

## Um mal da nova geração

Tipo de Clipping: Impresso

Data: 21/10/2018

Veículo: Revista do Correio - Correio Braziliense

Estudo mostra que jovens têm mais chance de desenvolver câncer colorretal. Maus hábitos alimentares, tabagismo, ingestão de álcool e falta de exercício físico estão entre os fatores de risco

POR ANDRÉ BAIOFF\*

O câncer colorretal é o terceiro mais comum do mundo. No Brasil, o Instituto Nacional do Câncer (Inca) estima uma média de 36 mil novos casos todos os anos — tanto em mulheres (18 mil) quanto em homens (17 mil). Além disso, em 2017, levantamento divulgado pela American Cancer Society (ACS, sigla para Sociedade Americana de Câncer) revela que houve aumento da incidência da doença entre pessoas com menos de 50 anos.

Segundo a pesquisa, tem aumentado os casos de tumores colorretais em millennials — jovens adultos nascidos nas décadas de 1980 e 1990. Essa população tem o dobro de risco de desenvolver câncer no cólon (parte do intestino grosso) e quatro vezes mais chance de receberem um diagnóstico de câncer no reto em comparação à geração baby boomers (com mais de 55 anos).

Nas últimas décadas, na população mais velha, houve diminuição de casos e de mortes. Como é um compartimento novo, ainda carece de estudos, dados precisos e causas exatas. Mas alguns fatores estão relacionados ao problema. "Como o aumento de obesidade e diabetes, a falta de atividades físicas regulares, o redução de consumo de vegetais e o aumento no consumo de alimentos industrializados e de álcool", explica André Soares, oncologista do Centro Paulista de Oncologia (CPO).

O médico destaca ainda outros fatores, como algumas condições hereditárias, doenças inflamatórias intestinais, dietas hiperproteicas e baixo consumo de fibras e cálcio. Marlene Cunha Taveira, oncologista em tumores gastrointestinais e raras do Hospital do Câncer Anchieta, diz que pacientes com doença inflamatória intestinal têm maior risco de desenvolver câncer colorretal. "Ao receber a confirmação da doença inflamatória, o risco é em torno de 2%, mas pode subir para 20% após 30 anos do diagnóstico."

Segundo a oncologista clínica Regina Hercules Vidal, a prevenção é a melhor estratégia. Ela explica que, no Brasil, é orientado que pessoas a partir dos 50 anos façam o exame de colonoscopia e, em pessoas com histórico familiar da doença, seja feito 10 anos antes. Nos casos de doenças inflamatórias crônicas — como retocolite ulcerativa e a doença de Crohn —, é indicado a colonoscopia oito anos após o início dos sintomas.

"Devido a alterações celulares, chamadas displasias, essas doenças podem evoluir para um carcinoma (o tumor maligno)", alerta Regina. Qualidade de vida, reforça a médica, está ligada ao controle do peso corporal — com dietas equilibradas, pouca ingestão de gorduras de origem animal, de alimentos processados e com açúcares. Além do hábito de praticar atividades físicas.

\*Estagiário sob supervisão de Sibeile Negromonte

# Um mal da nova geração

## DOENÇAS INTESTINAIS

Regina Hercules Vidal, oncologista clínica do Hospital do Câncer Anchieta, explica algumas das principais doenças inflamatórias. Confira:



1 Os sintomas mais comuns são dor abdominal tipo cólica, diarreia prolongada, desidratação e emagrecimento.

2 As causas são multifatoriais. Entre elas, suscetibilidade genética — de 20% a 25% dos pacientes com pais afetados pela enfermidade têm chance de desenvolver a doença ao longo da vida.

3 Dietas ricas em alimentos processados, frituras, gorduras poli-insaturadas e açúcar refinado podem aumentar a possibilidade de desenvolver as doenças.

4 Amamentação nos primeiros anos de vida fornece uma proteção.

## RISCO

De acordo com a pesquisa apresentada pela ACS, cinco em cada um milhão de pessoas no faixa entre 70 e 75 anos terá câncer colorretal. Quando considerados os nascidos nos anos 1950, a variação cai para três a cada um milhão.

As principais causas dessa mudança de perfil estão relacionadas aos maus hábitos cotidianos: falta de exercícios físicos e ingestão de alimentos pobres em vitaminas e fibras. Fatores que também contribuem para o sobrepeso e a obesidade — uma epidemia global que atinge 1,9 bilhão de pessoas no mundo, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS).

Os tumores de cólon e reto ainda são mais prevalentes entre idosos. Do total de pacientes diagnosticados atualmente nos Estados Unidos, por exemplo, 30% têm menos de 55 anos. E esse percentual deve continuar aumentando ao longo dos próximos anos se não forem adotadas medidas de conscientização sobre as causas e importância do diagnóstico precoce para tratamento da doença.

Fonte: Andrew Szeles, é oncologista do Centro Nacional de Oncologia (CFO).

## PREVENÇÃO

A conscientização é importante desde a infância — com a criação de hábitos saudáveis, melhora-se a qualidade de vida. Isso faz com que se reduza o risco de desenvolver diversas enfermidades, entre elas o câncer e as doenças cardiovasculares.

## Palavra do especialista

### O que tem introduzido a geração millennial no grupo de risco para câncer colorretal?

Alguns hábitos como tabagismo, alcoolismo, sedentarismo e consumo excessivo de alimentos industrializados podem ser o gatilho para o desenvolvimento do câncer de intestino. Segundo levantamento do Instituto Nacional do Câncer (Inca), em 2018, estima-se 17.380 novos casos de câncer de cólon e reto em homens e 18.980 em mulheres.

### Quanto ao tratamento, é necessário que seja com equipe multiprofissional? Quais profissionais são mais importantes para o tratamento desse tipo de câncer?

Após o diagnóstico, é muito importante ter a avaliação de várias especialidades médicas, como o radiologista, que avalia os exames de imagem para dar uma diretriz sobre o estadiamento; médico patologista, cirurgia oncológica, oncologista clínico, para que esse grupo de profissionais planeje a melhor estratégia de tratamento.

### O cenário de jovens com câncer colorretal ainda carece de estudos. Qual seria a eficácia do tratamento para o público mais novo?

O mais importante é estar atento à prevenção, pois diagnóstico precoce pode obter a cura em até 95% dos casos. Hábitos saudáveis, como boa alimentação e prática de exercícios, são importantes. Ter atenção ao histórico familiar e fazer exames preventivos são fundamentais. Uma vez diagnosticado, a estratégia de tratamento é a mesma: com equipe multidisciplinar.

Regina Hercules Vidal é oncologista clínica do Hospital do Câncer Anchieta.



### Refs proporciona mais facilidade para regularização de dívidas



O Programa de Refinanciamento de Dívidas (Refs) da Geap é uma facilidade já difundida entre os beneficiários de todo o Brasil, que possibilita a regularização de pendências financeiras. Podem recorrer à alternativa os inadimplentes ou com atraso de pagamento superior a 90 dias.

Entre as vantagens, estão: descontos, parcelamentos e entrada mínima. Para conhecer mais detalhes e aderir ao Refs, o beneficiário interessado pode se dirigir às sedes da Geap nas capitais brasileiras, ou telefonar para a Central Nacional de Teletendimento, pelo número: 0800 728 8300 (e escolher a opção "Informações Financeiras").

### App Geap Saúde agiliza diversos serviços para os beneficiários

Cuidar da saúde está ainda mais prático e rápido. Milhares de beneficiários já baixaram, gratuitamente, o aplicativo **Geap Saúde** no celular e têm acesso a serviços diversos na palma da mão.

O app **Geap Saúde** está disponível para download nas plataformas iOS e Android. Com versões atualizadas frequentemente, ele permite consultar a rede credenciada, acessar a segunda via de boletos, visualizar o cartão Geap e consultar informações, tirar dúvidas no atendimento on-line, fazer atualizações cadastrais e enviar solicitações diversas.



A Geap acolhe e cuida de você



/geapsaude



@geapsaude



Canal GEAP