



Australian Government

NATIONAL BOWELCANCER

SCREENING PROGRAM



Folheto Informativo

Linha de Apoio ao Kit de
Teste 1800 930 998

Linha de Informação sobre o
Programa: 1800 118 868



Sobre o Programa Nacional de Rastreio de Cancro do Cólon	3
Cancro do Cólon	5
O seu Kit de Teste	9
Colonoscopia	13
Registo no Programa	14
Precisa de ajuda?	20

Direitos de autor

© 2017 Commonwealth of Australia representada pelo Ministério da Saúde

Este trabalho tem direitos de autor. Pode copiar, imprimir, descarregar, exibir e reproduzir no todo ou em parte, sem emendas, para seu uso pessoal ou, se fizer parte de uma organização, para uso interno dessa organização, mas apenas se você ou a sua organização:

- (a) não utilizarem a cópia ou reprodução para qualquer fim comercial; e
- (b) mantiverem este aviso de direitos de autor e todas as declarações de exoneração de responsabilidade como parte integrante dessa cópia ou da reprodução.

Para além dos direitos conferidos pela Lei de Direitos de Autor 1968 (Copyright Act 1968 (Cth) ou permitidos por este aviso de direitos de autor, todos os direitos são reservados, incluindo (mas não limitados a) todos os direitos comerciais.

Os pedidos e questões relativas à reprodução e outros direitos de utilização devem ser dirigidos a Communication Branch, Department of Health, GPO Box 9848, Canberra ACT 2601 ou através de correio eletrónico para copyright@health.gov.au

Este folheto informativo não pretende ser exaustivo e visa apenas servir como guia. Não deve substituir parecer médico individual e se estiver preocupado com a sua saúde ou quaisquer outras questões deverá colocá-las ao seu médico

Sobre o Programa Nacional de Rastreio de Cancro do Cólon



Porque deve fazer o teste?

- Ao efetuar este teste pode estar a salvar a sua vida
- Este teste ajuda a fazer o diagnóstico precoce do cancro do cólon
- O cancro do cólon pode desenvolver-se sem manifestar quaisquer sintomas
- O risco de cancro do cólon aumenta drasticamente a partir dos 50 anos de idade
- A boa notícia é que, se for detetado precocemente, nove em cada dez casos de cancro do cólon podem ser tratados com sucesso
- Os médicos recomendam efetuar o teste no domicílio a cada dois anos, após atingir os 50 anos e até aos 74 anos

A HIPÓTESE DE CONTRAIR
CANCRO DO CÓLON AUMENTA
A PARTIR DOS

50
50 ANOS



Quem deve efetuar o teste?

- ✓ A maioria das pessoas entre os 50 e os 74 anos de idade
 - ✓ Ambos os sexos, homens e mulheres
 - ✓ Até mesmo pessoas saudáveis – a idade é o maior fator de risco para o cancro do cólon
 - ✓ Os médicos sugerem fazer o rastreio a cada dois anos mesmo para pessoas que já tenham feito o teste.
- Caso tenha sintomas ou um forte historial familiar de cancro do cólon (Ver a secção Cancro do Cólon na página 6) fale com o seu médico, logo que possível, sobre o tipo de teste recomendado para o seu caso.
 - Pode não necessitar de fazer o teste, se tiver efetuado uma colonoscopia nos últimos dois anos ou caso esteja a consultar o seu médico sobre problemas intestinais.

O que é que o teste tenta detetar?

- O teste de rastreio tenta detetar pequenos indícios de sangue nas fezes de pessoas que não têm quaisquer sintomas.
- O cancro do cólon ou pólipos (pequenos nódulos) podem desenvolver-se na parede interna dos intestinos. Por vezes, pequenas quantidades de sangue escapam destes nódulos e podem surgir nas fezes antes de surgirem quaisquer outros sintomas.
- Os pólipos não são cancerígenos, mas podem evoluir para tal com o decorrer do tempo. Podem ser facilmente removidos, reduzindo o risco de desenvolvimento do cancro do cólon.
- Se for encontrado sangue na sua amostra, tal pode ser devido a vários fatores para além de cancro, mas será necessário consultar o seu médico para discutir os resultados do teste. O seu médico pode recomendar uma colonoscopia para averiguar a causa da hemorragia (Ver a secção “Colonoscopia” na página 13).

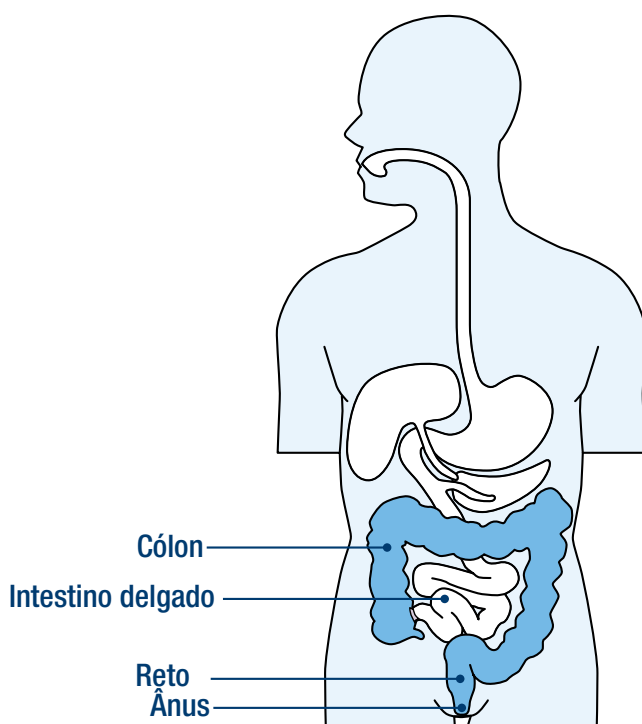


O que faz o seu intestino

O seu intestino faz parte do sistema digestivo. Esta parte do seu corpo decompõe os alimentos e expele-os do corpo através das fezes.

O intestino tem três partes:

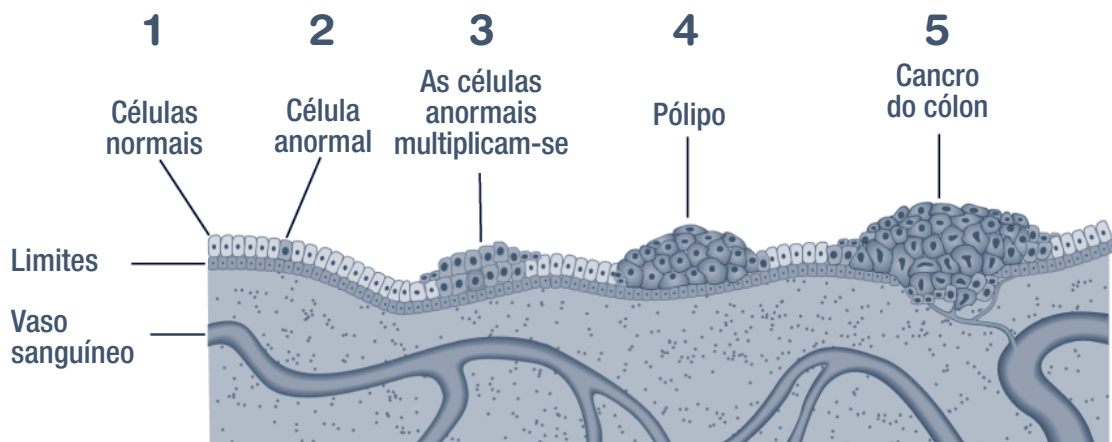
- o intestino delgado – que absorve os nutrientes dos alimentos já decompostos
- o intestino grosso (cólon) que basicamente absorve água
- O reto – que armazena as fezes até estas serem expelidas do corpo pelo ânus.



O que é o cancro do cólon?

- O cancro do cólon normalmente desenvolve-se dentro do intestino grosso (cólon)
- A maioria dos cancros do cólon desenvolve-se a partir de pequenos nódulos chamados pólipos nas paredes do intestino
- Nem todos os pólipos se tornam cancerígenos
- Ao remover os pólipos reduz-se o risco de contrair cancro do cólon.

Fases do cancro do cólon



Quais são os sintomas do cancro do cólon?

O cancro do cólon pode desenvolver-se sem quaisquer sintomas. Por isso, é tão importante fazer o rastreio a cada dois anos. Os sintomas podem incluir:

- sangue na urina, nas fezes ou na sanita
- uma mudança recente e persistente nos seus hábitos sanitários, tais como fezes soltas, prisão de ventre grave, e / ou a necessidade de defecar mais frequentemente
- cansaço ou perda de peso inexplicáveis
- dores estomacais.

CONHEÇA OS SINTOMAS:

- Se notar algum destes sintomas, isso não quer dizer que tenha cancro do cólon, mas é muito importante consultar o seu médico.
- O cancro do cólon pode afetar pessoas com menos de 50 anos de idade, por isso, certifique-se que todos os membros da sua família e amigos conheçam estes sintomas e falem com os seus médicos em caso de preocupação.

As ilustrações nas páginas 5 e 6 foram adaptadas das originais, cedidas gentilmente pelo Cancer Council Victoria.

Pode ter um risco acrescido de cancro do cólon se:

- Tiver mais de 50 anos
- For obeso
- Tiver uma dieta rica em carne vermelha e carne processada (por exemplo: toucinho, salsichas)
- Tiver uma dieta pobre em legumes, fruta, feijão e cereais integrais (por exemplo: pão integral, arroz integral)
- For fumador
- Ingere bebidas alcoólicas
- Tem uma doença inflamatória do intestino (por exemplo: a doença de Crohn ou colite ulcerosa)
- Teve anteriormente tumores não-cancerígenos no intestino
- Tem um forte historial familiar de cancro do cólon.

O que é um forte historial familiar de cancro do cólon?

Um forte historial familiar de cancro do cólon é se:

- ⇒ um parente próximo (pais, irmãos, filhos) teve cancro do cólon numa idade ainda jovem (menos de 55 anos); ou
- ⇒ mais do que um parente próximo na sua família tiver tido cancro do cólon seja em que idade for.

Se pensa que tem um forte historial familiar de cancro do cólon, consulte o seu médico sobre o seu risco de contrair cancro do cólon e qual o tipo de teste apropriado para si.

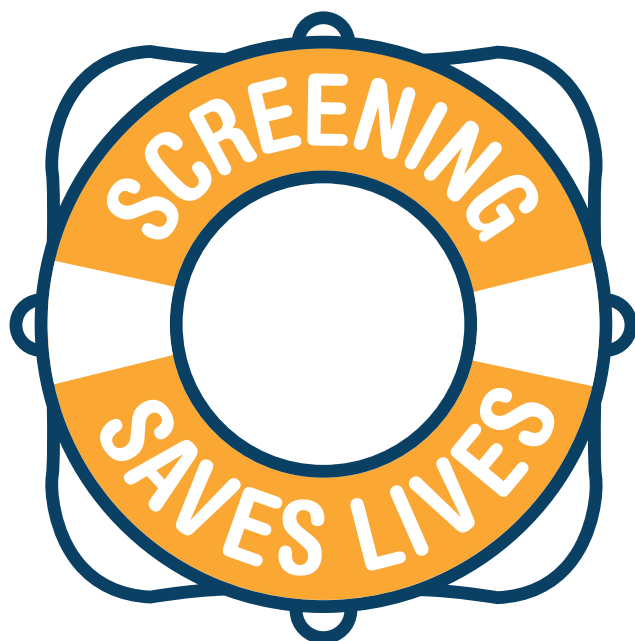
80% DAS PESSOAS QUE CONTRAEM CANCRO DO CÓLON NÃO TÊM HISTORIAL FAMILIAR DESSA DOENÇA



Pode reduzir o seu risco de contrair o cancro do cólon

Embora nenhum tipo de cancro seja totalmente evitável, pode reduzir o seu risco de contrair o cancro do cólon:

- ✓ tendo uma dieta saudável
 - ⇒ comendo menos carne vermelha (menos de 500 gramas por semana), evitando alimentos à base de carne processada
 - ⇒ comendo mais cereais, legumes, fruta e feijões
 - ⇒ evitando alimentos muito calóricos e bebidas açucaradas
- ✓ fazendo 30 minutos de actividades físicas por dia, e passando menos tempo sentado
- ✓ reduzindo a quantidade de álcool ingerida
- ✓ não fumando
- ✓ fazendo um rastreio, a cada dois anos, para detetar precocemente quaisquer alterações no seu intestino quando é mais fácil tratar delas.



**PORQUE É POSSÍVEL DETETAR
O CANCRO DO CÓLON ANTES DE
SURGIREM OS SINTOMAS**



DICAS PARA NÃO SE ESQUECER DE FAZER O TESTE DO KIT

- Coloque-o num local onde possa ser visto, a fim de não se esquecer (por exemplo: no seu estojo de maquilhagem ou no assento da sanita).
- Comprometa-se com os dias em que tem de fazer a colheita de amostras (por exemplo: 2ª ou 3ª f da próxima semana).

O que dizer deste kit de teste?

Este teste de rastreio gratuito é rápido, limpo e fácil – e pode efetuá-lo em casa. Não tem de alterar a sua dieta ou medicação. O teste consiste em obter duas pequenas amostras das suas fezes, em duas ocasiões diferentes com uma pequena espátula. Depois, basta colocar as amostras no correio e enviar para o laboratório do Programa. As amostras são analisadas a fim de detetar traços pequenos e invisíveis de sangue.

Para obter um resultado correto – e manter a sua amostra segura

O teste tem um elevado grau de precisão na busca de vestígios de sangue. Contudo, se houver demoras na análise das amostras ou se estas ficarem expostas a altas temperaturas durante um longo período de tempo, o sangue pode decompor-se e tornar-se mais difícil de detetar. Isto pode induzir a resultados errados.

Para obter resultados corretos é importante conseguir obter as duas amostras num curto intervalo de tempo, guardá-las no frigorífico e enviá-las rapidamente pelos correios.

Porque deve colocar as amostras no frigorífico?

O frigorífico proporciona as condições mais estáveis para as suas amostras e com a embalagem protetora não existe risco de contaminação com outros produtos no seu frigorífico. Não coloque as amostras no congelador.

Para obter o resultado dos testes



O resultado dos testes será enviado pelos correios para si e para o seu médico (se o tiver indicado) apenas algumas semanas depois de ter colocado no correio as suas amostras.

Resultado negativo



Se não for detetado sangue nas suas amostras, o resultado do seu teste será negativo e não será necessário tomar mais nenhuma ação, por agora. Contudo, isto não significa que não tem ou que não possa desenvolver cancro do cólon, pois nalguns casos de cancro do cólon não há hemorragia, ou esta é intermitente. Os testes como os utilizados no Programa detetam até 85% dos casos de cancro do cólon. É por essa razão importante fazer o teste a cada dois anos e após receber um resultado negativo do teste falar com o seu médico caso venha a ter sintomas. (Ver a secção dos sintomas do Cancro do Cólon na página 6).

Resultado positivo



Se for detetado sangue nas suas amostras, o resultado do seu teste será positivo e deve discutir este resultado com o seu médico. Um resultado positivo pode dever-se a outras situações que não a do cancro (tais como pólipos, hemorroidas ou inflamação do intestino), mas é importante averiguar a causa. O seu médico pode recomendar mais testes, tais como a colonoscopia, a fim de determinar a causa da hemorragia.

Qual é o teste proporcionado pelo programa?

O teste é um teste sanguíneo imunoquímico de sangue oculto nas fezes (PSO, pesquisa de sangue oculto nas fezes)

Até 2020 as pessoas
com idades entre os



RECEBERÃO NA SUA CAIXA DE
CORREIO UM KIT GRATUITO
A CADA DOIS ANOS

Se não necessita do teste agora ou se não quiser fazer parte do Programa?

A opção de participar no Programa é inteiramente sua.

Pode atrasar o seu teste (*suspender*) ou optar por ser removido do Programa (*ser excluído*). Telefone para a Linha de Informação do Programa no número **1800 118 868** ou preencha o formulário na parte de trás desta brochura (página 17).

- Se *suspender* a sua participação no Programa pode escolher uma data em que pretenda reiniciar. Pode suspender a sua participação por um prazo máximo de um ano.
- Se escolher *ser excluído* do programa, não receberá mais kits de testes nem correspondência relativa ao Programa. Nenhuma informação clínica relativa aos seus testes de rastreio de cancro será armazenada no seu arquivo no Registo do Programa.

Pode tornar a juntar-se ao Programa a qualquer momento.

Para informação sobre o tratamento dos seus dados pessoais consulte a secção de Registo do Programa na página 14 ou vá ao site www.cancerscreening.gov.au/nbcsp-privacy.

O que fazer com o seu kit de teste no caso de não querer fazer parte do Programa?

Coloque o kit de teste que não precisa no lixo. Não o devolva nem o dê a outra pessoa.

E se alguém conhecido precisar de um kit?

Se conhecer alguém com idade compreendida entre os 50 e os 74 anos, eles podem telefonar para a Linha de Informação do Programa no número **1800 118 868** ou consultar o site www.cancerscreening.gov.au/bowel para mais informações.



Se os resultados do seu teste de sangue nas fezes forem positivos, o seu médico pode mandá-lo(a) fazer uma colonoscopia.

O que é colonoscopia?

A colonoscopia é um procedimento para observar o interior do intestino, enquanto o paciente está sob o efeito de sedativos (adormecido). O médico irá inserir no reto um pequeno tubo flexível equipado com uma pequena câmara a fim de tentar localizar pólipos ou tumores cancerígenos. Tal como sucede com todos os procedimentos médicos, existem riscos e benefícios. Contudo, os benefícios de encontrar um cancro prematuramente ultrapassam de longe os potenciais riscos da colonoscopia. É importante discutir esses riscos e benefícios com o seu médico antes de efetuar a colonoscopia.

Terá de pagar pela colonoscopia?

A colonoscopia é gratuita no caso de doentes do sistema público. Os doentes do sistema privado terão de pagar uma pequena importância pela colonoscopia. Deve consultar o seu médico sobre possíveis custos antes de efetuar a colonoscopia.

O que acontece se algo for detetado durante a colonoscopia?

Se forem encontrados pólipos ou outros tumores, o médico, geralmente, remove-os de imediato e envia-os para o laboratório para análise de cancro.

Se for detetado cancro do cólon poderá necessitar de cirurgia. Se for detetado a tempo, a hipótese de uma recuperação total é elevada e a maioria das pessoas poderá retomar a sua vida normal. A maior parte dos cancros encontrados através do Programa estão numa fase inicial.

E se a colonoscopia nada revelar?

Se nenhum pólipo ou tumor for detetado, o Programa enviar-lhe-á um novo teste, logo que voltar a ter direito a ele. Entretanto, se, nesse intervalo, tiver alguns sintomas (Ver a secção do Cancro do Colo na página 6), deve consultar o seu médico.



Que informações são guardadas no Registo do Programa?

O Programa regista dados pessoais tais como:

- o seu número do Medicare
- os detalhes do seu contacto
- os seus resultados no teste de rastreio do Programa
- o nome do seu médico
- resultados de outros testes adicionais (por exemplo: uma colonoscopia) que possa ter efetuado depois do teste de rastreio do Programa.

Para que fins será usada esta informação?

Esta informação será usada para:

- lembrar-lhe que tem de fazer o teste do kit
- ajudar a receber acompanhamento e acesso aos serviços de saúde
- enviar convite para efetuar novo teste do kit no futuro
- contactar serviços profissionais médicos para pedir os resultados dos seus testes
- monitorizar e avaliar o Programa e o seu impacto no cancro do cólon na Austrália.

A quem fornecerão as minhas informações?

A informação pessoal mantida no Registo poderá ser fornecida a profissionais de saúde e outros que proporcionem serviços através do Programa, tais como:

- o seu médico
- especialistas médicos
- o laboratório de análises patológicas responsável por analisar as suas amostras
- funcionários e pessoal contratado dos serviços estatais e territoriais do Ministério da Saúde
- Ministério Federal da Saúde
- o Instituto Australiano de Saúde e Bem-Estar
- terceiros na qualidade de fornecedores autorizados de serviços
- quaisquer terceiros indicados por si.

Privacidade

Os seus dados pessoais e os resultados dos testes mantidos no Registo do Programa estão protegidos pela Lei da Privacidade *Privacy Act 1988* e serão tratados de acordo com os Princípios Australianos de Privacidade constantes daquela lei

Para mais informação consulte o sítio do Programa em:
www.cancerscreening.gov.au/nbcsp-privacy



**DOS CANCROS DE CÓLON
PODEM SER TRATADOS COM ÊXITO
SE FOREM DETADOS CEDO**

For information in your language go to www.cancerscreening.gov.au/translations
or call the Translating and Interpreting Service on 13 14 50.

MACEDONIAN

За информации на македонски јазик одете на www.cancerscreening.gov.au/translations или јавете се на Службата за писмено и усмено преведување на 13 14 50.

NEPALESE

त्रको माथिल्लो भागमा उल्लेख गरिए बमोजिम नेपालमा जानकारीको लागि www.cancerscreening.gov.au/translations मा जानुहोला अथवा ट्रांसलेटिङ्ग एण्ड इन्टरप्रेटिङ्ग सर्भिस को १३१ ४५० मा सम्पर्क गर्नुहोला।

PERSIAN

برای کسب اطلاعات به فارسی، به آدرس www.cancerscreening.gov.au/translations مراجعه کنید یا با خدمات ترجمه کتبی و شفاهی به شماره 13 14 50 تماس بگیرید.

POLISH

Informację o programie w języku polskim znaleźć można na stronie www.cancerscreening.gov.au/translations, lub dzwoniąc do Telefonicznej Służby Tłumaczy pod numer 13 14 50.

PORTUGUESE

Para informações em português acesse www.cancerscreening.gov.au/translations ou ligue para o Serviço de Tradutores e Intérpretes discando 13 14 50.

PUNJABI

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ www.cancerscreening.gov.au/translations ਉੱਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਅਨੁਵਾਦ ਦੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾ (Translating and Interpreting Service) ਨੰ 13 14 50 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

RUSSIAN

За информацией на русском языке перейдите на сайт:
www.cancerscreening.gov.au/translations или позвоните в
Службу письменного и устного перевода TIS по тел. 13 14 50.

SERBIAN

За информације на српском, погледајте www.cancerscreening.gov.au/translations или назовите Службу преводилаца и тумача на 13 14 50.

SPANISH

Para obtener información en español, visite www.cancerscreening.gov.au/translations, o llame al Servicio de Traducción e Interpretación, en el 13 14 50.

TURKISH

Türkçe bilgi için www.cancerscreening.gov.au/translations adresini ziyaret edebilir veya 13 14 50'den Yazılı ve Sözlü Çeviri Servisi'ni arayabilirsiniz.

VIETNAMESE

Muốn biết thông tin tiếng Việt, truy cập www.cancerscreening.gov.au/translations, hoặc gọi cho Dịch vụ Thông Phiên dịch (TIS) qua số 13 14 50.

Formulário de desistência

Deve usar este formulário caso não pretenda fazer parte do Programa.

Nº de identificação

(encontra-se na parte superior da sua carta-convite)

Apelidos

Data de
nascimento

Nomes próprios

Mulher

☐

Homem

☐

Por favor indique a sua razão para desistir do Programa:

☐

estou a fazer colonoscopias
regularmente

☐

estou a fazer tratamento oncológico

☐

estou a fazer regularmente
rastreo PSO (pesquisa de
sangue oculto nas fezes)

☐

preocupações de privacidade
não me sinto confortável com o
procedimento

☐

recebi conselho médico
para não participar

☐

não estou interessado
outro

Compreendo que ao optar por desistir do Programa:

- Não receberei mais cartas de aviso e não serei convidado/a para qualquer rastreio futuro, a menos que notifique o Programa de que quero fazer parte dele.
- Se eu tiver optado por desistir do Programa, mas depois decidir regressar ao Programa PSO (pesquisa de sangue oculto nas fezes), serei considerado(a) um participante no mesmo. Isto significa que os resultados dos meus testes serão anotados no Registo do Programa e cartas de aviso ser-me-ão enviadas, se necessário.

Assinado

Datado em

NB: este formulário tem de estar assinado pela pessoa convidada a participar no Programa ou por terceiros autorizados a agir em seu nome. Se assinar em nome de alguém por favor indique o seu nome e informação sobre os seus contactos.

Nome de terceiros autorizados

Contactos de terceiros autorizados:

Telefone
do serviço:

Telefone
de casa:

(Telemóvel)

Depois de completar este formulário, destaque-o do folheto e envie-o para o o seguinte endereço do Registo do Programa (não necessita de selo postal):

**NBCSP Register
Reply Paid 83245
Canberra BC ACT 2610**

Formulário de suspensão

Este formulário deve ser utilizado caso pretenda suspender a sua participação no programa por um período determinado.

Nº de identificação

(encontra-se na parte superior da sua carta-convite)

Apelidos

Data de nascimento

Nomes próprios

Mulher

☐

Homem

☐☐

estou em consultas médicas

☐

doença

☐

rastreio recente de cancro do cólon

☐

a viajar

☐

colonoscopia recente

☐

outro

Pretendo suspender a minha participação até (assinalar um dos seguintes):

☐

(Por favor indique a data em que pretende recomeçar o Programa. Não pode ser mais do que um ano desde a data em que foi convidado a participar)

☐

Ser, de novo, elegível para participar no programa

Assinado

Datado em

NB: este formulário tem de estar assinado pela pessoa convidada a participar no Programa ou por terceiros autorizados a agir em seu nome. Se assinar em nome de alguém por favor indique o seu nome e informação sobre os seus contactos.

Nome de terceiros autorizados

Números de contacto de terceiros autorizados:

Telefone do serviço:

Telefone de casa:

(Telemóvel)

Depois de completar este formulário, por favor destaque-o da brochura e envie-o para o seguinte endereço do Registo do Programa (não necessita de selo postal):

**NBCSP Register
Reply Paid 83245
Canberra BC ACT 2610**

Precisa de ajuda?

Se necessitar de mais informações as organizações indicadas em baixo poderão ser de utilidade.

Se pretende...	Organização	Informação de contacto
<ul style="list-style-type: none">Saber mais sobre o Programa	Linha de Informação sobre o Programa Nacional de Rastreio do Cancro do Cólon	1800 118 868 www.cancerscreening.gov.au/bowel
<ul style="list-style-type: none">Fazer perguntas sobre como efetuar os testes do kit	Linha de Apoio ao kit de teste	1800 930 998 ou pode ver um pequeno vídeo em www.cancerscreening.gov.au/bowel
<ul style="list-style-type: none">Aceder aos Serviços de Intérpretes	Serviço de Tradução e Interpretação	13 14 50 www.tisnational.gov.au
<ul style="list-style-type: none">Aceder a material traduzido e correspondência	Programa Nacional de Rastreio do Cancro do Cólon	www.cancerscreening.gov.au/translations
<ul style="list-style-type: none">Aceder a serviços de apoio a pessoas com dificuldades auditivas	Serviço de Teletipo (Teletypewriter TTY)	1800 810 586
<ul style="list-style-type: none">Falar com pessoal especializado sobre o cancroDescobrir quais os serviços oncológicos locais disponíveis	Conselho Nacional de Oncologia	13 11 20 www.cancer.org.au

Todas as informações aqui prestadas estão corretas à data de novembro de 2017