

Sou oncologista. Aqui estão alguns sintomas comuns de câncer que você precisa conhecer

Preocupado com um linfonodo inchado ou mudança nos hábitos intestinais? Fique atento a esses sinais de alerta

Por Mikkael A. Sekeres (The Washington Post)

Como oncologista, frequentemente sou questionado por familiares e amigos sobre linfonodos inchados. Até eu, às vezes, acho isso preocupante, e me pergunto se poderia ser sinal de câncer.

Deveria saber melhor. A maioria dos linfonodos incha como reação a uma infecção ou inflamação subjacente e não é motivo de preocupação.

Em um estudo realizado na Inglaterra, pesquisadores identificaram cerca de 8 mil pessoas diagnosticadas com cânceres de tumores sólidos e analisaram seus prontuários médicos para determinar as queixas de saúde que levaram ao diagnóstico. Classificados do mais comum ao menos comum, os principais sintomas incluíam:

- Caroço na mama
- Sintomas urinários, como dificuldade para urinar ou perda de controle da bexiga
- Alteração nos hábitos intestinais
- Tosse
- Perda de peso
- Surgimento de uma pinta anormal
- Falta de ar
- Sangramento retal
- Sangue na urina
- Dor abdominal

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

Mas esses sintomas também podem ser causados por motivos relativamente inofensivos. Por exemplo, um cisto benigno pode causar um nódulo na mama, hemorroidas podem causar sangramento retal, e manchas comuns do envelhecimento podem parecer suspeitas.

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 aumentasse com a idade.

Ou seja, seu linfonodo inchado provavelmente não é câncer. Um linfonodo que incha por causa de uma infecção geralmente dói e diminui após alguns dias, quando a infecção passa. A menos que você fique apertando nele repetidamente — nesse caso, continuará inchado e dolorido. Portanto, evite fazer isso.

Já os linfonodos cancerosos, em geral, não doem, são duros, fixos e continuam a aumentar. Linfonodos com mais de 2,5 cm de diâmetro ou que crescem rapidamente também levantam mais suspeitas de malignidade. Um linfonodo que não desaparece e apresenta alguma dessas características pode precisar de biópsia.

Alterações nos hábitos intestinais

Todos nós passamos por mudanças nos hábitos intestinais, especialmente quando saímos da rotina, como em viagens. E cada pessoa tem sua própria definição de “normal” quando se trata de evacuação. Mas sintomas relacionados ao câncer costumam ser incomuns — ao menos para nós — e persistentes.

Por exemplo, o ator James Van Der Beek e a cantora brasileira Preta Gil, ambos diagnosticados com câncer colorretal, relataram alterações nos hábitos intestinais que eram novas para eles e que não desapareceram antes do diagnóstico.

Pesquisadores identificaram esse cenário como um sinal de alerta comum. Um estudo analisou 286 pacientes diagnosticados com câncer colorretal antes dos 50 anos e investigou os sintomas que levaram ao diagnóstico. Mais da metade relatou alterações nos hábitos intestinais (diarreia mais frequentemente do que constipação) e mais da metade apresentou sangramento retal, enquanto 47% queixaram-se de dor abdominal.

É importante destacar que a grande maioria relatou dois ou mais sintomas, e que esses sintomas 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. Meu conselho é procurar um médico se os sintomas permanecerem por dois meses ou mais.

Perda de peso não intencional

Meu peso varia entre 2 e 5 quilos, dependendo da estação e do quanto estou me exercitando. Esse tipo de variação leve não é preocupante. Mas perda de peso não intencional — ou perda de peso durante dieta que ultrapassa 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 que perderam 10% ou mais do peso corporal tiveram um aumento de 37% no risco de diagnóstico de câncer nos 12 meses seguintes, em comparação com aqueles sem perda de peso.

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

Tosse crônica

É comum uma tosse persistir após uma infecção viral do trato respiratório superior. Na verdade, eu mesmo tive uma tosse que durou semanas após uma gripe recente, o que me colocou entre os 25% das pessoas que ainda apresentam sintomas duas semanas depois de um resfriado comum.

Isso não é o mesmo que 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 constatou que a tosse foi o sintoma mais comum que levou 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 receber um diagnóstico de câncer de pulmão. Mas, no geral, entre os pacientes com tosse crônica que procuram 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. No entanto, se um sintoma não melhorar, for incomum para você ou piorar com o tempo, procure seu médico apenas para ter certeza.

Mikkael A. Sekeres, MD, MS, é chefe da divisão de hematologia e professor de medicina no Sylvester Comprehensive Cancer Center, da Universidade de Miami. É autor dos livros “When Blood Breaks Down: Life Lessons From Leukemia” e “Drugs and the FDA: Safety, Efficacy, and the Public’s Trust.”

Este conteúdo foi publicado originalmente no The Washington Post. Ele foi traduzido com o auxílio de ferramentas de Inteligência Artificial e revisado por nossa equipe editorial. Saiba mais em nossa Política de IA.

<https://www.estadao.com.br/saude/sou-oncologista-aqui-estao-alguns-sintomas-comuns-de-cancer-que-voce-precisa-conhecer/>

Veículo: Online -> Portal -> Portal Estadão