



O **SEGUNDO LUGAR**
também importa!

CÂNCER COLORRETAL



2º

➔ **CÂNCER COLORRETAL**
SEGUNDO MAIS
INCIDENTE EM MULHERES



1º

CÂNCER DE MAMA



3º

CÂNCER DO COLO DO ÚTERO

CÂNCER COLORRETAL: COMBATE E CUIDADO



CÂNCER COLORRETAL

18.980
CASOS EM
MULHERES
EM 2019 NO BRASIL

2º MAIS
FREQUENTE
ENTRE
AS MULHERES

MAIS DE 90%
DOS CASOS
DIAGNOSTICADOS
APÓS OS
50 ANOS
DE IDADE

Se você tem mais de 50 anos, está no grupo de risco, isto é, tem histórico familiar de pólipos ou câncer colorretal ou parentes de primeiro grau com câncer, ou apresenta sinais e sintomas, fale com um médico!



COMO PREVENIR?



Coma menos carne vermelha ou processada



Adote uma dieta rica em vegetais, frutas e grãos integrais



Reduza o consumo de álcool



Aumente a frequência e a intensidade de atividades físicas



Mantenha seu peso equilibrado e evite o acúmulo de gordura na região abdominal



Pare de fumar



SINAIS E SINTOMAS: PROCURE UM MÉDICO.



Diarreia ou
constipação



Sensação de não esvaziamento
completo do intestino



Presença de
sangue nas fezes



Dor abdominal
e inchaço



Perda de peso
sem motivo



Cansaço e
fadiga constantes



ESTÁ COM 50 ANOS OU MAIS OU JÁ TEVE CASOS NA FAMÍLIA?

Procure seu médico e converse sobre quando fazer os exames: **imunoquímico fecal (sangue oculto nas fezes)** e **colonoscopia**.





ESTOU COM CÂNCER COLORRETAL, E AGORA?

É muito importante saber o estadiamento do câncer e entender qual o seu tipo e subtipo da doença para definir qual o melhor tratamento para você. Converse com seu oncologista sobre as opções abaixo.



CIRURGIA



ABLAÇÃO E EMBOLIZAÇÃO



RADIOTERAPIA



QUIMIOTERAPIA



IMUNOTERAPIA



TERAPIA-ALVO



OUTROS TIPO DE CÂNCER MAIS FREQUENTE EM MULHERES:



MAMA | Posso fazer minha parte?



Mamografia
anualmente
(a partir dos
40 anos)



Exame clínico
das mamas pelo
ginecologista



Conheça
suas
mamas



Faça exercícios
regularmente



PULMÃO | Posso fazer minha parte?



O tabagismo é a
principal causa

Faça seu planejamento
para parar de fumar

Procure ajuda
com seu médico



COLO DO ÚTERO | Posso fazer minha parte?



Vacine seu filho (de 11 a 14 nos) e sua filha (de 9 a 14 anos) contra o hpv



Faça o papanicolaou, pegue o resultado e retorne ao ginecologista



OVÁRIO | Posso fazer minha parte?



Alguns sintomas: aumento do volume e dor abdominal e necessidade urgente de urinar

Diante de sintomas, vá ao ginecologista



ATENÇÃO!

- Não tenha medo da informação, ela é sua grande aliada no combate ao câncer.
- Mantenha seu peso adequado, tenha uma alimentação saudável e faça exercícios físicos regularmente. Essas medidas são fundamentais para prevenir diversos tipos de câncer.
- E se o diagnóstico de um câncer se tornar realidade, não se esqueça: você não está sozinho! Conte com o Instituto Oncoguia!

instituto
Oncoguia10
ANOS

LIGUE CÂNCER - APOIO E ORIENTAÇÃO

0800 773 1666

f @ t in v ONCOGUIA

WWW.ONCOGUIA.ORG.BR

BAIXE O APP ONCOGUIA  