



Prevenção

do Câncer de Intestino



**MARÇO
AZUL** 2025

Prevenção do
Câncer de Intestino



CHEGOU A HORA
**DE SALVAR
SUA VIDA**

Previna-se contra o
câncer de intestino

O **Março Azul** é uma campanha de combate ao câncer de intestino, doença silenciosa que requer atenção aos seus sinais e fatores de risco.

Com diagnóstico precoce, o câncer de intestino tem até 90% de chances de cura.

Converse com seu médico e adote uma vida com mais prevenção, menos excessos e tolerância zero a práticas que colocam sua saúde em risco.



É o **3º tumor**
que mais mata
no Brasil.



Atinge mais de
45,6 mil pessoas
por ano no país.



Acomete principalmente
homens e mulheres com
45 anos ou mais, além de
pessoas com histórico familiar.

POR ISSO, ATENÇÃO AOS FATORES DE RISCO PARA UMA vida com **saúde!**

Fatores de **RISCO!**

- Histórico pessoal ou familiar de pólipos ou câncer de intestino;
- Histórico pessoal de doença inflamatória intestinal e Diabetes 2.

Fatores de risco evitáveis: obesidade, sedentarismo, tabagismo, alcoolismo e dieta inadequada.

Sinais de **ALERTA!**

- Sangue nas fezes;
- Dor e cólica abdominal frequente por mais de 30 dias de duração;
- Alteração no ritmo intestinal de início recente (quando um indivíduo, que tinha o funcionamento intestinal normal, passa a ter diarreia ou constipação);
- Emagrecimento rápido sem uma causa conhecida;
- Anemia, cansaço e fraqueza.

Se apresentar algum desses sintomas, procure um médico de sua confiança ou um serviço de saúde mais próximo.

Exame preventivo para **saúde!**

A forma mais efetiva de rastrear o câncer de intestino é iniciar a partir dos 45 anos de idade, mesmo que você não sinta nada. O médico poderá avaliar em uma consulta se há a necessidade ou não de realizar de imediato uma colonoscopia ou se você poderá rastrear de outra forma, como pela pesquisa de sangue oculto nas fezes. Manter uma rotina de atividade física, alimentação rica em fibras, diminuindo a ingestão de álcool e evitando o tabagismo, aumenta as suas chances de estar livre dessa doença. Entretanto, consultas regulares anuais poderão diminuir ainda mais o seu risco de desenvolver o câncer de intestino.

Realização:

 **SOBREM**
SOCIIDADE
BRASILEIRA DE
ONCOLOGIA
E ENDOSCÓPIA
DIGESTIVA



Apoio Institucional:



**CHEGOU A HORA
DE SALVAR
SUA VIDA**

Previna-se contra o
câncer de intestino