

Terça-Feira, 07 de Abril de 2026

# **Março Azul-Marinho: mês de conscientização sobre o câncer colorretal**

**EDUARDO ROMERO**

Azul-marinho é a cor de identificação do mês de março como conscientização e combate ao câncer colorretal (também conhecido como de intestino). Esse tipo de câncer está cada vez mais incidente e é de extrema agressividade quando diagnosticado tardiamente. Além disso, tem sido observado um aumento expressivo de casos na população mais jovem.

Março Azul Marinho é uma campanha criada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para conscientizar as pessoas sobre a importância da prevenção do câncer colorretal. Esse tipo de câncer está associado ao aparelho intestinal que compreende tumores no intestino grosso, cólon, reto e ânus.

Neste ano falar sobre o câncer colorretal é ainda mais importante, uma vez que tivemos exemplos recente de pessoas famosas que tiveram o diagnóstico ou faleceram com essa neoplasia, como as cantoras Simony e Preta Gil que tiveram diagnóstico recente e os ex-jogadores de futebol Pelé e Roberto Dinamite, ambos falecidos

O número estimado de casos novos de câncer de cólon e reto no Brasil, para o triênio de 2023 a 2025, é de 45.630 por ano, segundo estimativas do INCA. Desses, 21.970 são entre os homens e 23.660, entre as mulheres. Sem considerar os tumores de pele não melanoma, o câncer de cólon e reto ocupa a terceira posição entre os tipos de câncer mais frequentes no País, sendo o segundo entre homens e mulheres.

Os sintomas são: Diarreia ou constipação; Sensação de que o intestino não é completamente esvaziado; Presença de sangue nas fezes; Mudança na aparência das fezes; Dor abdominal tipo cólica, sensação de inchaço abdominal; Cansaço e fadiga; Perda de peso sem um motivo específico.

Atenção fatores de risco: Obesidade e sobrepeso; Sedentarismo; Consumo de carnes processadas; Consumo de carne vermelha em excesso (recomendação é de consumir 500 gramas de carne vermelha por semana); Tabagismo; Consumo excessivo de bebida alcoólica (não existe quantidade segura); Idade avançada, apesar de um número cada vez maior de diagnóstico em jovens; História familiar de câncer de intestino.

Os exames de rastreamento são sangue oculto nas fezes, para todas as pessoas como exame de rotina, e a colonoscopia, indicada para ser realizada como exame de rotina para pessoas acima de 45 anos que não possuem história familiar de neoplasia e assintomáticas. Na presença de sintomas, como diarreia e constipação frequentes, discuta com seu médico o momento de realizar o rastreamento.

Se houver presença de familiar de primeiro grau que tenha neoplasia colorretal até os 60 anos, o indicado é iniciar o rastreamento com 10 anos a menos, como por exemplo tio paterno teve câncer colorretal aos 45 anos, deve-se realizar o exame aos 35 anos, mesmo que sem sintomas. Pacientes com história familiar relevante de casos de neoplasia, presença de síndromes genéticas (ex: Síndrome de Lynch, polipose adenomatosa familiar) o rastreamento deve ser iniciado de forma mais precoce e discutido com seu médico quando iniciar e a periodicidade.

Os tratamentos dependem de cada caso e do estadio da doença, por isso, cada tratamento deve ser individualizado. Alguns exemplos de tratamentos para o câncer colorretal são Cirurgia, Quimioterapia, Radioterapia, Imunoterapia e Terapias-alvo.

**Dr. Eduardo Romero** é Oncologista Clínico no Hospital de Câncer de Mato Grosso (CRM-MT: 9.463/RQE: 6.276)