

## **Iniciativas da ANS estimulam a prevenção e o bem-estar dos homens**

A campanha mundial do Novembro Azul chega a mais uma edição procurando conscientizar os homens sobre os cuidados com a saúde, especialmente na prevenção do câncer de próstata, um dos mais frequentes entre os brasileiros. Atenta a isso, a Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) aproveita o calendário para lembrar os beneficiários de planos de saúde sobre os procedimentos que constam no Rol de Procedimentos e Eventos em Saúde relacionados à prevenção, diagnóstico precoce e tratamento do câncer de próstata.

O Rol estabelece a cobertura obrigatória que as operadoras de planos de saúde são obrigadas a oferecer e a que beneficiários de planos de saúde têm direito, contemplando procedimentos preventivos, tratamentos e procedimentos reabilitadores. Entre estes, destacam-se dois exames com importante papel para o diagnóstico da doença: o exame de sangue, por meio do Antígeno Prostático Específico (PSA), e o exame de toque retal, ambos cobertos pelos planos de saúde.

O Rol também contempla diversos outros procedimentos que, a depender do caso, podem ser solicitados pelo médico assistente do beneficiário:

Além disso, a ANS, por meio do [Projeto Cuidado Integral](#), incentiva os beneficiários a ter um médico de referência para realizar consultas e exames regularmente, de acordo com a indicação da sua equipe assistencial. Atualmente a Agência, em conjunto com oncologistas e demais profissionais de saúde especializados no tratamento do câncer, está elaborando um Manual de Certificação em Oncologia, que trará o câncer de próstata como uma das linhas atenção.

Outro ponto importante, é que a Agência estimula as operadoras de planos de saúde a desenvolverem [Programas de Promoção da Saúde e Prevenção de Riscos e Doenças \(Promoprev\)](#) voltadas, entre outras, para área de atenção saúde de adultos e idosos e saúde do homem. Alguns desses programas abrangem o câncer de próstata.

[Clique aqui para conhecer a listagem dos programas inscritos e aprovados.](#)

### **Câncer de Próstata do Brasil**

De acordo com o [Instituto Nacional de Câncer \(INCA\)](#), o câncer de próstata é o segundo mais comum entre os homens no Brasil (atrás do câncer de pele não-melanoma). O total estimado de novos casos de câncer de próstata é de 65.840 ([dados de 2020](#)), que corresponde a 29,2% dos tumores incidentes no sexo masculino. Em valores absolutos e considerando ambos os sexos, é o segundo tipo mais comum. O [Atlas de Mortalidade por Câncer](#), também produzido pelo INCA, aponta [15.983 mortes](#) por câncer de próstata. em 2019.

Já o [Mapa Assistencial da Saúde Suplementar 2020](#), ferramenta interativa da ANS, aponta que foram registrados no ano referido, 11.729 eventos hospitalares referentes ao câncer de próstata. Nas distribuições por consultas médicas, 3,0% foram relacionadas a especialidade de urologia.

### **Sintomas**

De acordo com o [Ministério da Saúde](#), o câncer de próstata, inicialmente, pode não apresentar sintomas. Mas quando ele se manifesta, os sinais 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.

Na presença de sinais e sintomas, recomenda-se procurar uma unidade médica para realizar exames com um médico especialista.

### **Prevenção e tratamento**

O diagnóstico precoce do câncer de próstata é fundamental para maior chance de recuperação. E a única forma para diagnosticar é através do toque retal. 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. Outros exames poderão ser solicitados se houver suspeita de câncer, como as biópsias, que retiram fragmentos da próstata para análise, guiadas pelo ultrassom transretal.

De acordo com o INCA, 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, como também de outras doenças crônicas não-transmissíveis. Nesse sentido, outros hábitos saudáveis

também são recomendados, como fazer no mínimo 30 minutos diários de atividade física, manter o peso adequado à altura, identificar e tratar adequadamente a hipertensão, diabetes e problemas de colesterol, diminuir o consumo de álcool e não fumar.

Por isso não perca tempo e deixe o preconceito de lado. Se você já estiver na faixa recomendada para a realização do exame procure um urologista e converse sobre o tema. A detecção e o tratamento precoces podem salvar vidas.

Clique e obtenha mais informações no portal do [Ministério da Saúde](#).

**Fonte:** ANS, em 09.11.2021.