

# CÂNCER DE INTESTINO

Um alerta para a  
importância do diagnóstico  
e do tratamento precoces



MÊS DE CONSCIENTIZAÇÃO  
E PREVENÇÃO DO CÂNCER  
DE INTESTINO



**CEARÁ**  
GOVERNO DO ESTADO  
SECRETARIA DA SAÚDE



Considerado o 3º tipo de câncer que **mais acomete a população no Brasil**, o câncer de intestino atinge mais de 40 mil pessoas todos os anos.

A doença é mais comum em **homens e mulheres a partir dos 45 anos ou com casos na família.**

O mais preocupante é que **85% dos casos são diagnosticados em fase avançada.**



**CEARÁ**  
GOVERNO DO ESTADO  
SECRETARIA DA SAÚDE





# ATENÇÃO PARA OS SINAIS DE ALERTA:

- **Sangue nas fezes;**
- **Dor e cólica abdominal frequente por mais de 30 dias;**
- **Alteração no hábito intestinal;**
- **Emagrecimento rápido sem causa conhecida;**
- **Anemia, cansaço e fraqueza.**

Se apresentar algum desses sintomas, procure um médico.



**CEARÁ**  
GOVERNO DO ESTADO  
SECRETARIA DA SAÚDE



A prevenção ao câncer de intestino começa com pequenas mudanças de hábito.  
**Saiba como prevenir e cuidar da sua saúde:**



**Pratique, pelo menos, 30 minutos de atividade física por dia.**



**Não fume e evite bebidas alcoólicas.**



**Beba, no mínimo, dois litros de água por dia.**



**Tenha uma alimentação variada e rica em fibras, incluindo porções de frutas, verduras e legumes todo dia.**



**CEARÁ**  
GOVERNO DO ESTADO  
SECRETARIA DA SAÚDE





**Opte por cereais integrais, como arroz, aveia, cevada, trigos e outros.**



**Reduza o consumo de carnes vermelhas.**



**Evite carnes salgadas e processadas, como presunto, linguiça, mortadela e outros embutidos e defumados.**



**Mantenha o peso adequado para a sua altura.**



**Se tiver 45 anos ou mais, faça exames de rastreamento. Ele identifica lesões que antecedem o câncer e é fundamental para o diagnóstico precoce. Se tiver casos na família, antecipe esses exames.**



**CEARÁ**  
GOVERNO DO ESTADO  
SECRETARIA DA SAÚDE



**O câncer de intestino tem cura  
e o caminho passa pelo diagnóstico precoce.**

**Cuide-se e compartilhe essas informações  
para que mais pessoas possam se prevenir.**



**CEARÁ**  
GOVERNO DO ESTADO  
SECRETARIA DA SAÚDE

[www.saude.ce.gov.br](http://www.saude.ce.gov.br)

