



Publicado em 23/02/2026 - 09:52

Entenda os fatores de risco do câncer colorretal, que avança entre jovens

Incidência aumenta entre menores de 50 anos, e especialistas buscam respostas para o avanço precoce da doença. No Brasil, mortes devem crescer 36% até 2040.

Por Deutsche Welle

Incidência aumenta entre menores de 50 anos, e especialistas buscam respostas para o avanço precoce da doença. No Brasil, mortes devem crescer 36% até 2040. O câncer colorretal, antes associado sobretudo a adultos mais velhos, avança cada vez mais entre homens e mulheres jovens. Nos Estados Unidos, já é a neoplasia que mais mata abaixo dos 50 anos.

As mortes do ator de Dawson's Creek, James Van Der Beek, aos 48 anos nesta semana, e, em 2020, da estrela de Pantera Negra, Chadwick Boseman, aos 43, destacaram o risco para adultos relativamente jovens. A doença também vem sendo diagnosticada até mesmo em pessoas na casa dos 20 anos – algo que, até pouco tempo atrás, era excepcional.

"Agora estamos começando a ver cada vez mais pessoas de 20, 30 e 40 anos desenvolvendo câncer de cólon. No início da minha carreira, ninguém dessa idade tinha câncer colorretal", diz John Marshall, do Centro Oncológico Lombardi da Universidade de Georgetown, oncologista há mais de três décadas.

A tendência também foi identificada em um estudo publicado na revista científica The Lancet Oncology em 2025. Ao analisar dados de 50 países, os pesquisadores constataram a incidência de câncer colorretal de início precoce em 27 deles. Em 20, o avanço ocorreu exclusivamente entre os mais jovens – ou cresceu mais rápido nesse grupo do que entre os adultos mais velhos.

A seguir, o que você precisa saber sobre o câncer colorretal e como se proteger.

Quão comum é o câncer colorretal?

Mais de 158 mil casos de câncer colorretal serão diagnosticados nos EUA este ano, segundo a Sociedade Americana do Câncer. Entre todas as idades, é a segunda principal causa de morte por câncer no país, atrás apenas do câncer de pulmão, e deve tirar mais de 55 mil vidas este ano.

No caso do Brasil, é o terceiro tipo mais comum de câncer, com 45.630 novos estimados por ano. A mortalidade relacionada ao tumor de cólon e reto aumentou quase 50% nas últimas duas décadas, mostra levantamento do Estadão. Uma das vítimas foi a cantora Preta Gil, em 2025, aos 50 anos.

Estudo da Fundação do Câncer identificou que mais de 60% dos casos no Brasil são diagnosticados tardiamente. A projeção é que mortes pela doença cresçam 36% até 2040.

Contudo, o avanço de exames preventivos tem contribuído para a detecção de tumores em estágios iniciais.

De acordo com os pesquisadores Christopher Lieu e Andrea Dwyer, em artigo publicado na revista *The Conversation*, quando o câncer é detectado precocemente, as taxas de sobrevivência em cinco anos podem ficar entre 80% e 90%. Nesses casos, os pólipos pré-cancerígenos podem ser removidos.

Já quando é descoberto em fases avançadas, após se espalhar para outras partes do corpo, a sobrevivência pode cair para cerca de 10% a 15%, reforçando a importância do diagnóstico precoce.

Quem está em maior risco?

A grande maioria dos casos e mortes por câncer colorretal ainda ocorre em pessoas com 50 anos ou mais. Mas, embora ainda seja relativamente raro entre menores de 50 anos, os diagnósticos nesse grupo vêm aumentando desde o início dos anos 2000.

No mês passado, pesquisadores da Sociedade Americana do Câncer relataram que a mortalidade por tumores colorretais entre americanos com menos de 50 anos aumentou 1,1% ao ano desde 2005, tornando-se a neoplasia mais letal nessa faixa etária. Este ano, a entidade estima que 3.890 pessoas abaixo dos 50 anos morrerão em decorrência da doença.

Os fatores de risco em qualquer idade incluem obesidade, falta de atividade física, dieta rica em carne vermelha ou processada e pobre em frutas e verduras, tabagismo, consumo excessivo de álcool, doença inflamatória intestinal e histórico familiar de câncer colorretal. Pesquisas recentes também relacionam o aumento de casos precoces ao maior consumo de ultraprocessados e ao sedentarismo, embora essas associações ainda não provem uma causa direta. Em qualquer cenário, a incidência do câncer de cólon e reto está associada a hábitos de vida.

Marshall recomenda o consumo de frutas, verduras e grãos integrais. "A carne [vermelha] não é ruim, mas devemos comer menos", diz ele. Atividades físicas também são indicadas. Estudo recente mostrou que um programa de exercícios de três anos melhorou a sobrevivência de pacientes com câncer de cólon e reduziu a recorrência da doença.

Segundo Lieu e Dwyer, mesmo o consumo moderado de álcool pode aumentar o risco da doença.

Quais são os sintomas do câncer colorretal?

Os sintomas incluem sangue nas fezes ou sangramento retal, mudanças nos hábitos intestinais, como diarreia, constipação ou fezes afinadas por dias, perda de peso involuntária, e cólicas ou dor abdominal. Outro possível sinal é a anemia sem causa aparente, detectada em exames de sangue.

"Não ignore os sintomas. Procure avaliação", enfatizou Marshall. As chances de sobrevivência são muito maiores quando o câncer é diagnosticado cedo, antes de se espalhar.

Quando fazer exames de rastreamento?

As diretrizes médicas recomendam que adultos com risco médio iniciem os exames preventivos aos 45 anos. Quem tem risco aumentado deve conversar com o médico sobre começar essa avaliação ainda mais cedo.

A frequência depende do tipo de detecção. Há várias opções, incluindo testes de fezes, que podem ser feitos anualmente, ou colonoscopias, a cada 10 anos, desde que não sejam encontrados problemas. Exames de sangue para adultos a partir de 45 anos também podem ajudar a detectar a doença.

Pessoas com alto risco – por histórico familiar, doenças hereditárias ou doença inflamatória intestinal – geralmente precisam de colonoscopias mais precoces e frequentes do que a população geral.

O que causa o aumento do câncer colorretal em adultos jovens?

A ciência ainda não definiu uma correlação para o aumento de casos em adultos jovens. Marshall, de Georgetown, destaca que muitos pacientes jovens não apresentam os fatores de risco tradicionais, por exemplo. Ele sugere que mudanças nas bactérias intestinais, o microbioma, poderiam desempenhar um papel.

Outros pesquisadores também investigam o possível impacto do desequilíbrio da microbiota intestinal, conhecido como disbiose, que pode gerar inflamação e efeitos negativos à saúde, incluindo maior risco de câncer.

Além disso, o local onde o tumor aparece ao longo do cólon, que tem formato semelhante a um ponto de interrogação, começando de um lado do abdômen, curvando-se para o outro e terminando no reto, influencia sua agressividade e o tratamento.

Marshall afirma que há uma diferença marcante entre os locais onde tumores tendem a surgir em pessoas mais jovens e mais velhas. Estudos mostram que adultos jovens tendem a desenvolver tumores no lado esquerdo do cólon e no reto, que levam a sintomas mais evidentes, como sangramento e alteração de hábitos intestinais.

<https://g1.globo.com/saude/noticia/2026/02/23/entenda-os-fatores-de-risco-do-cancer-colorretal-que-avanca-entre-jovens.ghtml>

Veículo: Online -> Portal -> Portal G1