

Campanha incentiva beneficiários dos planos de saúde a se prevenirem contra a doença.

O mês de março é conhecido como o mês de prevenção do câncer colorretal. Neste mês, a Fundação Libertas também inicia as ações do seu Programa de Prevenção ao Câncer de Intestino, uma iniciativa criada em 2019, que busca promover a realização do exame preventivo para beneficiários de 50 a 75 anos que não realizaram o exame nos últimos dois anos.

O câncer colorretal é o terceiro mais incidente da população brasileira, com cerca de 40 mil novos casos diagnosticados por ano, entre homens e mulheres (INCA, 2021).

O Programa acontecerá no período de 15/03/2022 a 31/05/2022.

Agendamento de exame

Os beneficiários elegíveis ao Programa receberão uma carta em sua residência com as informações sobre como proceder.

Tratamento:

O câncer de intestino é uma doença tratável e muitas vezes curável. O tratamento depende principalmente do tamanho, localização e extensão do tumor. Quando a doença já está espalhada, com metástases, as chances de cura ficam reduzidas. É importante realizar um acompanhamento médico para monitoramento de recidivas e novos tumores.

Fatores que aumentam o risco:

- Idade igual ou acima de 50 anos;
- Excesso de peso corporal e alimentação não saudável (reduzida em frutas, vegetais e outros alimentos que contenham fibras);
- Alto consumo de carnes processadas (salsicha, mortadela, presunto...);
- Ingestão excessiva de carne vermelha;
- História familiar de câncer de intestino;
- História pessoal de câncer de ovário, útero ou mama;
- Tabagismo;
- Bebidas alcoólicas;
- Doenças inflamatórias de intestino como retocolite ulcerativa crônica, doença de Crohn, entre outras doenças hereditárias do intestino;
- Exposição à radiação ionizante (Raio X, por exemplo).

É importante estar atento aos sinais, tais como:

- Sangue nas fezes;
- Alteração de hábito intestinal (diarreia ou prisão de ventre alternados);
- Dor ou desconforto abdominal;
- Fraqueza e anemia;
- Perda de peso sem causa aparente;
- Alteração da forma das fezes (finas e compridas);
- Massa (tumor) abdominal.

Esses sintomas muitas vezes estão presentes em outros problemas como hemorroidas, verminose, entre outros, mas devem ser investigados para diagnóstico correto e tratamento específico.

Dicas de prevenção

- Mantenha seu peso corporal com a prática de atividade física;

- Alimentação saudável (composta preferencialmente de alimentos saudáveis, in natura e minimamente processados, como frutas, verduras, legumes, cereais integrais, feijões e outras leguminosas, grãos e sementes.
- Evite fumar ou se expor ao tabagismo.
- A partir dos 50 anos, realize o exame preventivo

Dúvidas ou mais informações

Fonte: [Fundação Libertas](#), em 17.03.2022.