



Publicado em 09/03/2026 - 09:50

Câncer colorretal: os números não mentem (e o que você pode fazer agora)

Nos estágios iniciais, a chance de cura supera 90%; em casos avançados, as opções de tratamento existem, mas o caminho é mais longo e difícil

Por Olival de Oliveira Junior*

O Instituto Nacional de Câncer (Inca) acaba de revisar suas projeções para o câncer colorretal no Brasil, e os dados são alarmantes: estima-se agora 26,3 mil novos casos anuais entre homens (não mais os 21,9 mil da estimativa anterior) e 27,5 mil entre mulheres (contra 23,6 mil previstos anteriormente). Isso é um sinal claro de que algo precisa mudar nos nossos hábitos, na nossa cultura e, principalmente, no nosso olhar para a prevenção.

O câncer colorretal é aquele que se desenvolve no intestino grosso, cólon ou reto. Na maioria das vezes, ele começa de forma silenciosa, a partir de pequenas lesões chamadas pólipos, que, se detectadas cedo, são removíveis e tratáveis. O problema é que, sem rastreamento, esses pólipos crescem sem dar sinais.

Os sintomas mais comuns incluem sangue nas fezes, alterações no hábito intestinal (como diarreia ou prisão de ventre alternados), dor abdominal, perda de peso inexplicada, fraqueza e anemia, além de fezes estreitas ou com muco. Como esses sinais muitas vezes são interpretados pelos pacientes como comuns, menores e atribuídos à doença hemorroidária (hemorroidas), o diagnóstico ocorre tardiamente, reduzindo as chances de cura.

Quem está em maior risco?

A idade é o fator de risco mais conhecido. A incidência aumenta significativamente após os 50 anos. Mas a doença tem chegado cada vez mais cedo, e isso está diretamente ligado ao nosso estilo de vida. O consumo excessivo de carnes vermelhas e processadas, o sedentarismo, a obesidade, o tabagismo e o consumo de álcool formam um coquetel perigoso.

Histórico familiar de câncer colorretal ou de pólipos intestinais também eleva consideravelmente o risco, assim como doenças inflamatórias intestinais, como a doença de Crohn e a retocolite ulcerativa.

Prevenir é possível e mais simples do que parece

A boa notícia é que o câncer colorretal é um dos mais evitáveis e tratáveis, quando diagnosticado precocemente. A prevenção e o diagnóstico precoce são pilares fundamentais.

Três entidades médicas, Sociedade Brasileira de Coloproctologia (SBCP), Sociedade Brasileira de Endoscopia Digestiva (Sobed) e Federação Brasileira de Gastroenterologia (FBG) estão à frente de uma campanha denominada Março Azul, que tem o objetivo de conscientizar a população e os profissionais de saúde sobre a importância da adoção de hábitos de vida saudáveis (alimentação equilibrada, atividade física regular e evitar álcool e tabaco) e do rastreamento, como a pesquisa de sangue oculto nas fezes e colonoscopia, especialmente a partir dos 45 anos.

Não é coincidência que estejamos falando disso agora. Março é o mês da conscientização sobre o câncer colorretal, simbolizado pela cor azul. O Março Azul existe exatamente para isto: tirar o tema do silêncio e colocá-lo onde ele precisa estar: na conversa com o seu médico, na sua agenda de exames e na sua família.

Tratamento: quando detectado cedo, as chances são excelentes

O tratamento depende do estágio da doença e pode envolver cirurgia, quimioterapia, radioterapia ou a combinação delas. Nos estágios iniciais, a chance de cura supera 90%. Nos estágios avançados, as opções existem, mas o caminho é mais longo e difícil.

Trinta anos de consultório me ensinaram que o maior inimigo dessa doença não é a sua complexidade, mas sim o desconhecimento e o adiamento. Agende sua consulta. Converse com um especialista. O melhor momento para se cuidar é agora.

*Olival de Oliveira Junior é coloproctologista, presidente da Sociedade Brasileira de Coloproctologia e especialista em cirurgia robótica

<https://veja.abril.com.br/coluna/letra-de-medico/cancer-colorretal-os-numeros-nao-mentem-e-o-que-voce-pode-fazer-agora/>

Veículo: Online -> Site -> Site Veja