

Triagem de Câncer de Cólon

Beth Israel Lahey Health 
Beth Israel Deaconess
Medical Center

Colon Cancer Screening, Portuguese



O que você deve saber

- **1 entre 23 homens** e **1 entre 25 mulheres** têm câncer de cólon.
- Testes de **triagem** podem ajudar a encontrar o câncer precocemente, quando é mais fácil de tratar.
- A triagem é recomendada para **todos** com **45 ou mais anos**, mesmo que não haja histórico de câncer de cólon na sua família.
- Há **diferentes testes de triagem disponíveis**; você pode fazer alguns em casa sem fazer uma colonoscopia.
- **Não espere por sintomas.** Quando aparecerem sintomas, a doença já pode ter se espalhado.



O que você pode fazer

- Um **estilo de vida saudável** pode ajudar a prevenir o câncer de cólon:
 - Não fume
 - Evite álcool
 - Exercite-se regularmente
- Faça uma **dieta** com mais frutas, vegetais e proteína magra (frango, peixe) e menos carne vermelha e processada (frios/carne para lanches, cachorro-quente, porco, vaca)
- O câncer não para durante a pandemia. **Não espere!**
- **Fale com seu médico** sobre se examinar e qual é o melhor exame para você.
- Para **agendar a colonoscopia**, em Boston/Wellesley/Lexington ligue para: 617-754-8888, para Needham, ligue para: 781-453-3688.



Se teste. Proteja a sua vida.