

Cancro e obesidade: uma relação pouco reconhecida

O TABACO É RECONHECIDO AMPLAMENTE COMO UMA IMPORTANTE CAUSA DE CANCRO. NO ENTANTO, ATUALMENTE A OBESIDADE É O PRINCIPAL FATOR DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DE CANCRO. APLICAR MEDIDAS DE COMBATE À OBESIDADE E EXCESSO DE PESO É FUNDAMENTAL PARA GANHAR A BATALHA CONTRA O AUMENTO DE PREVALÊNCIA DAS DOENÇAS ONCOLÓGICAS.



O cancro do esófago, estômago e colon/reto atinge anualmente milhares de portugueses. Estes cancros são preveníveis com a adoção de uma alimentação saudável, redução do excesso de peso e realização de rastreios.

parte destes diagnósticos poderá ser prevenida com uma estratégia nacional de combate à obesidade.

As taxas de fumadores têm diminuído, pelo que se acredita que as crianças podem estar a entrar numa geração livre de tabaco. No entanto, as taxas de obesidade têm aumentado e atingiu-se um novo recorde devastador de obesidade infantil. Até agora, os investigadores identificam a obesidade como a causa principal de 13 tipos de cancro, mas os mecanismos não são totalmente compreendidos. Portanto, mais estudos são necessários para descobrir o porquê do excesso de gordura corporal ser causador de cancro.

O Cancer Research UK lançou uma campanha nacional para aumentar a consciencialização sobre a relação obesidade e cancro. A gordura corporal em excesso envia sinais que podem fazer com que as células se dividam com mais frequência e que podem causar danos que se acumulam com o tempo e aumentam o risco de cancro. A campanha compara o tabagismo e a obesidade para mostrar como a mudança de política pode ajudar as pessoas a adotar hábitos mais saudáveis.

A associação quer que o Governo aja de acordo com a ambição de reduzir pela metade as taxas de obesidade infantil até

2030 e limitar as propagandas de comida processada na TV e online, juntamente com outras medidas, como restringir ofertas promocionais de alimentos e bebidas não saudáveis.

Não existem milagres para reduzir a obesidade, mas a diminuição das taxas de tabagismo ao longo dos anos – em parte graças à publicidade e às proibições ambientais – mostra que a mudança liderada por políticas governamentais funciona. Era necessário combater as elevadas taxas de tabagismo e agora o mesmo acontece com a obesidade. O mundo atual não facilita a saúde e são necessárias ações do Governo, a fim de mudar a situação. No entanto, algumas mudanças no estilo de vida, como substituir alimentos processados por opções mais saudáveis e manter-se uma rotina de atividade física, podem ajudar a reduzir o risco de cancro.

Qual o papel do Gastroenterologista?

A Gastroenterologia é a especialidade médica que estuda o aparelho digestivo e desempenha um papel muito importante na prevenção do cancro digestivo. O cancro do esófago, estômago e colon/reto atinge anualmente milhares de portugueses. Estes cancros são preveníveis com a adoção de uma alimentação saudável, redução do excesso de peso e realização de rastreios como a endoscopia e colonoscopia.

Por outro lado, o gastroenterologista tem, cada vez mais, um papel importante no tratamento de obesidade por endoscopia. São exemplos de métodos endoscópicos o balão intragástrico ajustável e o sleeve endoscópico. Estes procedimentos são realizados através da boca, com apoio de um equipamento – endoscópio – alterando a anatomia e fisiologia do estômago de modo a auxiliar o paciente com obesidade grau I e II a sentir-se saciado com menor quantidade de alimentos. Não podia deixar de realçar a importância da Nutricionista nestes tratamentos: a mudança de hábitos alimentares e re-educação alimentar é a pedra basilar de qualquer tratamento de obesidade e excesso de peso.

Não existem milagres para reduzir a obesidade, mas a diminuição das taxas de tabagismo ao longo dos anos mostra que a mudança liderada por políticas governamentais funciona.

O Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge efetuou um estudo com o objetivo de descrever as prevalências de excesso de peso e de obesidade na população portuguesa em 2015. Os resultados mostraram que cerca de 40% da população portuguesa padece de excesso de peso ou obesidade.

Um estudo do Cancer Research UK mostrou que o número de indivíduos com obesidade superou em quantidade o de indivíduos fumadores de 2 para 1. O estudo revelou que o excesso de peso ou obesidade supera o tabagismo como a principal causa de quatro tipos de cancro diferentes. Um estudo da Direção Geral de Saúde estima que, em 2025, mais de 50.000 portugueses sejam diagnosticados com cancro. Certamente, uma grande

TRATAMENTOS ENDOSCÓPICOS DE OBESIDADE



BALÃO AJUSTÁVEL



SLEEVE ENDOSCÓPICO



GASTROCLINIC

Av. Luis Bivar 93D Lisboa
Rua 16, 646 Espinho
www.gastroclinic.pt