

CARTILHA SOBRE CÂNCER DE PRÓSTATA

Não se esconda atrás dos seus preconceitos, cuidar da saúde também é coisa de homem!



Novembro Azul

O movimento internacional, conhecido como Novembro Azul é comemorado em todo o mundo, quando teve início o Movember, movimento cujo nome surgiu da junção das palavras moustache (bigode, em inglês) e november (novembro em inglês), em 2003 na Austrália.

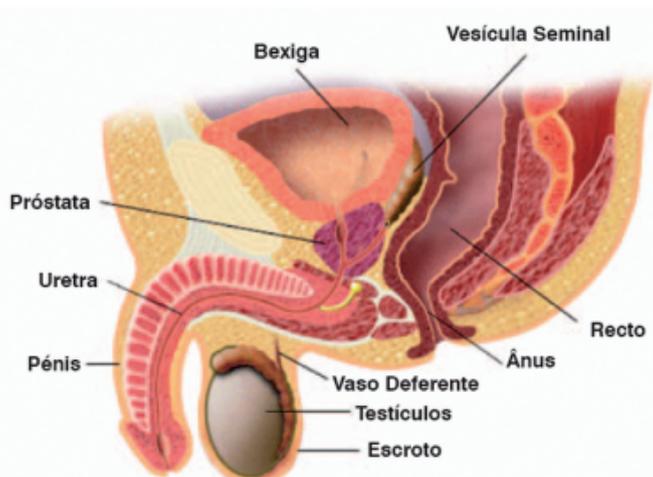
A iniciativa se alastrou, sendo adotada por vários países, inclusive o Brasil, como forma de chamar a atenção dos homens para a importância da prevenção do câncer de próstata.

Hoje, o movimento já atinge mais de 1,1 milhões de pessoas em campanhas formais em países como Austrália, Nova Zelândia, Estados Unidos, Canadá, Reino Unido, Finlândia, Holanda, Espanha, África do Sul e Irlanda.



Você sabe o que é a próstata?

Dados da Próstata



FONTE: IMAGENS MINISTÉRIO DA SAÚDE

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 não é responsável pela ereção nem pelo orgasmo. Sua função é produzir um líquido que compõe parte do sêmen, que nutre e protege os espermatozoides.

Em homens jovens, a próstata possui o tamanho de uma ameixa, mas seu tamanho aumenta com o avançar da idade.

O câncer é resultado da multiplicação desordenada das células da próstata, e os tumores podem se concentrar na glândula ou se espalhar para outros órgãos.

Segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA), o câncer de próstata é o segundo mais comum entre homens, ficando atrás apenas do câncer de pele não melanoma.

No Brasil, estimam-se 65.840 casos novos de câncer de próstata para cada ano do triênio 2020-2022.

Esse valor corresponde a um risco estimado de 62,95 casos novos a cada 100 mil homens.

Sem considerar os tumores de pele não melanoma, o câncer de próstata ocupa a primeira posição no país em todas as Regiões brasileiras.

Com um risco estimado de 72,35/100 mil na Região Nordeste; De 65,29/100 mil na Região Centro-Oeste; De 63,94/100 mil na Região Sudeste; De 62,00/100 mil na Região Sul; De 29,39/100 mil na Região Norte.

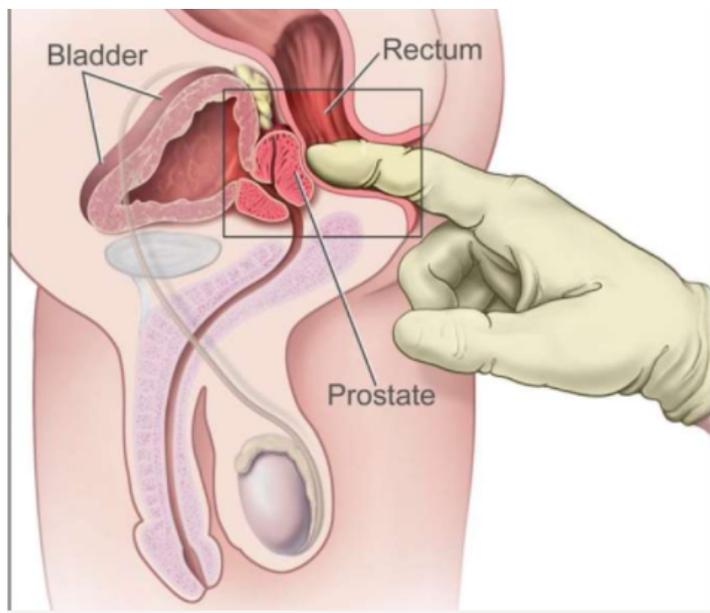
O diagnóstico precoce é hoje a arma mais importante. Quando descoberto nos estágios iniciais, as chances de cura do câncer de próstata são muito mais altas.

A importância dos exames

Fazer os exames solicitados pelo médico no check up é uma das formas de prevenção da doença.

A Sociedade Americana de Urologia recomenda que o exame de sangue para a dosagem do antígeno prostático específico (PSA) seja realizado anualmente por homens entre os 45 a 50 anos. Além dele, também é importante o exame da próstata.

Fazer o exame de toque permanece sendo um tabu entre os homens, e se torna um assunto de ainda maior complexidade quando uma doença crônica como essa é descoberta. O medo e a ansiedade com relação a tal diagnóstico podem, inclusive, influenciar ainda mais o imaginário masculino, trazendo condições sérias, como a depressão.



IMAGENS: FONTE MINISTÉRIO DA SAÚDE

Fatores de Riscos

Existem fatores que podem aumentar as chances de desenvolver câncer de próstata.

Idade: O risco aumenta com o avançar da idade. No Brasil a cada 10 homens diagnosticados, nove têm mais de 55 anos.

Histórico Familiar: Homens cujo pai, avô ou irmão tiveram câncer de próstata antes dos 60 anos fazem parte do grupo de risco.

Sobrepeso e obesidade: Estudos recentes mostram maior risco de câncer de próstata em homens com peso acima do normal.



IMAGENS: FONTE CANVA

Quais são os sinais e sintomas?

Na fase inicial, o câncer de próstata pode não apresentar sintomas.

Quando apresenta, os mais comuns são dificuldade de urinar, sangue na urina, diminuição do jato de urina, dificuldade de ereção, necessidade de urinar mais vezes, durante o dia e a noite.

Em fase mais avançada, os outros sintomas são dores nas costas, nos ossos e nos testículos. Diante desses sintomas, recomenda-se procurar auxílio médico.

Doença Benigna

Esses sinais e sintomas, no entanto, também podem ser manifestações de doenças benignas da próstata como:

Hiperplasia benigna: Aumento benigno da próstata. Afeta mais da metade dos homens com idade superior a 50 anos. É natural com o avançar da idade.

Prostatite: Inflamação na próstata, que geralmente é causada por bactérias.

Observação: Na presença de sinais e sintomas, recomenda-se a realização de exames para investigar o câncer de próstatas.

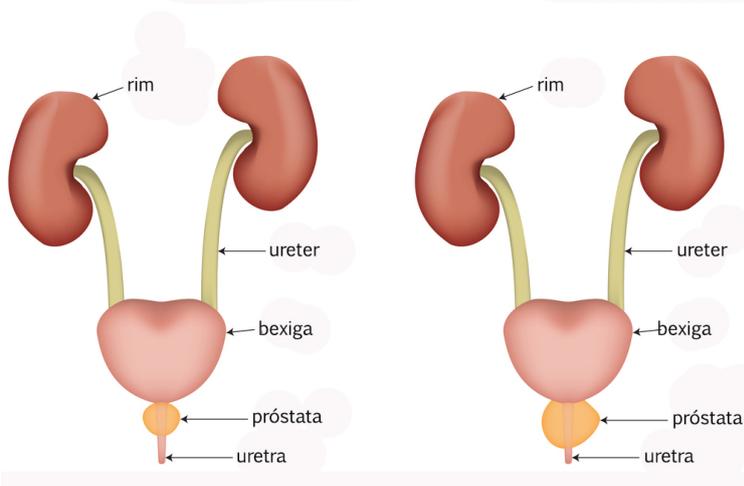


IMAGENS: FONTE HOSPITAL ISRAELITA DE SP

Prevenção

Próstata Saudável

Próstata com Câncer



IMAGENS: MINISTÉRIO DA SAÚDE

Segundo o Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva, 2ª reimpressão de 2019, manter hábitos saudáveis é a melhor forma de evitar a doença. Uma alimentação balanceada com frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais, aliada à uma ingestão menor de gordura, ajudam a diminuir o risco de câncer.

Da mesma forma, fazer uma atividade física ao menos 30 minutos por dia, manter o peso adequado à altura, diminuir o consumo de álcool e não fumar, são algumas das recomendações que ajudam a prevenir contra essa e outras doenças. Uma informação importante no caso do câncer de próstata é a hereditariedade como fator relevante. Caso haja algum parente próximo, pai ou irmão, com a doença antes dos 60 anos, o risco de se ter a doença aumenta entre 3 e 10 vezes, se comparado à população em geral.

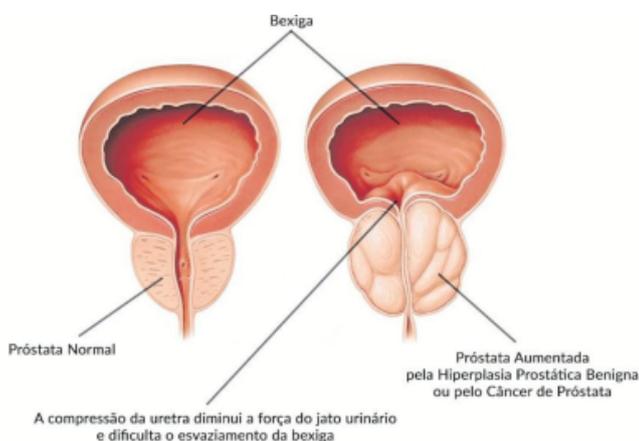
Tratamento

Para doença localizada, cirurgia, radioterapia e até mesmo observação vigilante (em algumas situações especiais) podem ser oferecidos. Para doença localmente avançada, radioterapia ou cirurgia em combinação com tratamento hormonal têm sido utilizados.

Para doença metastática (quando o tumor original já se espalhou para outras partes do corpo), o tratamento de eleição é a terapia hormonal.

A escolha do tratamento mais adequado deve ser individualizada e definida após discutir os riscos e benefícios do tratamento com o seu médico.

Em 2012, foi instituída a Lei nº 12.732, que estabelece 60 dias como limite máximo de tempo entre o diagnóstico e o início do tratamento dos casos de câncer.



IMAGENS: FONTE MINISTÉRIO DA SAÚDE

Diagnóstico precoce X Rastreamento



IMAGENS: FONTE CANVA

A detecção precoce do câncer de próstata está associada ao diagnóstico em pessoas que apresentam sinais da doença, ampliando as chances de cura com o rápido início do tratamento. Já o rastreamento sugere a realização dos exames em homens que não apresentam sintomas.

O Ministério da Saúde, o Instituto Nacional de Câncer (INCA) e a Organização Mundial da Saúde (OMS) não recomendam a realização de programas universais e sistemáticos para o rastreamento do câncer de próstata e orientam que a abordagem deve ser individualizada, após os devidos esclarecimentos de tal conduta por parte do urologista assistente.

Referências:

Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva
Câncer de próstata: Vamos falar sobre isso?/ Instituto Nacional de Câncer
José Alencar Gomes da Silva – 2ª Reimpressão – Rio de Janeiro: Inca 2019.

https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//cartilha_cancer_prostata_2017.pdf

FONTE: Ministério da Saúde, Instituto Nacional de Câncer (INCA),
Sociedade Brasileira de Urologia e Instituto Lado a Lado pela Vida

Imagens: Fonte Canva, Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da
Silva, Ministério da Saúde.

http://www.ipism.mg.gov.br/arquivos/noticias/cartilha_novembro_azul.pdf

Cuidar da **saúde** também
é investir no **futuro!**



CRF-MT
contra o
câncer de
próstata

CRF  **MT**

Conselho Regional de Farmácia do Estado de Mato Grosso

#NOVEMBRO
AZUL
PREVENÇÃO É COISA DE HOMEM