

No mundo, o tumor do tipo colorretal aumenta entre pessoas com menos de 50 anos, com crescimento de 500% na faixa dos 10 aos 14 observado nos Estados Unidos. Hábitos alimentares estão entre os principais fatores de risco modificáveis da doença

# Câncer de intestino avança entre jovens

» PALOMA OLIVETO

O câncer colorretal avança sobre adolescentes, jovens e adultos com menos de 25 anos, alerta um estudo da Universidade de Missouri-Kansas City, nos Estados Unidos, que será apresentado em 20 de maio em Washington, na Semana de Doenças Digestivas, uma jornada científica de três sociedades médicas norte-americanas. Com base em dados de 1999 a 2020, a pesquisa demonstra que, em duas décadas, a incidência desse tipo de tumor cresceu 500% na faixa dos 10 aos 14 anos; 333% dos 15 aos 19, e 185% dos 20 aos 24.

A descoberta vai ao encontro de outros estudos recentes, que demonstram um crescimento da doença em pessoas de até 55 anos, observado no mundo todo. No Brasil, os casos de câncer de intestino aumentam em todas as faixas etárias, incluindo os mais jovens, e um estudo do Instituto do Câncer do Estado de São Paulo (Icesp) detectou, em 2019, um crescimento de 15% em jovens adultos.

“O câncer colorretal não é mais considerado apenas uma doença da população idosa”, atesta Islam Mohamed, do Departamento de Medicina Interna da Universidade de Missouri-Kansas City e principal autor da nova pesquisa, que será apresentada em Washington. “É importante que o público esteja ciente dos sinais e sintomas do câncer colorretal”, destaca (veja quadro ao lado).

## Dados

Para a pesquisa, Mohamed usou informações do banco de dados do Centro de Controle de Doenças (CDC) norte-americano, referentes a pessoas de 10 a 44 anos, em um período de 20

anos. Em 2020, a taxa do tumor de intestino em crianças de 10 a 14 foi de 0,6 por 100 mil habitantes, comparado a 0,1/100 mil, em 1999. Os diagnósticos em adolescentes de 15 a 19 passaram de 0,3 para 1,3 por 100 mil. Já em jovens de 20 a 24 anos, o aumento foi de 0,7 para 2 por 100 mil no período.

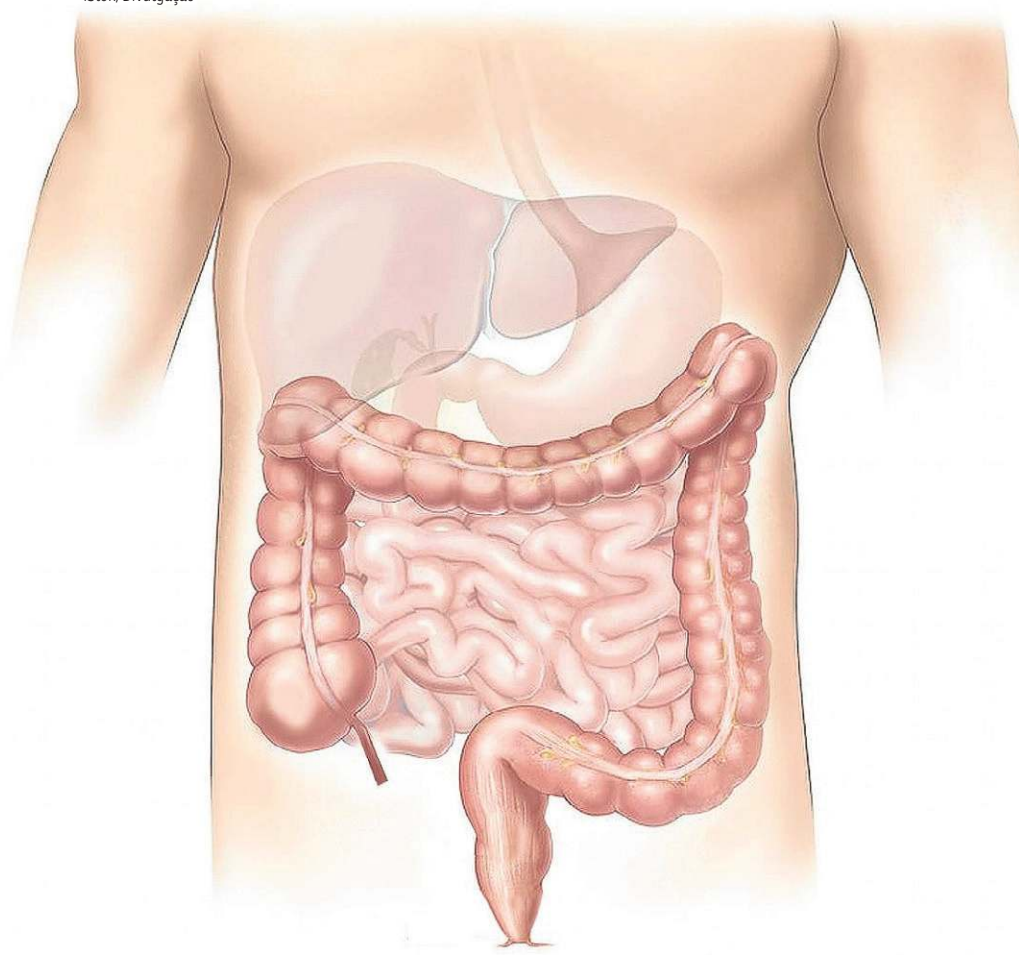
Nas faixas etárias mais altas também foram verificados aumentos de 1999 a 2020: 71% dos 30 aos 34 anos; 58% dos 35 aos 39 e 37% dos 40 aos 44. Esse último grupo teve a maior taxa de incidência em 2020 — 20 casos por 100 mil pessoas.

Segundo Mohamed, o aumento da incidência entre crianças, adolescentes e jovens não é suficientemente grande para se sugerir um rastreamento generalizado por colonoscopia, o exame que detecta a doença, além de apontar lesões pré-cancerígenas. Contudo, o médico defende abordagens mais personalizadas.

Os fatores de risco incluem história familiar de doença inflamatória intestinal ou de câncer colorretal. Entre os modificáveis, ou seja, que podem ser combatidos, estão obesidade, uso de tabaco, consumo de álcool e hábitos alimentares como baixo consumo de fibras, ingestão de carnes processadas ou bebidas adoçadas com açúcar, e dieta rica em gordura.

“O estilo de vida sedentário, a presença de bactérias que tendem a causar tumores, o uso de antibióticos e aditivos dietéticos são contribuintes potenciais, mas não firmemente estabelecidos, para o risco de câncer colorretal”, diz Islam Mohamed. Ele ressalta que os sintomas mais comuns no início da doença incluem alterações nos hábitos intestinais (constipação ou diarreia), dor abdominal, hemorragia retal e sinais de anemia por deficiência de ferro.

istok/Divulgação



## » O que se deve saber

O tumor maligno se desenvolve no intestino grosso, também chamado de cólon e reto. Em geral, surge a partir de pólipos, lesões benignas que crescem na parede intestinal.

### Sinais de alerta

- » Sangue nas fezes
- » Mudança do hábito intestinal
- » Dor ou desconforto abdominal
- » Alteração na forma das fezes
- » Fraqueza e anemia
- » Perda de peso sem causa aparente
- » Massa abdominal

### Como prevenir

- » Praticar atividade física
- » Evitar o consumo de carne processada

- » Limitar o consumo de carne vermelha a no máximo 500g de carne cozida por semana
- » Fazer dos alimentos de origem vegetal, como frutas, verduras, legumes e grãos, a base da alimentação
- » Não fumar
- » Evitar consumo de bebidas alcoólicas

### Fatores de risco

- » Obesidade
- » Consumo de carne vermelha acima da quantidade recomendada
- » Alimentação pobre em fibras
- » Tabagismo
- » Bebida alcóolica
- » História pessoal ou familiar de pólipos, doenças inflamatórias intestinais ou câncer colorretal

Fonte: Instituto Nacional do Câncer (Inca)

## Prevenção

Segundo o diretor técnico do Núcleo de Motilidade Digestiva e Neurogastroenterologia do Hospital Igesp, Ricardo Guilherme Viebig, a forma mais eficaz de detecção da doença é a pesquisa de sangue oculto nas fezes, além do exame de colonoscopia. “A colonoscopia é muito eficaz no combate e na prevenção, isso porque é capaz de identificar precocemente a incidência do câncer, o que é de extrema importância para a cura. Ela detecta e remove os pólipos sem precisar de cirurgia e, se houver tumores pequenos, também são removidos, muitas vezes, sem complicações”, explica.

Viebig destaca que o aumento do número de casos entre pacientes mais jovens mudou a indicação etária do exame, antes sugerido para pessoas com mais de 55 anos. “Nos últimos anos, a incidência da doença em pessoas com idades de 20 a 39 vem crescendo entre 1% e 2,4%. Portanto, o ideal é que o exame seja realizado já a partir dos 45 anos”, alerta. “Quando o câncer é detectado em estágio inicial, tem grande chance de ser tratado com sucesso, confirmando a importância do rastreamento e detecção precoce”, completa.

O médico do Hospital Igesp destaca a importância da alimentação como estratégia preventiva. “O consumo de alimentos ricos em fibras ajuda a cuidar da saúde intestinal e auxilia na manutenção da flora. Logo, uma dieta pobre em fibras, associada ao consumo excessivo de industrializados e carne vermelha, especialmente gordurosas, é considerada propulsora desse tipo de câncer”, ressalta.

## » Tubo de ensaio | Fatos científicos da semana

### SEGUNDA-FEIRA, 6 RELEITURA HISTÓRICA

Nos próximos três anos, a Biblioteca da Universidade de Mainz, em colaboração com instituições em Speyer, Worms e Mainz, na Alemanha, fará a digitalização de 462 manuscritos medievais, totalizando cerca de 170 mil páginas. O esforço permitirá o acesso público a preciosidades culturais pela primeira vez, incluindo obras como o *sacramentário da Abadia de St. Alban*, datado do século 9, e os seis livros corais dos Carmelitas, do século 14. Muitos desses manuscritos remontam à Alta Idade Média, representando uma variedade de períodos e tradições culturais. Além de proteger os documentos, a digitalização proporcionará uma visão mais ampla e sistemática do patrimônio textual medieval na região do Reno, além de permitir novas oportunidades de exploração e pesquisa. O Portal de Manuscritos dos Centros de Manuscritos Alemães irá disponibilizar referências para as fontes digitalizadas, enquanto o portal Gutenberg Capture da Biblioteca da Universidade de Mainz garantirá a acessibilidade e o arquivamento a longo prazo.

Christian George / Biblioteca da Universidade de Mainz



### Quarta-feira, 8 CONCENTRAÇÃO TÓXICA

Um estudo realizado por pesquisadores da Irlanda, com o apoio da IBM Research - Tóquio, alerta sobre os riscos à saúde causados por cigarros eletrônicos com sabor, os chamados vapes. Os cientistas descobriram a presença

de mais de 500 produtos químicos potencialmente nocivos nesses vaporizadores, quando o aroma líquido é aquecido a altas temperaturas. Desses, 127 foram classificados como “Tóxicos Agudos”, 153 como “Perigos para a Saúde” e 225 como “Irritantes”. A equipe de pesquisa da Universidade RCSI de Medicina e Ciências da Saúde, em Dublin, usou inteligência artificial (IA) para simular os efeitos do aquecimento de produtos químicos com sabor de e-líquido encontrados em vapes de nicotina. Publicada na *Scientific Reports*, a pesquisa destaca a necessidade urgente de políticas de saúde pública relativas aos vapes aromatizados. No Brasil, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) manteve, no mês passado, a proibição aos cigarros eletrônicos. São vedadas a comercialização, fabricação e importação, transporte, armazenamento e propaganda desses produtos.



Pexels/Divulgação

### Quinta-feira, 9 TIKTOK VAI MARCAR CONTEÚDO DE IA

O TikTok anunciou que começará a marcar automaticamente o conteúdo gerado com a tecnologia de inteligência artificial (IA) de várias plataformas, incluindo o Dall-E da OpenAI, bem como as próprias ferramentas e geradores da empresa. “O conteúdo gerado por IA é uma saída criativa incrível, mas a transparência para os usuários é fundamental”, disse Adam Presser, diretor de confiança e segurança da plataforma, mundialmente popular para compartilhar vídeos curtos, principalmente voltados para jovens. A autenticação, segundo ele, tornou-se fundamental diante do rápido desenvolvimento da tecnologia, que está preocupando as autoridades devido à proliferação de “deepfakes”, conteúdo falso que parece quase real. A nova marcação incluirá conteúdo criado com a ferramenta Firefly da Adobe, os geradores de imagens de IA do próprio TikTok e o Dall-E da OpenAI, disseram funcionários do TikTok ao *Financial Times*.

## Terça-feira, 7

### SEDENTARISMO PRESSIONA CORAÇÕES ADOLESCENTES

Uma pesquisa finlandesa, publicada no *Journal of the American Heart Association*, constatou que uma rotina sedentária desde a infância sobrecarrega o coração na adolescência. A pesquisa, realizada em parceria pela Faculdade de Ciências do Desporto da Universidade de Jyväskylä e pelo Instituto de Biomedicina da Universidade do Leste da Finlândia, acompanhou o comportamento de 153 crianças por oito anos. Os especialistas verificaram que a carga de trabalho cardíaco foi particularmente elevada em adolescentes que acumulavam baixos níveis de atividade física vigorosa. “Os jovens passam de nove a 10 horas por dia sendo sedentários”, ressaltou Eero Haapala, da Universidade de Jyväskylä. “Apenas um em cada 10 adolescentes acumulou 60 minutos diários de atividade física moderada a vigorosa. São números preocupantes.”