

# ENTENDENDO A COLONOSCOPIA

## SAÚDE E PREVENÇÃO



 **91 2121-5335** |  **9 9121-6366**



[contato@iconsulteja.com.br](mailto:contato@iconsulteja.com.br)



[iconsulteja](https://www.instagram.com/iconsulteja)



# BEM-VINDO AO INFORMATIVO DA CLÍNICA

## CONSULTE JÁ! VOLUME 2

Neste segundo volume, trazemos informações completas sobre colonoscopia, um exame essencial para o diagnóstico e prevenção de doenças intestinais.

### SOBRE O VOLUME 1

No Volume 1, abordamos a saúde digestiva, com dicas práticas sobre cuidados alimentares, hidratação, importância do microbioma intestinal, mitos e verdades, e a relação entre estilo de vida e saúde do trato gastrointestinal. Para acessar esse conteúdo, basta escanear o QR code abaixo e visitar nosso site.



Cuidar da saúde é um dos atos mais importantes que podemos realizar por nós mesmos. Entre tantos exames preventivos que ajudam a detectar doenças e manter nosso corpo em equilíbrio, a colonoscopia se destaca como um procedimento fundamental para garantir o bem-estar do sistema digestivo, em especial do cólon e do reto.

Embora a palavra "colonoscopia" possa causar algum desconforto ou preocupação em muitas pessoas, a verdade é que este exame salva vidas ao possibilitar o diagnóstico precoce de doenças graves, como o câncer de intestino, e a identificação de condições que podem ser tratadas antes de se tornarem mais graves.

Este e-book foi pensado para desmistificar a colonoscopia e oferecer informações simples e diretas sobre sua importância, quem deve realizá-la, como se preparar e o que esperar. Nosso objetivo é tranquilizar e conscientizar você sobre a relevância desse exame, que vai muito além de um simples procedimento médico — é uma poderosa ferramenta de prevenção e cuidado.

Se você tem dúvidas ou curiosidade sobre a colonoscopia, este e-book é para você. Vamos juntos entender como pequenos passos podem fazer uma grande diferença na sua saúde intestinal e na sua qualidade de vida.



## A COLONOSCOPIA PODE SALVAR VIDAS, INCLUSIVE A SUA!

# ÍNDICE

## 1. Introdução

- O que é a colonoscopia?
- Quem deve ler este e-book?

## 2. Por Que Fazer uma Colonoscopia?

- Importância da saúde do cólon
- Doenças detectadas pelo exame
- Benefícios para a prevenção e diagnóstico precoce

## 3. Colonoscopia e Prevenção

- A relação entre a colonoscopia e o câncer de intestino
- Como o exame ajuda na identificação de pólipos e lesões

## 4. Quem Deve Fazer a Colonoscopia?

- Faixa etária recomendada
- Fatores de risco que indicam a necessidade do exame
- Sintomas que exigem atenção

## 5. Como se Preparar para o Exame

- Passo a passo da preparação
- Alimentação e restrições antes do exame
- A importância do preparo para o sucesso do procedimento

## 6. Dicas para Tornar a Colonoscopia Mais Tranquila

- Como lidar com o nervosismo
- Orientações práticas para o dia do exame
- O papel do acompanhante

## 7. O Que Esperar Durante e Após o Exame

- Como é o procedimento
- Recuperação pós-exame
- Possíveis efeitos colaterais e quando procurar o médico

## 8. Mitigando o Estigma: Desmistificando a Colonoscopia

- Quebrando mitos comuns
- A colonoscopia como um aliado da sua saúde





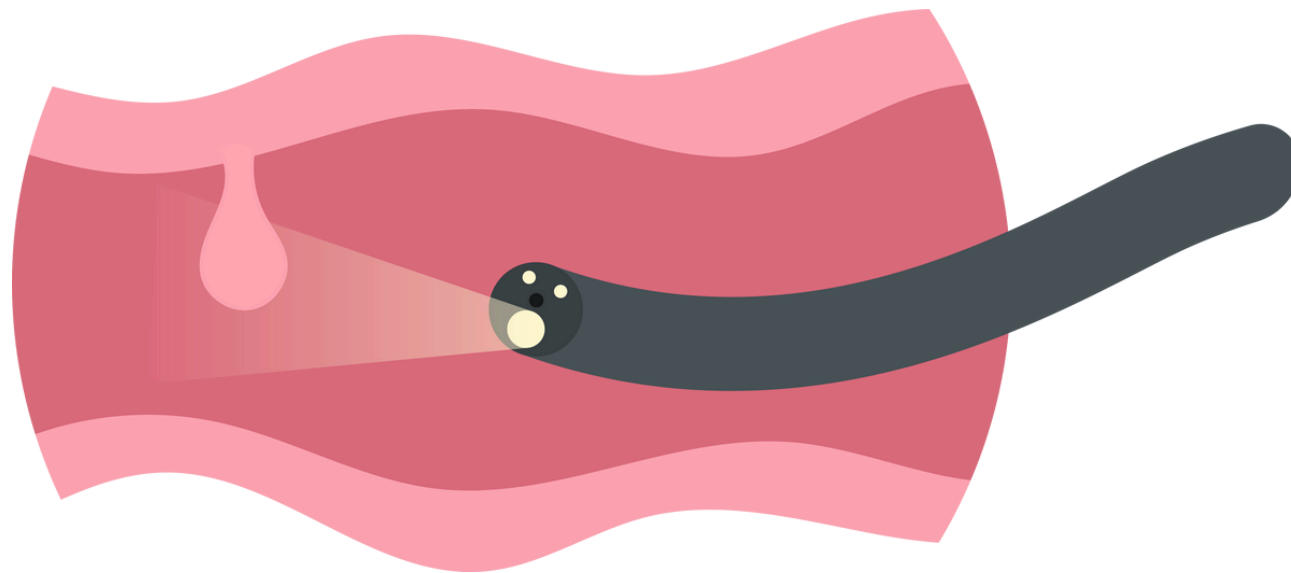
# INTRODUÇÃO



## O QUE É A COLONOSCOPIA?

A colonoscopia é um exame médico que permite ao especialista visualizar o interior do cólon e do reto, utilizando um equipamento chamado colonoscópio. Esse procedimento é realizado para detectar alterações ou doenças, como pólipos, inflamações e até mesmo sinais precoces de câncer de intestino. Além de ser diagnóstico, o exame também pode ser terapêutico, permitindo a remoção de pólipos e outros tratamentos simples durante sua realização.

Embora possa parecer complexo, a colonoscopia é segura e extremamente eficaz. Seu objetivo principal é ajudar na prevenção e no diagnóstico precoce, contribuindo para a saúde intestinal e, consequentemente, para o bem-estar geral.



## QUEM DEVE LER ESTE E-BOOK?

Este e-book foi feito para quem deseja entender mais sobre a colonoscopia e sua importância na saúde. Se você está prestes a realizar o exame, tem dúvidas ou sente receio, este material trará informações claras e práticas para ajudá-lo.

Também é ideal para aqueles que buscam formas de prevenir doenças e cuidar melhor da saúde intestinal, seja por recomendação médica, histórico familiar ou interesse em práticas preventivas.

Seja você alguém preocupado com sua saúde ou apenas curioso sobre o tema, este e-book é um convite para desmistificar a colonoscopia e encará-la como um aliado valioso em sua jornada de autocuidado.



# 2

**POR QUE FAZER  
UMA  
COLONOSCOPIA?**

 **91 2121-5335** |  **9 9121-6366**



[contato@iconsulteja.com.br](mailto:contato@iconsulteja.com.br)



[iconsulteja](#)



Av. Alm. Tamandaré, 1002 - Campina, Belém - PA, 66023-000



# A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE DO CÓLON

O cólon, também conhecido como intestino grosso, desempenha um papel crucial no funcionamento do nosso sistema digestivo. Ele é responsável por absorver água, armazenar e eliminar os resíduos do corpo. Manter o cólon saudável é essencial para evitar problemas de saúde que podem afetar não apenas o sistema digestivo, mas também o bem-estar geral.

Infelizmente, muitas condições que afetam o cólon não apresentam sintomas evidentes em seus estágios iniciais. Por isso, realizar exames preventivos como a colonoscopia é uma forma poderosa de garantir que essa parte vital do corpo esteja funcionando bem e livre de complicações.



## DOENÇAS DETECTADAS PELO EXAME

A colonoscopia é um exame que pode identificar diversas condições, incluindo:

- **Pólipos:** Crescimentos anormais no revestimento do cólon que, embora geralmente benignos, podem evoluir para câncer se não forem removidos.
- **Câncer colorretal:** Um dos tipos de câncer mais comuns, mas que possui altas chances de cura quando detectado precocemente.
- **Doença inflamatória intestinal (como Crohn e colite ulcerativa):** Condições crônicas que podem causar inflamações graves no intestino.
- **Diverticulite:** Pequenas bolsas que se formam na parede do intestino e podem inflamar.
- **Sangramentos e outras anormalidades:** O exame permite identificar e tratar a origem de sangramentos e lesões intestinais.

## BENEFÍCIOS PARA A PREVENÇÃO E DIAGNÓSTICO PRECOCE

A colonoscopia é mais do que um exame de diagnóstico, ela também é uma ferramenta preventiva. Ao identificar e remover pólipos antes que se tornem cancerígenos, o exame reduz significativamente o risco de desenvolvimento do câncer de intestino.

Além disso, a colonoscopia é capaz de detectar alterações em estágios iniciais, quando as chances de tratamento e cura são muito maiores. Assim, realizar o exame regularmente, de acordo com as recomendações médicas, é uma forma eficiente de proteger sua saúde.

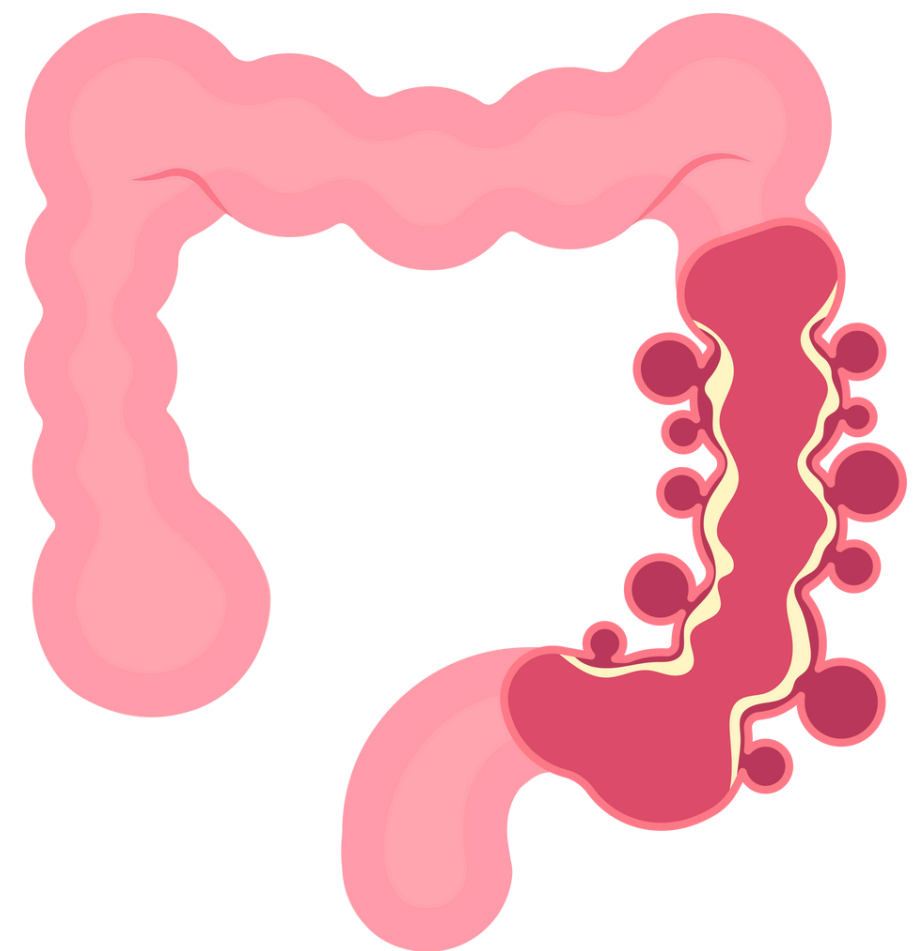
Lembre-se: investir em prevenção é sempre mais simples e menos invasivo do que tratar doenças em estágios avançados. A colonoscopia não só salva vidas, como também promove qualidade de vida ao prevenir problemas sérios no futuro.

# A RELAÇÃO ENTRE A COLONOSCOPIA E O CÂNCER DE INTESTINO

O câncer de intestino, também chamado de câncer colorretal, é um dos tipos mais comuns em todo o mundo. Apesar de sua alta incidência, é também um dos tipos de câncer mais evitáveis, especialmente quando detectado precocemente.

A colonoscopia desempenha um papel central na prevenção do câncer de intestino porque permite identificar alterações no cólon e no reto antes que elas se tornem malignas. A maioria dos casos de câncer colorretal começa com pólipos, que são pequenos crescimentos no revestimento do cólon. Embora nem todos os pólipos sejam cancerígenos, alguns podem evoluir para câncer ao longo do tempo.

Ao realizar uma colonoscopia, esses pólipos podem ser encontrados e removidos durante o próprio exame, eliminando o risco antes que eles se transformem em algo mais grave. Essa é uma das razões pelas quais a colonoscopia é considerada uma das ferramentas mais eficazes na luta contra o câncer de intestino.

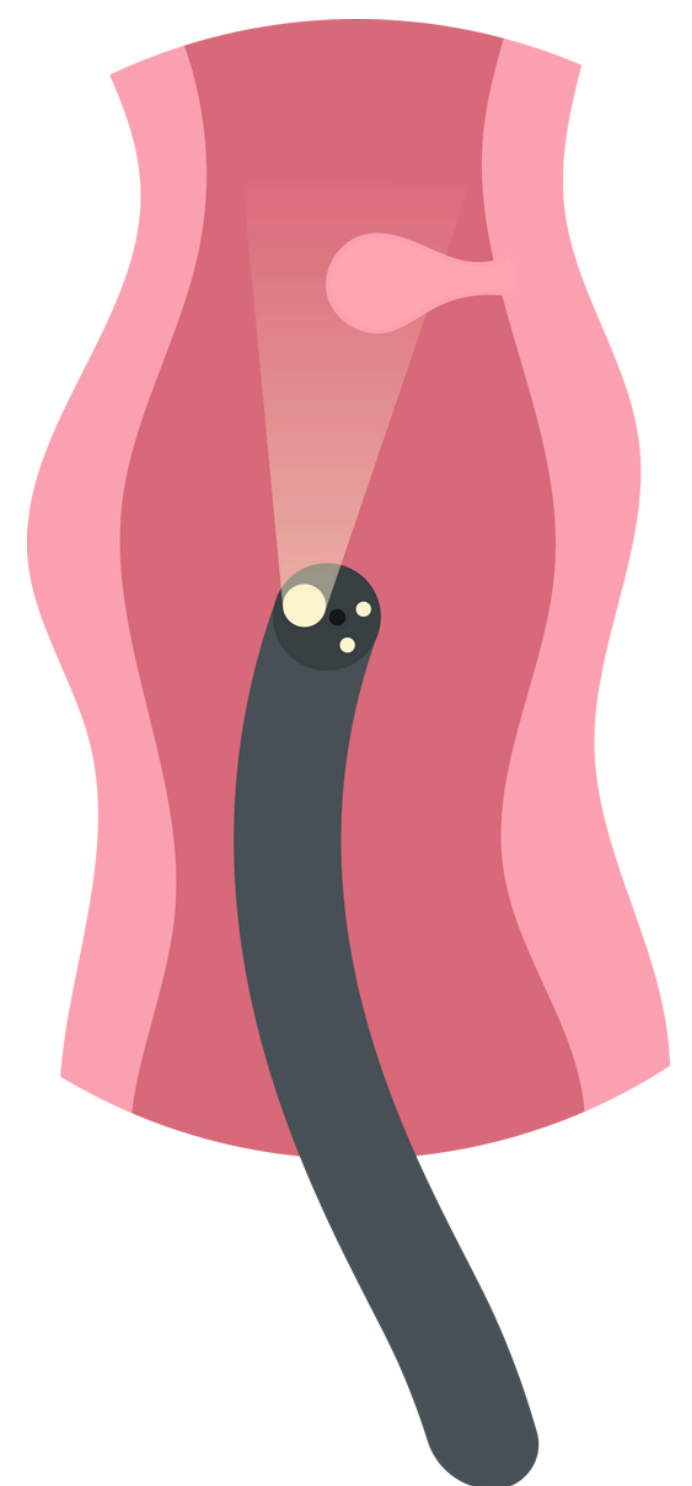


## COMO O EXAME AJUDA NA IDENTIFICAÇÃO DE PÓLIPOS E LESÕES

A colonoscopia utiliza um equipamento chamado colonoscópio, que é um tubo flexível equipado com uma câmera na ponta. Ele permite que o médico visualize toda a extensão do cólon e do reto em alta definição. Isso torna possível identificar até mesmo pequenas alterações, como:

- **Pólipos:** Estruturas que podem variar em tamanho e aparência. A maioria dos pólipos não causa sintomas, por isso só podem ser detectados por meio de exames como a colonoscopia.
- **Lesões e inflamações:** O exame identifica sinais de doenças inflamatórias intestinais ou lesões que podem indicar problemas mais graves.
- **Sinais iniciais de câncer:** Alterações na textura, cor ou estrutura do revestimento intestinal podem indicar a presença de células cancerígenas ou pré-cancerígenas.

Além da visualização, o colonoscópio também permite que o médico remova pólipos ou colete amostras de tecido para biópsia, caso seja necessário. Isso significa que o exame não só detecta problemas, mas também pode agir preventivamente durante o procedimento.





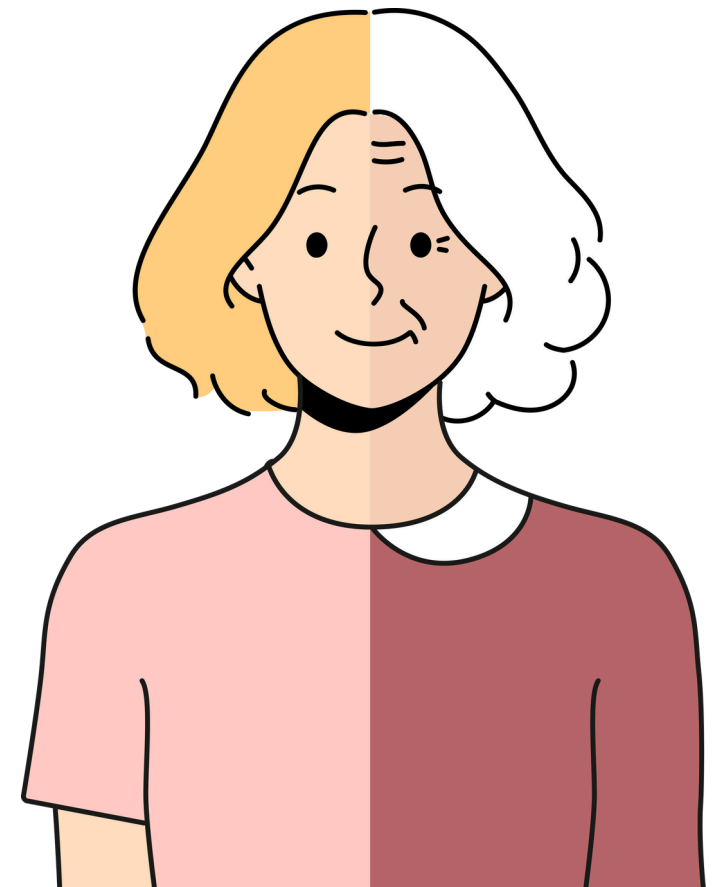


**QUEM DEVE  
FAZER A  
COLONOSCOPIA**

## FAIXA ETÁRIA RECOMENDADA

De modo geral, é recomendado que pessoas a partir dos 45 anos realizem a colonoscopia como parte de um programa de rastreamento para o câncer colorretal. Essa recomendação pode variar dependendo de diretrizes locais ou regionais, mas muitas sociedades médicas enfatizam que começar o exame nessa idade é fundamental, mesmo para pessoas sem sintomas ou histórico familiar.

Se o exame inicial não detectar anormalidades, ele pode ser repetido a cada 10 anos. No entanto, se forem encontrados pólipos ou outros fatores de risco, o intervalo entre os exames pode ser reduzido conforme orientação médica.



## FATORES DE RISCO QUE INDICAM A NECESSIDADE DO EXAME

Algumas pessoas podem precisar realizar a colonoscopia antes dos 45 anos ou com maior frequência. Entre os fatores de risco que justificam essa necessidade estão:

- **Histórico familiar de câncer colorretal ou pólipos:** Se parentes de primeiro grau (pais, irmãos, filhos) tiveram câncer de intestino ou pólipos, a vigilância deve começar mais cedo.
- **Doença inflamatória intestinal:** Condições como colite ulcerativa ou doença de Crohn aumentam o risco de câncer colorretal.
- **Síndromes hereditárias:** Como a polipose adenomatosa familiar (PAF) ou a síndrome de Lynch, que elevam significativamente o risco de câncer.
- **Histórico pessoal de pólipos ou câncer:** Quem já teve pólipos ou câncer colorretal deve continuar com acompanhamento regular.

## SINTOMAS QUE EXIGEM ATENÇÃO

Além dos fatores de risco, certos sintomas podem indicar a necessidade de realizar uma colonoscopia, independentemente da idade. Esses sintomas incluem:

- **Sangue nas fezes:** Pode ser visível ou detectado em exames de fezes.
- Mudanças no hábito intestinal: Incluindo diarreia persistente, constipação ou sensação de evacuação incompleta.
- **Dor abdominal persistente ou desconforto inexplicável.**
- **Perda de peso inexplicada:** Especialmente se associada a outros sintomas.
- **Anemia por deficiência de ferro:** Muitas vezes causada por sangramentos ocultos no trato digestivo.

Se você apresenta algum desses sinais, é fundamental procurar orientação médica. A colonoscopia pode ser solicitada para investigar a causa e iniciar um tratamento adequado.

**Lembre-se:** a colonoscopia não é apenas para quem já está doente. Ela é, acima de tudo, uma ferramenta de prevenção que pode salvar vidas. Se você se enquadra em alguma dessas categorias, converse com seu médico sobre a importância de realizar o exame.



## COMO SE PREPARAR PARA O EXAME

1. **Consulta inicial:** Após marcar a colonoscopia, seu médico fornecerá orientações detalhadas sobre como se preparar, incluindo instruções específicas sobre a dieta e o uso de laxantes.
2. **Ajustes de medicamentos:** Informe seu médico sobre os medicamentos que você toma regularmente. Em alguns casos, pode ser necessário ajustar o uso de anticoagulantes, aspirina ou outros medicamentos antes do exame.
3. **Dieta líquida:** No dia anterior ao exame, você precisará seguir uma dieta líquida (sucos claros, caldos sem gordura, água, chá, entre outros). Alimentos sólidos devem ser evitados para garantir que o intestino esteja completamente limpo.
4. **Uso de laxantes:** O médico prescreverá um laxante específico que deve ser ingerido conforme as orientações. Isso ajudará a limpar o intestino completamente.
5. **Jejum:** No dia do exame, será necessário fazer jejum total por algumas horas antes do procedimento.



## ALIMENTAÇÃO E RESTRIÇÕES ANTES DO EXAME

A alimentação nos dias que antecedem o exame é um ponto-chave da preparação. Normalmente, o plano alimentar inclui:

- **Dois a três dias antes do exame:** Alimentos de fácil digestão, como sopas, purês e carnes magras. Evite alimentos ricos em fibras, sementes ou grãos (como pães integrais, frutas com casca e verduras cruas).
- **No dia anterior:** Siga uma dieta líquida clara. Bebidas permitidas incluem água, chá, café sem leite, caldos claros, gelatina sem corantes vermelhos ou roxos, e sucos filtrados.
- **Evite:** Bebidas alcoólicas, laticínios, alimentos sólidos e líquidos com corantes escuros, pois podem interferir na visualização do intestino.

## A IMPORTÂNCIA DO PREPARO PARA O SUCESSO DO PROCEDIMENTO

Um preparo inadequado pode comprometer os resultados do exame, dificultando a identificação de pólipos, lesões ou outras alterações. Em alguns casos, o exame pode até precisar ser remarcado, causando transtornos desnecessários.

Seguir as orientações do médico à risca é a melhor maneira de garantir que o exame seja eficiente e confortável. Lembre-se: a preparação é temporária e vale a pena para preservar sua saúde a longo prazo.

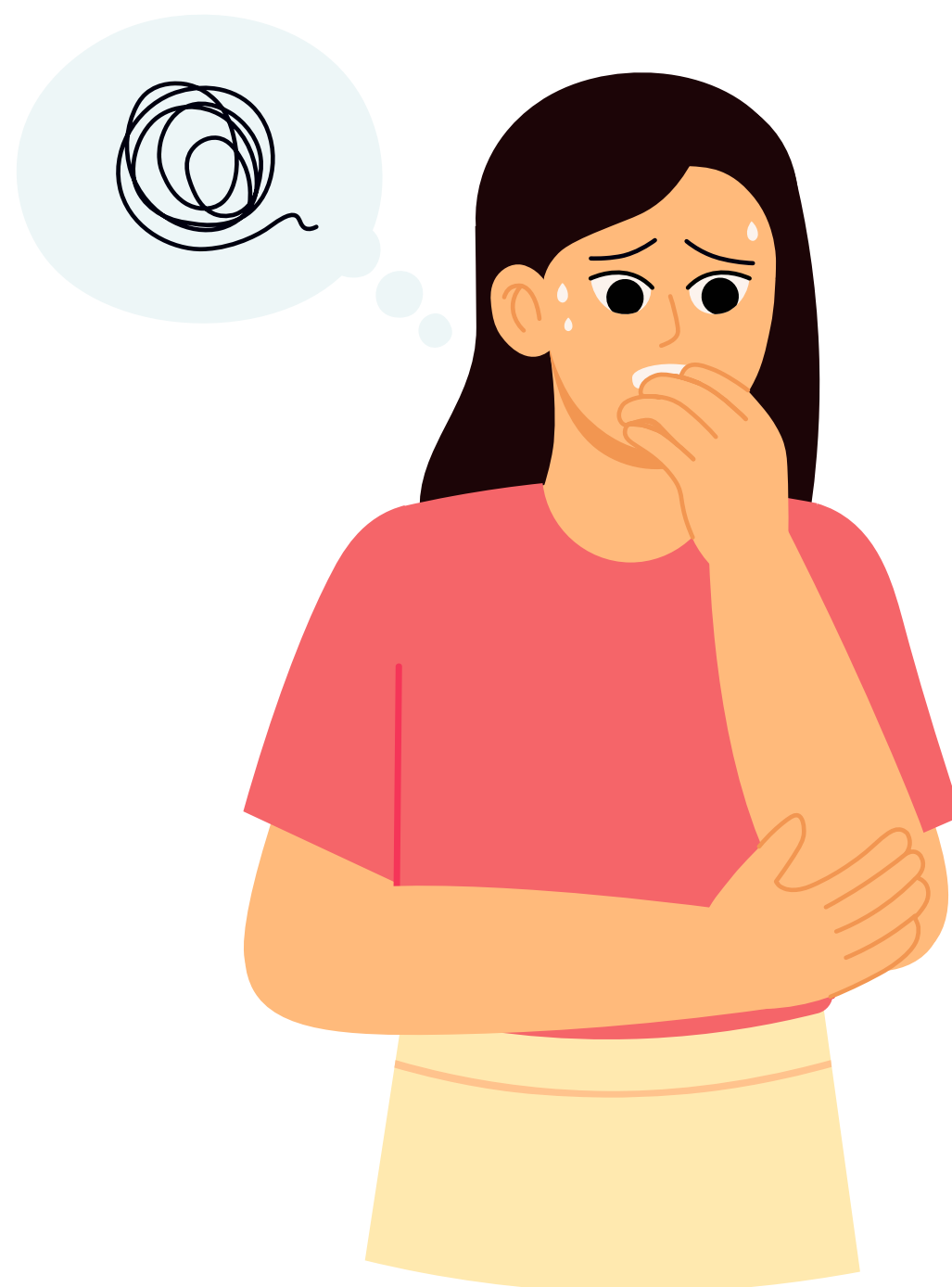
**Dica final:** converse abertamente com seu médico ou equipe médica sobre qualquer dúvida ou dificuldade durante o preparo. Eles estão lá para ajudar você a passar por essa etapa com tranquilidade.

# DICAS PARA TORNAR A COLONOSCOPIA MAIS TRANQUILA

A colonoscopia pode causar apreensão em muitas pessoas, especialmente para quem nunca realizou o exame. No entanto, com algumas dicas simples, é possível tornar essa experiência mais tranquila e confortável.

## COMO LIDAR COM O NERVOSISMO

- **Entenda o processo:** Saber como o exame funciona e seus benefícios ajuda a diminuir o medo do desconhecido. Esteja bem informado para se sentir mais seguro.
- **Converse com o médico:** Compartilhe suas preocupações. O médico pode explicar detalhadamente o que esperar e oferecer estratégias para aliviar o desconforto.
- **Pratique técnicas de relaxamento:** Respiração profunda, meditação ou ouvir músicas relaxantes podem ajudar a reduzir a ansiedade antes do exame.
- **Foque no objetivo:** Lembre-se de que a colonoscopia é uma ferramenta valiosa para cuidar da sua saúde e prevenir doenças graves. Pensar nos benefícios pode ajudar a encarar o exame com mais tranquilidade.



## ORIENTAÇÕES PRÁTICAS PARA O DIA DO EXAME

- **Escolha roupas confortáveis:** Use roupas largas e confortáveis no dia do exame para facilitar a movimentação e o relaxamento antes e depois do procedimento.
- **Chegue com antecedência:** Planeje-se para chegar ao local do exame com tempo de sobra, evitando estresse com atrasos.
- **Evite compromissos no dia:** O exame e a recuperação podem levar algumas horas, então deixe sua agenda livre para se concentrar apenas em você.
- **Hidrate-se bem (quando permitido):** Antes do período de jejum, beba bastante água para manter-se hidratado, o que ajuda no preparo do intestino.

## O PAPEL DO ACOMPANHANTE

Ter alguém de confiança ao seu lado faz toda a diferença para tornar a experiência mais tranquila. O acompanhante é importante porque:

- **Segurança:** Após o exame, você pode estar um pouco grogue devido à sedação, e o acompanhante pode garantir que você chegue em casa com segurança.
- **Apoio emocional:** Saber que há alguém ali para ajudar ou oferecer apoio em qualquer situação pode aliviar a ansiedade.
- **Ajuda prática:** O acompanhante pode lidar com as questões logísticas, como a papelada ou receber as orientações médicas pós-exame.



# O QUE ESPERAR DURANTE E APÓS O EXAME

Entender como a colonoscopia funciona e o que acontece depois do exame ajuda a reduzir a ansiedade e a se preparar adequadamente para essa experiência.

## COMO É O PROCEDIMENTO

### 1. Antes do exame:

- Ao chegar à clínica ou hospital, você será orientado a vestir uma roupa especial para o procedimento.
- Um anestesiista ou médico administrará sedação leve ou moderada, garantindo que você fique relaxado e confortável durante o exame.

### 2. Durante o exame:

- O médico introduz o colonoscópio, um tubo fino e flexível com uma câmera na ponta, pelo reto. Ele é guiado pelo cólon para examinar toda a extensão do intestino grosso.
- Se forem encontrados pólipos ou outras alterações, o médico pode removê-los ou coletar amostras de tecido (biópsias) durante o procedimento.
- O exame geralmente dura entre 20 e 60 minutos.

### 3. Conforto durante o exame:

- Graças à sedação, a maioria das pessoas não sente dor e frequentemente nem se lembra do procedimento.

## RECUPERAÇÃO PÓS-EXAME

### 1. Após o exame:

- Você será levado para uma sala de recuperação, onde ficará em observação até que os efeitos da sedação desapareçam. Isso pode levar de 30 minutos a 1 hora.
- É normal sentir leve inchaço ou gases, já que ar é introduzido no intestino durante o exame para melhorar a visualização.

### 2. Cuidados após o exame:

- Por causa da sedação, você não poderá dirigir ou operar máquinas no mesmo dia. Certifique-se de ter um acompanhante para levá-lo para casa.
- Você poderá retornar à sua dieta normal, salvo orientação contrária do médico.

### 3. Retorno às atividades:

- A maioria das pessoas pode retomar suas atividades normais no dia seguinte.

## POSSÍVEIS EFEITOS COLATERAIS E QUANDO PROCURAR O MÉDICO

A colonoscopia é segura, mas pode haver alguns efeitos colaterais leves e raros. Saiba o que é esperado e o que requer atenção médica:

### 1. Efeitos colaterais comuns:

- Gases ou leve desconforto abdominal: Devido ao ar introduzido durante o exame, mas isso passa rapidamente.
- Pequenos traços de sangue nas fezes: Podem ocorrer se pólipos foram removidos, mas devem desaparecer em um ou dois dias.

### 2. Quando procurar o médico:

- Dor abdominal intensa ou persistente.
- Febre ou calafrios.
- Sangramento excessivo ou contínuo.
- Tonturas ou fraqueza extrema.
- 

Esses sinais podem indicar complicações raras, como perfuração ou infecção, e requerem avaliação imediata.



# DESMISTIFICAN DO A COLONOSCOPIA

 **91 2121-5335** |  **9 9121-6366**

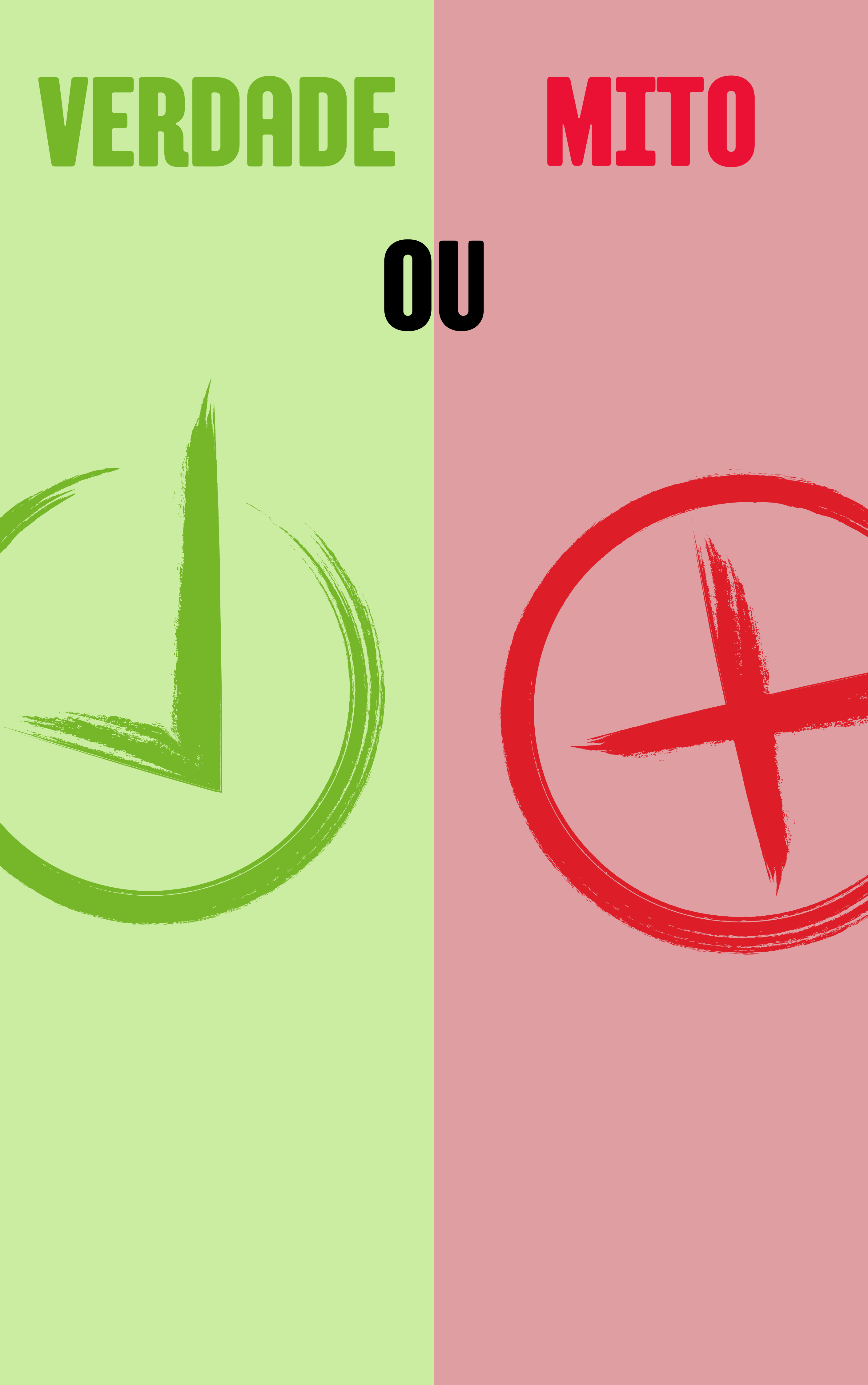


[contato@iconsulteja.com.br](mailto:contato@iconsulteja.com.br)



iconsulteja

Av. Alm. Tamandaré, 1002 - Campina, Belém - PA, 66023-000



VERDADE

MITO

OU





## A COLONOSCOPIA É DOLOROSA?

**MITO**

Com o uso da sedação, a maioria das pessoas não sente dor nem desconforto significativo. O exame é realizado de forma segura e praticamente indolor.

## O EXAME NÃO PRECISA SER FEITO COM FREQUÊNCIA

**VERDADE!**

Se o exame inicial não mostrar alterações, ele pode ser repetido a cada 10 anos, conforme orientação médica.

## É DESNECESSÁRIO FAZER COLONOSCOPIA SE NÃO HÁ SINTOMAS.

**MITO**

Muitas condições do cólon, como pólipos ou câncer inicial, não apresentam sintomas. A colonoscopia detecta alterações antes que elas se agravem.

## É UMA PERDA DE TEMPO FAZER COLONOSCOPIA SE O EXAME NÃO ENCONTRAR NADA.

**MITO**

Um resultado normal é uma ótima notícia e oferece tranquilidade em relação à saúde intestinal, permitindo seguir o acompanhamento preventivo no intervalo recomendado.

## A COLONOSCOPIA É UM EXAME SÓ PARA HOMENS.

**MITO**

Com o uso da sedação, a maioria das pessoas não sente dor nem desconforto significativo. O exame é realizado de forma segura e praticamente indolor.

**91 2121-5335****9 9121-6366**[contato@iconsulteja.com.br](mailto:contato@iconsulteja.com.br)[iconsulteja](#)

Av. Alm. Tamandaré, 1002 - Campina, Belém - PA, 66023-000

## O EXAME PODE DIAGNOSTICAR CONDIÇÕES ALÉM DO CÂNCER?

**VERDADE!**

A colonoscopia também identifica doenças inflamatórias intestinais, diverticulite e outras alterações no cólon.

## O CÂNCER COLORRETAL É ALTAMENTE TRATÁVEL QUANDO DIAGNOSTICADO PRECOCEMENTE?

**VERDADE!**

A colonoscopia pode identificar sinais precoces de câncer, aumentando significativamente as chances de cura.

## A PREPARAÇÃO VAI ME DEIXAR FRACO OU DESIDRATADO?

**MITO**

O preparo pode causar um pouco de desconforto temporário, mas não afeta significativamente a saúde. Seguir as orientações do médico sobre hidratação e ingestão de líquidos claros ajuda a evitar qualquer desconforto maior.

**91 2121-5335****9 9121-6366**[contato@iconsulteja.com.br](mailto:contato@iconsulteja.com.br)[iconsulteja](#)

Av. Alm. Tamandaré, 1002 - Campina, Belém - PA, 66023-000

## CAÇA PALAVRAS: ENCONTRE AS PALAVRAS E CONCORRA A UM PRÊMIO!

Você sabia que cuidar da saúde intestinal é fundamental para o equilíbrio do corpo e o bem-estar geral? Pensando nisso, criamos um Caça-Palavras especial para te ajudar a aprender mais sobre o tema de forma leve e divertida!

Como Funciona:

1. Procure as palavras relacionadas à saúde intestinal no Caça-Palavras.
2. Após completar, envie suas respostas (ou uma foto do Caça-Palavras preenchido) para o nosso e-mail ou WhatsApp.
3. Dependendo do número de palavras que você encontrar, você pode ganhar um prêmio exclusivo preparado pela nossa equipe!

### Por que Participar?

Além de ter a chance de ganhar um prêmio, você vai aprender mais sobre prevenção, alimentação e hábitos saudáveis que melhoram a digestão e ajudam a cuidar do seu corpo.

É fácil, divertido e educativo! Entre no desafio, mostre seus conhecimentos e conecte-se com a sua saúde de forma única!

T	H	N	W	S	B	I	F	I	F	W	F	A	O	W	E	Y	E	R	T	O	H
E	I	A	L	E	R	S	P	H	T	T	C	Ã	R	D	O	T	E	R	E	K	E
U	A	T	Y	D	S	E	S	P	H	O	Ç	S	A	O	T	N	F	E	D	B	A
E	R	L	A	A	A	A	E	D	A	N	E	T	D	E	I	S	A	C	Ú	I	I
T	C	U	L	Ç	S	R	N	S	E	C	M	P	I	N	D	O	B	U	A	F	S
A	L	S	I	Ã	E	D	S	V	O	C	I	D	A	Ç	S	F	E	P	S	U	P
O	I	N	M	O	B	O	E	T	A	O	E	E	G	A	E	A	M	E	A	H	Ó
T	M	O	E	A	D	R	E	W	H	R	E	C	N	Â	C	R	A	R	R	O	I
N	P	C	N	C	P	S	O	C	I	D	É	M	Ó	T	M	E	M	A	X	E	B
E	E	T	T	Ó	E	H	A	P	G	F	H	I	S	E	E	B	T	Ç	E	Y	L
M	Z	E	A	L	R	O	S	A	I	E	S	E	T	T	E	O	A	Ã	I	F	R
A	A	C	Ç	O	E	G	S	B	I	L	R	E	I	N	O	W	T	O	O	F	R
T	N	I	Ã	N	I	E	R	W	R	E	Ó	T	C	A	S	W	E	B	H	F	O
A	H	D	O	D	S	A	N	G	U	E	E	P	O	X	R	T	I	A	E	L	L
R	E	O	N	S	S	I	D	I	O	D	R	P	S	A	T	E	D	B	W	C	F
T	E	O	N	I	T	S	E	T	N	I	O	E	T	L	I	L	A	T	H	N	O

## DICAS, BOA SORTE!

- 01: Parte do corpo responsável por absorver água no processo de digestão.
- 02: Pequena formação que pode aparecer no intestino e precisa ser investigada.
- 03: Órgão em formato tubular que processa os nutrientes.
- 04: Meta que todos buscamos para uma vida plena.
- 05: Procedimento para checar como está o funcionamento do corpo.
- 06: Estado utilizado em alguns procedimentos médicos para conforto do paciente.
- 07: Parte final do intestino, antes da saída.
- 08: Conjunto de alimentos que influenciam diretamente a nossa saúde.
- 09: Momento de conversar com o médico e tirar dúvidas.
- 10: Produto usado para estimular o funcionamento do intestino.
- 11: Melhor forma de evitar doenças.
- 12: Sensação incômoda no abdômen que todos já sentiram.
- 13: Exame que analisa uma amostra de tecido.
- 14: Profissional dedicado ao cuidado com a saúde.
- 15: Nome do problema identificado em uma consulta ou exame.
- 16: Caminho para melhorar ou curar uma doença.
- 17: Pessoa que recebe cuidados médicos.
- 18: Doença que exige atenção, especialmente quando detectada cedo.
- 19: Nutriente essencial para o bom funcionamento do intestino.
- 20: Base para uma vida saudável e equilibrada.
- 21: Preparação essencial para exames como a colonoscopia.
- 22: Parte do corpo analisada em exames médicos detalhados.
- 23: Líquido vital que circula pelo nosso corpo.
- 24: Situação que exige cuidado médico.
- 25: Período após o tratamento para voltar à saúde plena.



91 2121-5335



9 9121-6366



contato@iconsulteja.com.br



iconsulteja

Av. Alm. Tamandaré, 1002 - Campina, Belém - PA, 66023-000



# PREVINA-SE, CUIDE-SE E VIVA COM MAIS QUALIDADE DE VIDA! ATÉ A PRÓXIMA E CUIDE BEM DE VOCÊ!

A colonoscopia pode parecer um exame desafiador à primeira vista, mas com o conhecimento certo e o preparo adequado, você perceberá que ela é, na verdade, uma aliada poderosa para sua saúde. Este e-book teve como objetivo desmistificar o procedimento e mostrar como ele pode prevenir doenças graves e oferecer tranquilidade em relação à saúde do seu intestino.

Lembre-se: cuidar de si mesmo é um ato de amor próprio. Ao incorporar a colonoscopia em sua rotina de cuidados preventivos, você está investindo em uma vida mais saudável e plena.

Se ficou com alguma dúvida, não hesite em conversar com seu médico ou profissional de saúde. A informação é sua maior aliada!



## VOCÊ ESTÁ NO CONTROLE DA SUA SAÚDE



91 2121-5335



contato@iconsulteja.com.br



iconsulteja



91 99121-6366



Av. Almirante Tamandaré, 1002  
Esquina com a Trav. São Pedro | CEP: 66.023-000



iconsulteja



# CONSULTEJÁ!

CENTRO MÉDICO ESPECIALIZADO