

## **Campanha busca incentivar homens a intensificar o cuidado com a saúde e a realizar exames preventivos**

A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) se une à campanha global Novembro Azul para conscientizar os homens sobre a importância dos cuidados com a saúde e da detecção precoce do câncer de próstata, o segundo tipo mais comum entre os homens no Brasil. A ANS aproveita a ocasião para reafirmar que a lista de coberturas obrigatórias para usuários de planos de saúde inclui consultas, exames, terapias e procedimentos para prevenção, detecção e tratamento da doença.

Entre as tecnologias cobertas pelo Rol de Procedimentos e Eventos em Saúde estão, por exemplo, o exame de sangue para quantificação do Antígeno Prostático Específico (PSA) e o toque retal, realizado durante a consulta médica, que são exames importantes para verificação da doença em seu estágio inicial. O Rol ainda contempla a realização de biópsias, ultrassonografias, cirurgias, procedimentos reparadores para reabilitação e assegura também cobertura para quimioterapia e terapia antineoplásica oral.

### **Sintomas e alertas**

Segundo dados do Instituto Nacional de Câncer (Inca), o Brasil deve registrar cerca de 72 mil novos casos de câncer de próstata entre 2023 e 2025.

Inicialmente, a doença pode não apresentar sintomas, mas quando se manifesta, segundo o Ministério da Saúde (MS), os sinais mais comuns são: dificuldade de urinar, demora em começar e terminar de urinar, sangue na urina, diminuição do jato de urina, aumento na frequência urinária durante o dia ou à noite e disfunção erétil.

### **Rastreamento e diagnóstico**

O rastreamento é recomendado, principalmente, para homens a partir de 45 anos com fatores de risco, mediante decisão compartilhada com o médico. Os exames de sangue PSA e toque retal devem ser realizados com a frequência indicada pelo profissional de saúde.

Caso seja encontrada alguma alteração nos exames, a confirmação do câncer de próstata é feita através de uma biópsia.

### **Prevenção**

O câncer de próstata possui causas multifatoriais, sendo influenciado por fatores como idade avançada, histórico familiar de câncer, obesidade e exposição ocupacional a substâncias cancerígenas. Por isso, a educação em saúde é fundamental, com foco na adoção de hábitos que

ajudam a reduzir os riscos.

Segundo o Ministério da Saúde, alguns hábitos diários de vida saudável ajudam a prevenir o câncer de próstata:

- Alimentação: ter uma dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais, e com menos gordura, principalmente as de origem animal
- Atividade física: praticar exercícios por, no mínimo, 30 minutos diários e manter o peso corporal adequado à altura
- Mudanças na rotina: evitar o consumo de bebidas alcoólicas e o tabagismo

## **Tratamento**

O plano terapêutico pode envolver cirurgia, radioterapia, hormonioterapia, quimioterapia, entre outras abordagens. A escolha depende do tipo e estágio do câncer, bem como do estado físico, nutricional e emocional do paciente.

Os beneficiários de planos de saúde que queiram saber quais procedimentos são cobertos pelas operadoras podem consultar a ferramenta de busca na página [O que o seu plano de saúde deve cobrir?](#)

## **Certificação de Boas Práticas em Atenção Oncológica**

Para incentivar a qualificação dos serviços oncológicos na saúde suplementar, a ANS lançou o [Manual de Certificação de Boas Práticas em Atenção Oncológica – OncoRede](#). A iniciativa busca aprimorar a jornada do paciente oncológico, com diagnósticos mais ágeis, tratamentos coordenados e atendimento humanizado. O câncer de próstata está entre os cinco tipos com maior incidência considerados no Programa.

Operadoras que adotarem essas boas práticas poderão obter um selo de qualidade, atestando seu compromisso com a excelência na assistência à saúde.

Para mais informações sobre o Programa de Certificação de Boas Práticas em Atenção à Saúde, clique [aqui](#).

**Fonte:** [ANS](#), em 12.11.2025.