancro colorrectal?

Vítor Neves – O rastreio é obrigatório a partir dos 50 anos, em homens e mulheres, mas a maioria não o faz porque não é prescrito pelos médicos. Outro problema é o desconhecimento dos portugueses face aos sintomas da doença.

– Como é feito o rastreio do cancro colorrectal?

– Através da colonoscopia, observação com um tubo

fino e flexível com uma luz na ponta, do intestino e recto. É a pesquisa de sangue oculto nas fezes.

– Porque é que as pessoas têm receio da colonoscopia?

– Há a noção de que é um exame doloroso, invasivo e desconfortável. A maioria dos portugueses desconhece que o exame pode ser feito com anestesia e que existe a colonoscopia virtual.

– Quais os factores de risco deste cancro?

– Depende, em 10 por cento, da li-

nha hereditária. Os outros 90 por cento estão associados aos comportamentos e estilos de vida individuais. Deve-se praticar desporto regularmente, para controlar o excesso de peso, e manter uma alimentação saudável.

– O cancro do intestino tem cura?

– Quando detectado numa fase inicial pode ser curado. Mas nada garante que passados seis ou oito anos não haja uma recaída. Mas, quando detectado a tempo, pode ser estabilizado. ■