

IMPORTANTE

Nunca se esqueça da importância de uma vida saudável e de fazer exames de rotina regularmente. No caso de você ou algum familiar descobrir que tem câncer de próstata, não entre em pânico: procure um urologista, que ele poderá fornecer o tratamento adequado para o seu caso.

Fonte: Hospital de Câncer de Barretos e Inca- Instituto Nacional de Câncer José de Alencar Gomes da Silva.



As informações contidas neste folder pretende apoiar e não substituir a consulta médica. Procure sempre uma avaliação pessoal com um médico da sua confiança ou procure uma unidade de saúde.

Red Amarelo

CÂNCER DE PRÓSTATA: QUEM SE PREVINE VIVE MAIS.

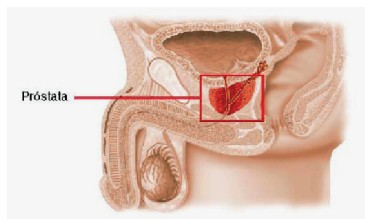
Depois dos cânceres de pele, o câncer de próstata é hoje o tumor mais frequente em homens no Brasil. Ele representa cerca de 4 em cada 10 cânceres que atingem a população masculina brasileira com mais de 50 anos de idade. Por isso, o objetivo deste folder é alertar todos os homens e também suas companheiras sobre a importância em cuidar de sua saúde.



**Assembleia Legislativa
do Estado de Mato Grosso**
CASA CIDADÃ

O CÂNCER DE PRÓSTATA

A próstata é uma glândula que só o homem possui e que se localiza na parte baixa do abdômen. Ela é um órgão muito pequeno, tem a forma de maçã e se situa logo abaixo da bexiga e à frente do reto. A próstata envolve a porção inicial da uretra, tubo pelo qual a urina armazenada na bexiga é eliminada. A próstata produz parte do sêmen, líquido espesso que contém os espermatozoides, liberado durante o ato sexual.



Mais do que qualquer outro tipo, é considerado um câncer da terceira idade, já que cerca de três quartos dos casos no mundo ocorrem a partir dos 65 anos. O aumento observado nas taxas de incidência no Brasil pode ser parcialmente justificado pela evolução dos métodos diagnósticos (exames), pela melhoria na qualidade dos sistemas de informação do país e pelo aumento na expectativa de vida.

PREVENÇÃO

Não foi descoberta ainda uma vacina ou uma medicação que previna o câncer de próstata. Porém os estudos mostram que alguns hábitos saudáveis podem diminuir sua incidência. São basicamente hábitos alimentares que também ajudam a prevenir outros tumores e também outras doenças (como as doenças do coração).

Recomenda-se a ingestão de pouca gordura animal, grande quantidade de vegetais (verduras, legumes e frutas), além do consumo de chá verde, das vitaminas A e D, de selênio (presente na castanha do Pará), e de tomate – fonte de licopeno. Nesse sentido, outros hábitos



saudáveis também são recomendados, como fazer, no mínimo, 30 minutos diários de atividade física, manter o peso adequado à altura, diminuir o consumo de álcool e não fumar.

Essas são formas de se prevenir, mas não evitam completamente que tenhamos o câncer de próstata. O que temos hoje de mais efetivo é a detecção dessa neoplasia precocemente (quando temos a possibilidade de cura em cerca de 90% dos casos). Para que isso seja possível, é importante que façamos os exames anuais de rotina.

DIAGNÓSTICO

Trata-se de colher um exame de sangue (o PSA – antígeno prostático específico) e o exame físico (o toque retal). Alguns homens ainda ficam incomodados em pensar no toque retal, mas trata-se apenas de um exame (importante e indolor). Leva apenas alguns segundos e é essencial, pois cerca de 1 em cada 5 homens com câncer na próstata têm o exame do PSA normal. É também necessário salientar a importância em procurar um especialista para a interpretação correta do exame, pois várias circunstâncias podem alterá-lo além do câncer, o que apenas um médico pode esclarecer.

A Sociedade Brasileira de Urologia (SBU) recomenda que os exames preventivos sejam realizados 1 vez por ano, após os 45 anos de idade, sendo antecipado para 40 anos caso o homem tenha um familiar com câncer de próstata.

É importante lembrar que o câncer de próstata é assintomático em suas fases iniciais, ou seja, a pessoa não sente nenhum sintoma. Só iniciará a sentir dor ou dificuldade de urinar quando a doença já estiver avançada



TRATAMENTO

A forma de tratamento adequada depende de cada caso; da idade do paciente, da expectativa média de vida, do estadiamento da doença (se localizada ou avançada) e principalmente da escolha do paciente frente às opções possíveis.

Para doenças que estão ainda apenas na próstata, existem 3 tipos de tratamento (que são usados isolados ou em associação), que têm o objetivo de tentar curar o paciente. São eles a cirurgia, a radioterapia (radiação aplicada externamente) e a braquiterapia (que consiste na colocação de sementes radioativas no local da próstata).

Cada uma delas tem suas vantagens e desvantagens. Para pacientes mais idosos e tumores menos agressivos, pode-se também acompanhar o paciente rigorosamente e tratar apenas se o tumor mostrar sinais de alteração em sua agressividade. A decisão da melhor forma de tratamento deve ser tomada em conjunto entre o médico, o paciente e a sua família.

Sobre a forma de cirurgia (aberta – convencional, laparoscópica – com pequenas incisões, ou por robô), todas se mostram equivalentes quanto aos resultados oncológicos (chance de controle da doença).

Nos casos avançados, onde a doença já “se espalhou” pelo corpo do paciente, também existem tratamentos, embora não sejam mais curativos, mas que podem controlar a doença, como o bloqueio hormonal (trata-se de bloquear a produção de testosterona, o hormônio masculino, que faz o câncer se desenvolver) ou a quimioterapia em alguns casos.

CUIDA DA SUA SAÚDE
PREVINA-SE
CONTRA O
CÂNCER DE PRÓSTATA



