

Novembro é o mês de dedicação especial à saúde dos homens. O Novembro Azul faz um alerta e visa conscientizar esse público a respeito de doenças masculinas, com ênfase na prevenção e diagnóstico precoce do câncer de próstata.

Conforme dados do Instituto Nacional do Câncer (Inca), mais de 68 mil novos casos da doença e cerca de 13 mil mortes devem ocorrer ainda este ano em decorrência da doença.

O câncer de próstata é o segundo tipo de câncer mais incidente em homens de todas as regiões do país - com 28,6% dos casos, atrás apenas do câncer de pele não-melanoma. As taxas de incidência no Brasil vêm aumentando devido a dois motivos: aumento da expectativa de vida da população e melhoria da capacidade diagnóstica.

Atenta a esse cenário e à necessidade de melhorias na atenção oncológica aos beneficiários de planos de saúde no país, a Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) desenvolve o [Projeto Oncorede](#), que propõe um conjunto de ações integradas para reorganizar e aprimorar a prestação dos serviços de saúde para pacientes com câncer no Brasil.

Atualmente, participam do projeto 21 operadoras e 20 prestadores de serviços. Deste total, 11 estão implementando projetos que contemplam o cuidado ao paciente com câncer de próstata.

O modelo recomendado pela ANS inclui um conjunto de ações integradas capazes de reorganizar, estimular a integração e aprimorar a prestação de serviços de atenção oncológica no país, com um sistema de saúde organizado e responsivo. Um diagnóstico mais preciso da situação atual do cuidado oncológico, o estímulo à adoção de boas práticas na atenção ambulatorial e hospitalar e melhorias nos indicadores de qualidade da atenção ao câncer na saúde suplementar são os resultados buscados no projeto.

Sintomas e diagnóstico do câncer de próstata

De acordo com o Inca, em sua fase inicial, o câncer da próstata tem evolução silenciosa. Muitos pacientes não apresentam nenhum sintoma ou, quando apresentam, são semelhantes aos do crescimento benigno da próstata - dificuldade de urinar, necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou a noite. Na fase avançada, pode provocar dor óssea, sintomas urinários ou, quando mais grave, infecção generalizada ou insuficiência renal.

Dois exames iniciais têm grande importância para o diagnóstico da doença: o exame de sangue, por meio do Antígeno Prostático Específico (PSA), e o exame de toque, ambos cobertos pela Rol de Procedimentos e Eventos em Saúde que determina a cobertura mínima obrigatória dos planos de saúde. Esses dois exames, quando associados, podem dar uma segurança de cerca de 90% ou mais, auxiliando no diagnóstico precoce da doença.

A Sociedade Brasileira de Urologia recomenda que homens a partir de 50 anos devem procurar um profissional especializado para avaliação individualizada. Aqueles da raça negra ou com parentes de primeiro grau com câncer de próstata devem começar aos 45 anos.

Prevenção

Ainda segundo 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, diminuir o consumo de álcool e não fumar.



FATORES DE RISCO PARA O CÂNCER DE PRÓSTATA:

- Histórico familiar de câncer de próstata: pai, irmão e tio
- Raça: homens negros sofrem maior incidência
- Alimentação rica em gordura animal e pobre em alimentos naturais
- Sedentarismo e obesidade
- Disfunção hormonal

Novembro Azul
Mês do combate ao câncer de próstata



Fonte: ANS, em 07.11.2018.