

Oncologista lista quatro sintomas alarmantes que geralmente não são câncer

- Linfonodos inchados, alteração intestinal, perda de peso e tosse podem não ser sinais de tumor maligno
- Especialista explica em quais situações é recomendado procurar um médico

Mikkael A. Sekeres

The Washington Post

Como oncologista, sou frequentemente questionado por familiares e amigos sobre linfonodos inchados. Às vezes até eu os considero preocupantes, imaginando que poderiam ser um sinal de câncer.

Mas eu já deveria saber. A maioria dos linfonodos incha como reação a uma infecção ou inflamação e não há motivo para preocupação.

Em um estudo realizado na Inglaterra, pesquisadores examinaram os prontuários médicos de 8.000 pessoas diagnosticadas com tumores sólidos para determinar as queixas de saúde que levaram aos diagnósticos. Do mais comum ao menos comum, os principais sintomas são:

- Nódulo na mama
- Sintomas do trato urinário, como dificuldade para urinar ou perda de controle da bexiga
- Mudança nos hábitos intestinais
- Tosse
- Perda de peso
- Desenvolvimento de pinta anormal
- Falta de ar
- Sangramento retal
- Sangue na urina
- Dor abdominal

Não surpreendentemente, os resultados refletem as taxas de incidência dos cânceres mais prevalentes no mundo: mama, próstata, pulmão, pele e colorretal.

Esses sintomas, no entanto, também podem ter causas relativamente inofensivas. Por exemplo, um cisto benigno pode causar um nódulo na mama, hemorroidas podem causar sangramento retal e manchas normais do envelhecimento podem assustar.

Veja a seguir quatro sintomas com os quais as pessoas frequentemente se preocupam e os sinais de alerta que podem indicar um câncer.

Linfonodos inchados

Em um estudo holandês, mais de 2.500 pessoas foram avaliadas por seus médicos devido a linfonodos inchados e 10% foram encaminhadas a um cirurgião para biópsia. Entre os pacientes com linfonodos inchados, apenas cerca de 1% foi diagnosticado com câncer, embora a probabilidade fosse maior com o avanço da idade.

Em outras palavras, seu linfonodo inchado provavelmente não é câncer. Um linfonodo que incha devido a uma infecção geralmente é doloroso e diminui após alguns dias, quando a infecção desaparece.

Linfonodos cancerosos, por outro lado, geralmente são indolores, duros, fixos e continuam a aumentar. Linfonodos maiores que cerca de 2,5 cm de diâmetro ou que aumentam rapidamente de tamanho também têm maior chance de serem malignos. Um linfonodo que não desaparece e apresenta qualquer dessas características pode precisar de biópsia.

Mudanças nos hábitos intestinais

Todos experimentamos mudanças em nossos hábitos intestinais, particularmente se saímos de nossas rotinas, como quando viajamos. E cada um tem uma definição diferente de "normal" quando se trata de movimentos intestinais. Mas os sintomas relacionados ao câncer geralmente são incomuns e persistem.

Por exemplo, o ator James Van Der Beek e a cantora brasileira Preta Gil, ambos diagnosticados com câncer colorretal, revelaram que tiveram mudanças nos hábitos intestinais que eram novas para eles e que não desapareceram antes de seus diagnósticos.

Pesquisadores descobriram que isso é um sinal de alerta comum. Um estudo analisou 286 pacientes diagnosticados com câncer colorretal com menos de 50 anos e investigou os sintomas que levaram aos seus diagnósticos. Mais da metade relatou mudanças em seus hábitos intestinais (diarreia com mais frequência do que

constipação) e mais da metade teve sangramento retal, enquanto 47% reclamaram de dor abdominal.

E dado importante, a grande maioria relatou dois ou mais sintomas, que duraram dois meses ou mais.

Uma análise de cerca de 80 estudos que incluíram quase 25 milhões de pessoas com câncer colorretal de início precoce chegou a conclusões semelhantes sobre a frequência desses sintomas. Em média, os sintomas persistiram por seis meses antes do diagnóstico de câncer. Diante disso, aconselho consultar um médico caso os sintomas persistam por dois meses ou mais.

Perda de peso não intencional

Meu peso oscila 2 ou 4 quilos dependendo da estação e de quanto estou me exercitando, e essa ligeira variação no peso não é motivo de preocupação. Mas a perda de peso não intencional ou a perda de peso durante uma dieta que excede muito as expectativas, pode ser motivo de preocupação.

Em um estudo com mais de 150 mil profissionais de saúde acompanhados por quase 30 anos, aqueles com perda de peso de 10% ou mais de seu peso corporal tiveram um aumento de 37% no risco de diagnóstico de câncer durante os 12 meses seguintes, na comparação com aqueles que não emagreceram.

Cânceres do trato gastrointestinal superior, incluindo esôfago, estômago, fígado e pâncreas, foram particularmente comuns entre aqueles com perda de peso substancial.

Tosse crônica

É comum que uma tosse persista após uma infecção viral do trato respiratório superior. Eu mesmo tive uma tosse que durou semanas após um resfriado recente, o que me colocou entre os 25% que ainda têm sintomas duas semanas após um resfriado comum.

Isso não é o mesmo que uma tosse crônica, que dura oito semanas ou mais e deve ser avaliada por um médico. Um estudo com quase 10 mil pessoas diagnosticadas com câncer de pulmão na Espanha descobriu que a tosse era o sintoma mais comum que levava ao diagnóstico, presente em cerca de um terço dos pacientes. Outras estimativas relatam tosse em 55% das pessoas com câncer de pulmão.

Adultos mais velhos com tosse seca crônica e histórico de tabagismo têm maior probabilidade de serem diagnosticados com câncer de pulmão. Mas, no geral, em pacientes com tosse crônica que consultam um médico de atenção primária, o câncer de pulmão é diagnosticado apenas em 2% dos casos ou menos.

A conclusão é que esses sintomas estão de fato associados a cânceres, mas, na maioria das vezes, não levarão a um diagnóstico de câncer. Se um sintoma não melhorar, for incomum para você ou piorar com o tempo, consulte um médico.

<https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2025/09/oncologista-lista-quatro-sintomas-alarmantes-que-geralmente-nao-sao-cancer.shtml>

Veículo: Online -> Portal -> Portal Folha de S. Paulo