



NOVEMBRO

Azul

TRT 15ª Região



CAMPANHA MUNDIAL DE PREVENÇÃO AO CÂNCER DE PRÓSTATA



HOMEM, AGORA É A SUA VEZ!

Para entender melhor o que é o câncer de próstata e qual a melhor forma de vencê-lo, leia, reflita e passe as informações para outros homens.

1. O que é o câncer de próstata?

O câncer de próstata é a segunda neoplasia maligna mais comum entre os homens. Ocorre quando células de uma glândula chamada próstata começam a se multiplicar de forma desordenada.

2. Quais seriam os sintomas?

Geralmente, o câncer de próstata em fase inicial não apresenta sintomas. Alguns pacientes podem, inclusive, nunca ter sintomas. Por isso é fundamental que o homem faça exames de rotina. Quando o tumor cresce, os sintomas mais comuns estão relacionados ao ato de urinar, como urgência, dificuldade e levantar várias vezes à noite para ir ao banheiro.

3. O que aumenta a chance de ter a doença?

O único fator de risco bem estabelecido para o desenvolvimento do câncer de próstata é a idade. Com o aumento da expectativa de vida mundial, é esperado que o número de casos novos de câncer de próstata aumente cerca de 60% até o ano de 2015.

Além disso, a história familiar da doença também é considerada fator de risco. Pai ou irmão com câncer de próstata antes dos 60 anos pode aumentar o risco de se ter a doença de 3 a 10 vezes comparado à população em geral,

podendo refletir tanto fatores genéticos (hereditários) quanto hábitos alimentares ou estilo de vida de risco de algumas famílias.

Outro fator importante na etiologia desse tipo de câncer é a dieta. Dietas com base em gordura animal, carne vermelha e embutidos têm sido associadas a um maior risco de desenvolver câncer de próstata.

Além disso, a obesidade também é apontada no aumento do risco de desenvolver essa neoplasia, em especial para aquelas de comportamento mais agressivo.

4. O que se pode fazer para evitar?

Ter hábitos saudáveis como fazer, no mínimo, 30 minutos diários de atividade física, manter o peso adequado à altura, diminuir o consumo de álcool, não fumar e estar atento à qualidade de vida como um todo. É possível que dietas ricas em vegetais, vitaminas D e E, licopeno e ômega-3 sejam capazes de conferir algum efeito protetor contra o câncer de próstata.

5. Esse câncer tem cura?

Alguns desses tumores podem crescer de forma rápida, espalhando-se para outros órgãos e podendo levar à morte. A grande maioria, porém, cresce de forma muito lenta (demora aproximadamente 15 anos para atingir 1 cm³), demorando muito para causar algum sintoma. Daí a importância do diagnóstico precoce, que aumenta significativamente a chance de cura.

6. Como se descobre no início?

Consultando um urologista regularmente. O seu médico determinará quais exames devem ser realizados preventivamente e em que momento, analisando através de seu histórico, se você possui fatores de risco para a doença e que peso eles têm.



ESTIMATIVAS

A MAIS RECENTE ESTIMATIVA MUNDIAL APONTOU O CÂNCER DE PRÓSTATA COMO SENDO O SEGUNDO TIPO MAIS FREQUENTE EM HOMENS.

Realização



Apoio

