

NOVEMBRO AZUL: PREVINA-SE E VIVA MELHOR

O movimento Novembro Azul teve início em 2003, na Austrália, com o objetivo de chamar a atenção para a prevenção e o diagnóstico precoce das doenças que atingem a população masculina, com ênfase na prevenção do câncer de próstata.

A próstata é uma glândula do sistema reprodutor masculino que encontra-se situada abaixo da bexiga com a uretra passando por dentro dela. É responsável pela produção e armazenamento do fluido que contém o sêmen.

Diariamente, 42 homens morrem em decorrência do câncer de próstata e, aproximadamente, 3 milhões vivem com a doença. Conforme dados do Instituto Nacional de Câncer (Inca), foram diagnosticados 68.220 novos casos de câncer de próstata e cerca de 15 mil mortes/ano em decorrência da doença no Brasil, para cada ano do biênio 2018/2019.

É o tipo de câncer mais frequente entre os homens brasileiros, depois do câncer de pele, ocorrendo geralmente em homens mais velhos - cerca de 6 em cada 10 casos são diagnosticados em pacientes com mais de 65 anos.

Na fase inicial, o câncer de próstata não apresenta sintomas e quando alguns sinais começam a aparecer, cerca de 95% dos tumores já estão em fase avançada, dificultando a cura. Na fase avançada, os sintomas são: dor óssea; dores ao urinar; vontade de urinar com frequência; presença de sangue na urina e/ou no sêmen.

Fatores de risco:

Histórico familiar de câncer de próstata: pai, irmão e tio; raça: homens negros sofrem maior incidência deste tipo de câncer; obesidade.



FATORES DE RISCO PARA O CÂNCER DE PRÓSTATA:

- Histórico familiar de câncer de próstata: pai, irmão e tio
- Raça: homens negros sofrem maior incidência
- Alimentação rica em gordura animal e pobre em alimentos naturais
- Sedentarismo e obesidade
- Disfunção hormonal

Novembro Azul
Mês do combate ao câncer de próstata



Prevenção e tratamento:

A única forma de garantir a cura do câncer de próstata é o diagnóstico precoce. Mesmo na ausência de sintomas, homens a partir dos 45 anos com fatores de risco, ou 50 anos sem estes fatores, devem ir ao urologista para conversar sobre o exame de toque retal, que permite ao médico avaliar alterações da glândula, como endurecimento e presença de nódulos suspeitos, e sobre o exame de sangue PSA (antígeno prostático específico).

Cerca de 20% dos pacientes com câncer de próstata são diagnosticados somente pela alteração no toque retal. Outros exames poderão ser solicitados se houver suspeita

de câncer, como as biópsias, que retiram fragmentos da próstata para análise, guiadas pelo ultrassom transretal.

A indicação da melhor forma de tratamento vai depender de vários aspectos, tais como: estado de saúde atual, estadiamento da doença e expectativa de vida. Em casos de tumores de baixa agressividade há a opção da vigilância ativa, na qual, periodicamente se faz um monitoramento da evolução da doença, intervindo se houver progressão. Dependendo do estágio da doença e os fatores mencionados anteriormente, as principais opções de tratamento para homens com câncer de próstata podem incluir conduta expectante, cirurgia, radioterapia, criocirurgia, terapia hormonal, quimioterapia e tratamento da disseminação da doença para os ossos.

O exame de toque retal e de PSA, são os principais meios para detectar a doença precocemente, quando as chances de cura são maiores e os tratamentos menos invasivos. Converse sempre com seu urologista sobre o tema, tirando dúvidas e quebrando preconceitos. A detecção e o tratamento precoces podem salvar vidas!

Fontes: Instituto Lado a Lado pela Vida Instituto Oncoguia, Sociedade Brasileira de Urologia, Agência Nacional de Saúde Suplementar.

Outros transtornos da próstata incluem aumento do seu tamanho (hipertrofia), inflamação e infecção.

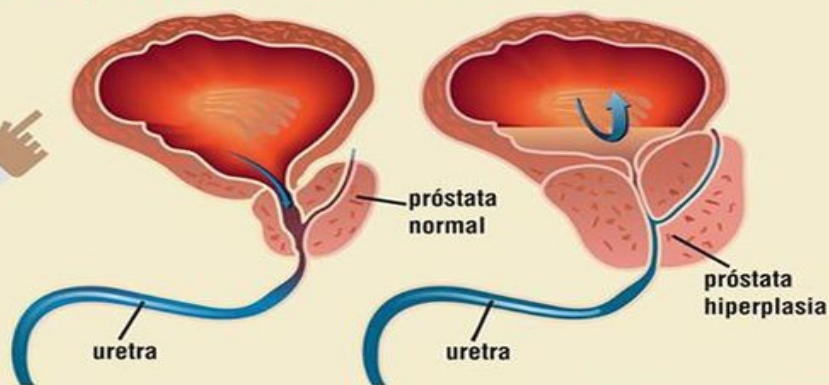
Prostatite:

Prostatite é a inflamação da próstata que pode ser causada por infecções (vírus e bactérias) ou por causas não infecciosas (traumas ou doenças inflamatórias). Pode causar dor ao urinar ou ao ejacular, dor na virilha, dificuldade em urinar ou sintomas constitucionais, febre ou cansaço. Quando inflamada, a próstata aumenta de tamanho e fica sensível ao toque durante o exame retal. O tratamento vai desde antibióticos, anti-inflamatórios, antidepressivos, ansiolíticos, fisioterapia, psicoterapia até cirurgias.

- ✓ Febre
- ✓ Calafrios
- ✓ Dor nas costas e na região pélvica
- ✓ Fadiga
- ✓ Micção dolorida ou frequente
- ✓ Desconforto nos testículos e na uretra
- ✓ Sangue na urina ou na ejaculação
- ✓ Dificuldades durante o ato sexual
- ✓ Secreção ou pus na uretra

Hiperplasia da próstata

O crescimento da próstata, órgão que fica logo após a bexiga, pode acarretar compressão da uretra, causando sintomas como problemas miccionais no homem.



Visite o urologista periodicamente.

www.sbu.org.br

[f /SociedadeBrasileiraUrologia](https://www.facebook.com/SociedadeBrasileiraUrologia)



A Hipertrofia Benigna da Próstata (HBP) é causa mais comum de aumento da glândula e refere-se a um crescimento da próstata devido a um aumento no número de células que constituem a mesma (hiperplasia) de uma causa que não é uma doença maligna. É muito comum em homens mais velhos. Frequentemente é diagnosticada quando a próstata aumenta a ponto de tornar a micção difícil. Os sintomas incluem necessidade de urinar com frequência (polaciúria) ou demorar um pouco para começar (hesitação urinária). Se a próstata ficar muito grande, ela pode contrair a uretra e impedir o fluxo de urina, tornando o ato de urinar doloroso e difícil ou, em casos extremos, completamente impossível, causando retenção urinária. Com o tempo, a retenção crônica pode fazer com que a bexiga cresça e cause um refluxo da urina para os rins, levando a um aumento destes, chamado de hidronefrose. HPB pode ser tratada com medicamentos, pequenos procedimentos cirúrgicos e em casos mais graves cirurgia para retirada da próstata.

Enfim, a mensagem final é: Homem, tenha atitude e seja protagonista da sua saúde. Hábitos saudáveis e acompanhamento médico podem salvar sua vida.

