



Cuidados com a saúde

O QUE É CÂNCER DE PRÓSTATA?

É o tumor que afeta a próstata e mais frequente entre os homens, depois do câncer de pele. Embora seja uma doença comum, por medo ou por desconhecimento muitos homens preferem não conversar sobre esse assunto. As células são as menores partes do corpo humano. Durante toda a vida, as células se multiplicam, substituindo as mais antigas por novas. Mas, em alguns casos, pode acontecer um crescimento descontrolado de células, formando tumores que podem ser benignos ou malignos (câncer). Na maioria dos casos, cresce de forma lenta e não chega a dar sinais durante a vida e nem a ameaçar a saúde do homem. Em outros casos, pode crescer rapidamente, se espalhar para outros órgãos e causar a morte. Esse efeito é conhecido como metástase.

O QUE É A PRÓSTATA?

É uma glândula presente apenas nos homens. Está 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.

ATENÇÃO

As informações têm por objetivo apoiar e informar dados úteis sobre o câncer de próstata, mas não substituem, em hipótese alguma, a consulta médica. Em casos de suspeita, procure um médico especialista de sua confiança para avaliação.



Gestão de Saúde e
Segurança do Trabalho

Av. Cel. Marcos Konder, 1177 – 3º andar
88301-303 – Centro – Itajaí – SC
atendimento@samed.srv.br - (47) 2125.3768

Rede de Atendimento no RS
Caxias do Sul | Farroupilha | Feliz
Flores da Cunha | Gramado | São Marcos

www.samed.srv.br



DICAS PARA
**PREVENIR
O CÂNCER
DE PRÓSTATA**



Gestão de Saúde e
Segurança do Trabalho

QUAIS OS FATORES DE RISCO?

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

IDADE: o risco aumenta com o avançar da idade. No Brasil, a cada dez homens diagnosticados com câncer de próstata, nove têm mais de 55 anos.

HISTÓRICO DE CâNCER NA FAMÍLIA: homens cujo o 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 corporal mais elevado.



COMO PREVENIR O CâNCER DE PRÓSTATA?

Já está comprovado que uma dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais, e com menos gordura, principalmente as de origem animal, ajuda a diminuir o risco de câncer e outras doenças crônicas não-transmissíveis. 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.

FATORES QUE AJUDAM A PREVENIR O CâNCER DE PRÓSTATA

- Ter uma alimentação saudável
- Manter o peso corporal adequado
- Praticar atividade física
- Não fumar
- Evitar o consumo de bebidas alcoólicas



SINAIS E SINTOMAS DO CâNCER DE PRÓSTATA

Na fase inicial, ele pode não apresentar sintomas e, quando apresenta, os mais comuns são:

- dificuldade de urinar;
- 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.

SINTOMAS DO CâNCER DE PRÓSTATA

Esses sinais e sintomas também ocorrem devido a doenças benignas da próstata.

Hiperplasia benigna da próstata é o aumento benigno da próstata. Afeta mais da metade dos homens com idade superior a 50 anos e ocorre naturalmente com o avançar da idade.

Prostatite é uma inflamação na próstata, geralmente causada por bactérias.

IMPORTANTÍSSIMO: na presença de sinais e sintomas, recomenda-se a realização de exames para investigar o câncer de próstata.

QUAIS EXAMES SÃO FEITOS PARA INVESTIGAR O CâNCER DE PRÓSTATA?

Para investigar os sinais e sintomas de um câncer de próstata e descobrir se a doença está presente ou não, são feitos basicamente dois exames iniciais.

EXAME DE TOQUE RETAL: o médico avalia tamanho, forma e textura da próstata, introduzindo o dedo protegido por uma luva lubrificada no reto. Este exame permite palpar as partes posterior e lateral da próstata.

EXAME DE PSA: é um exame de sangue que mede a quantidade de uma proteína produzida pela próstata – Antígeno Prostático Específico (PSA). Níveis altos dessa proteína podem significar câncer, mas também doenças benignas da próstata.



QUAL EXAME CONFIRMA/DIAGNOSTICA O CâNCER DE PRÓSTATA?

Para confirmar o câncer de próstata é preciso fazer uma biópsia. Nesse exame são retirados pedaços muito pequenos da próstata para serem analisados no laboratório. A biópsia é indicada caso seja encontrada alguma alteração no exame de PSA ou no toque retal.

HOMENS SEM SINAIS OU SINTOMAS PRECISAM FAZER EXAMES PARA O CâNCER DE PRÓSTATA?

Alguns especialistas são contra de se fazer exames de rotina em homens sem sintomas, pois pode trazer tanto benefícios quanto riscos à saúde. Outros, no entanto, são a favor.

BENEFÍCIOS: realizar o exame pode ajudar a identificar o câncer de próstata logo no início da doença, aumentando assim a chance de sucesso no tratamento. Tratar o câncer de próstata na fase inicial pode evitar que se desenvolva e chegue a uma fase mais avançada.

RISCOS: ter um resultado que indica câncer, mesmo não sendo, gera ansiedade e estresse, além da necessidade de novos exames, como a biópsia. Diagnosticar e tratar um câncer que não evoluiria e nem ameaçaria a vida. O tratamento pode causar impotência sexual e incontinência urinária. Os riscos desses exames estão relacionados às consequências dos seus resultados e não à sua realização.



QUAL O TRATAMENTO?

Quando localizado apenas na próstata, o câncer pode ser tratado com cirurgia oncológica, radioterapia e até mesmo observação vigilante, em alguns casos especiais. No caso de metástase, ou seja, se o câncer da próstata tiver se espalhado para outros órgãos, a radioterapia é utilizada junto com tratamento hormonal, além de tratamentos paliativos.

A escolha do melhor tratamento é feita individualmente, por médico especializado, caso a caso, após definir quais os riscos, benefícios e melhores resultados para cada paciente, conforme estágio da doença e condições clínicas do paciente. Todas as modalidades de tratamento são oferecidas, de forma integral e gratuita, por meio do Sistema Único de Saúde (SUS).