



NOVEMBRO

Azul

prevenção ao
câncer de próstata

Homem que se **cuida**
aproveita o melhor
da **vida!**





O **câncer de próstata** é segundo tipo de câncer mais comum entre homens (atrás apenas do câncer de pele não-melanoma). Ele se caracteriza pelo crescimento descontrolado de células anormais que formam tumores.

No Brasil, estima-se **70 mil novos casos por ano** e este número pode aumentar devido ao envelhecimento da população.

É um câncer silencioso que pode levar a óbito se não diagnosticado precocemente e tratado corretamente.

::: FATORES DE RISCO

OBESIDADE: Excesso de gordura corporal aumenta o risco de câncer de próstata.

IDADE: A próstata apresenta um aumento natural com o passar da idade em quase todos os homens, e tanto a incidência de câncer quanto a mortalidade aumentam significativamente após os 50 anos.

HISTÓRICO FAMILIAR: Homens cujo pai ou irmão tiveram câncer de próstata antes dos 60 anos.

É importante observar também outros fatores como os **ambientais** (poluição e exposição a substâncias químicas) e **agentes infecciosos** (casos de histórico de doenças sexualmente transmissíveis). Converse sempre com o seu médico.

::: O QUE É A PRÓSTATA?

É uma glândula presente nos homens, localizada na frente do reto, abaixo da bexiga, envolvendo a parte superior da uretra (canal por onde passa a urina).

A próstata produz o líquido que compõe parte do sêmen, nutre e protege os espermatozoides.





::: SINAIS E SINTOMAS

Na fase inicial, o câncer de próstata pode não apresentar sintomas, porém os mais comuns são:

- Dificuldade e demora em começar e terminar de urinar;
- Sangue na urina;
- Diminuição do jato de urina;
- Necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou à noite.

::: DIAGNÓSTICO

O diagnóstico do câncer de próstata é clínico, mas também pode ser identificado com a combinação dos exames de toque e sangue (PSA), além de exames de imagens e biopsia (se necessário).



TOQUE RETAL: o exame permite ao médico palpar a próstata e perceber se há nódulos (caroços) ou tecidos endurecidos (possível estágio inicial da doença). O toque é feito com o dedo protegido por luva lubrificada.

Apesar de alguns homens terem enorme resistência em realizar, o exame é rápido e indolor.

DOSAGEM DE PSA: exame de sangue que avalia a quantidade de antígeno prostático específico, uma proteína dosada no sangue, cujos valores alterados se correlacionam com condições benignas ou malignas da próstata.



::: COMO PREVENIR?

Adotar práticas saudáveis, diminui o risco da doença:

- Tenha uma alimentação balanceada;
- Mantenha o peso corporal adequado;
- Pratique atividade física;
- Evite o consumo de bebidas alcoólicas;
- Não fume;
- Consulte seu médico regularmente.





Você tem muitos motivos
para curtir a vida, **previna-se!**

#juntoscontraocâncer

Trasmontano
Saúde

 HOSPITAL
IGESP

 **FASIG**
Faculdade de Ciências da Saúde IGESP



ANS - nº 30362-3

Referência: www.inca.gov.br

