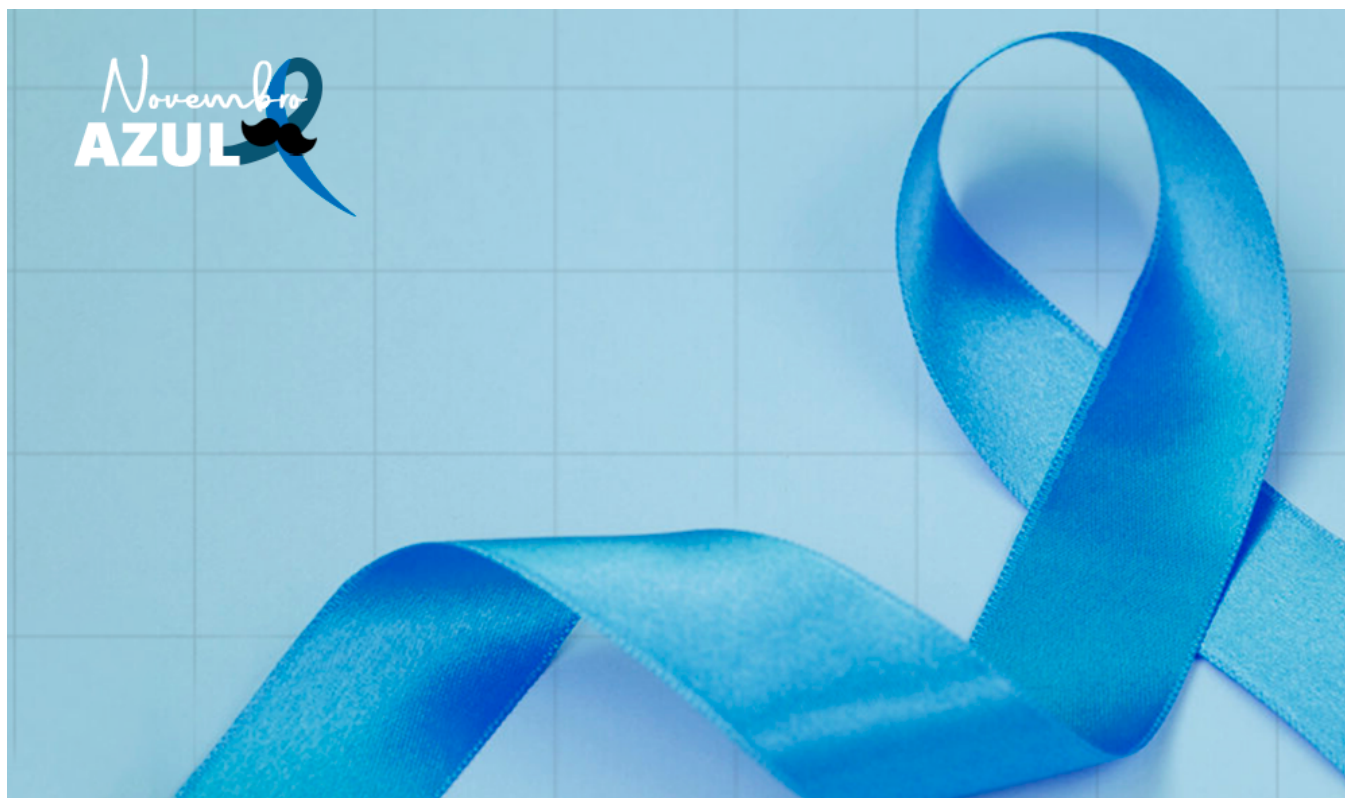


Preconceito ainda é um grande inimigo da prevenção ao câncer de próstata



Comunicação FUNCEF

No Brasil, um homem morre a cada 38 minutos devido ao câncer de próstata, que representa quase 30% dos casos oncológicos masculinos, segundo dados do Instituto Nacional do Câncer (Inca). E a redução desta triste estatística ainda esbarra na falta de autocuidado e preconceito.

O Ministério da Saúde aponta que 31% dos homens brasileiros não têm o costume de ir ao médico. Isso somado ao tabu quando se trata dos órgãos sexuais e reprodutivos masculinos ajuda a explicar por que eles vivem, em média, sete anos a menos que as mulheres.

A próstata é responsável por produzir o fluido que protege e nutre os espermatozoides, enquanto a vesícula produz o líquido seminal. “São dois órgãos reprodutores responsáveis pela produção do sêmen”, explica Diogo Mendes, médico especialista em urologia oncológica e cirurgia robótica.

Doença silenciosa

Um dos grandes desafios, destaca ele, é que o câncer na próstata evolui silenciosamente, sem sintomas precoces. Se não houver uma rotina de exames regulares, o paciente só descobrirá a doença em estado avançado.

“Quando o homem apresenta sintomas, que são sangramento, dor ou dificuldade para urinar e dor óssea ou abdominal, a doença, muitas vezes, já está muito avançada, normalmente em metástase [já se espalhou para outras partes do corpo]. Então, o segredo é procurar o câncer e achá-lo o quanto antes”, observa o médico.

Mendes diz que os homens têm muito a aprender com o comportamento preventivo das mulheres. “Usamos o câncer de mama para parâmetro. A mulher faz exames todo ano, pois sabe que a chance de cura é muito maior quando detectado precocemente. A mesma coisa vale para a

próstata.”

Grupo de maior risco

Estimativas do Inca projetam a ocorrência de mais de 65 mil novos casos de câncer de próstata no Brasil este ano. Esse tipo de câncer costuma se manifestar depois dos 45 anos, com pico de incidência na faixa etária dos 50 aos 69 anos, podendo se desenvolver até o fim da vida.

“Quanto mais jovem o homem apresentar o câncer, em teoria, mais severo e agressivo ele será. Por isso, incentivamos quem tem a doença no histórico familiar vá ao médico a partir dos 40 anos. Em caso contrário, a partir dos 45”, orienta o médico Diogo Mendes.

Outras orientações para os homens são semelhantes às orientações para mulheres: procurar um médico mesmo não estando doente ou com sintomas. Fazer consultas e exames de rotina são essenciais para acompanhar a saúde, e descobrir eventuais doenças e tratá-las rapidamente.

O que aumenta o risco?

- A idade é um fator de risco importante. A incidência e a mortalidade aumentam significativamente após os 50 anos
- Pai ou irmão com câncer de próstata antes dos 60 anos, o que pode refletir tanto fatores genéticos (hereditários) quanto hábitos alimentares ou estilo de vida de risco de algumas famílias
- Excesso de gordura corporal
- Exposições a aminas aromáticas (compostos orgânicos derivados da amônia comuns nas indústrias química, mecânica e de transformação de alumínio), arsênio (usado como conservante de madeira e como agrotóxico), produtos de petróleo, motor de escape de veículo, hidrocarbonetos policíclicos aromáticos (HPA), fuligem e dioxinas

Como Prevenir?

- Adote uma alimentação saudável e equilibrada
- Pratique regularmente atividades físicas
- Mantenha o peso ideal
- Identifique e trate adequadamente a pressão alta, diabetes e problemas de colesterol e não fumar

Fonte: [Funcef](#), em 30.11.2022.