

Novembro é o mês dedicado ao alerta para a importância da conscientização a respeito de doenças masculinas, especialmente a prevenção do câncer de próstata, o mais frequente entre os homens brasileiros depois do câncer de pele. A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) aproveita o momento para reforçar aos beneficiários de planos de saúde 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 mínima obrigatória a que beneficiários de planos de saúde têm direito.

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 retal, ambos cobertos pelos planos de saúde. Esses dois exames, quando associados, podem dar uma segurança de cerca de 90% ou mais, auxiliando no diagnóstico precoce da doença. Confira no quadro abaixo os demais procedimentos cobertos.

Em paralelo à garantia de cobertura, a ANS estimula as operadoras de planos de saúde a desenvolverem Programas de Promoção da Saúde e Prevenção de Riscos e Doenças (Promoprev). Atualmente, há 1.420 programas cadastrados na ANS para as áreas de atenção Saúde do Adulto e Saúde do Idoso, que abrangem diversas condições de saúde, incluindo o cuidado do câncer de próstata.

Especificamente para a área de atenção saúde do homem, há atualmente 28 programas cadastrados na ANS, sendo que 24 deles possuem ações e medidas voltadas para a linha de cuidado do câncer de próstata. Outras áreas que recebem atenção especial são: câncer de pênis, câncer de testículo, a andropausa e as doenças sexualmente transmissíveis.

Dados sobre o câncer de próstata

Diariamente, 42 homens morrem em decorrência do câncer de próstata e aproximadamente 3 milhões vivem com a doença. Conforme dados do Instituto Nacional de Câncer (Inca), foram diagnosticados 68.220 novos casos de câncer de próstata e cerca de 15 mil mortes/ano em decorrência da doença no Brasil, para cada ano do biênio 2018/2019.

É o tipo de câncer mais frequente entre os homens brasileiros, depois do câncer de pele, ocorrendo geralmente em homens mais velhos - cerca de 6 em cada 10 casos são diagnosticados em pacientes com mais de 65 anos.

Sintomas e fatores de risco

A próstata é uma glândula do sistema reprodutor masculino, que pesa cerca de 20 gramas e se assemelha a uma castanha. Localiza-se abaixo da bexiga e sua função é produzir e armazenar o líquido prostático que, junto com o líquido seminal produzido pelas vesículas seminais e os espermatozoides produzidos nos testículos, forma o sêmen.

Na fase inicial, o câncer de próstata não apresenta sintomas e quando alguns sinais começam a aparecer, cerca de 95% dos tumores já estão em fase avançada, dificultando a cura. Na fase avançada, os sintomas são: dor óssea, dores ao urinar, vontade de urinar com frequência e presença de sangue na urina e/ou no sêmen.

Entre os fatores de risco estão histórico familiar de câncer de próstata (pai, irmão e tio); obesidade e raça: homens negros sofrem maior incidência deste tipo de câncer.

Prevenção e tratamento

A única forma de garantir a cura do câncer de próstata é o diagnóstico precoce. 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.

Cerca de 20% dos pacientes com câncer de próstata são diagnosticados somente pela alteração no toque retal. Outros exames poderão ser solicitados se houver suspeita de câncer, como as biópsias, que retiram fragmentos da próstata para análise, guiadas pelo ultrassom transretal.

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, identificar e tratar adequadamente a hipertensão, diabetes e problemas de colesterol, diminuir o consumo de álcool e não fumar.

E lembre-se: uma vez diagnosticado o câncer de próstata, a indicação da melhor forma de tratamento vai depender de vários aspectos, como estado de saúde atual, estadiamento da doença e expectativa de vida. Converse sempre com seu urologista sobre o tema, tirando dúvidas e quebrando preconceitos. A detecção e o tratamento precoces podem salvar vidas.

Curta e compartilhe as ações do #NovembroAzul nas redes sociais da ANS.



NOVEMBROAZUL
Cuidar da saúde é para todos!

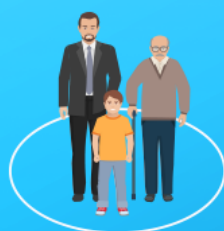
FATORES QUE AUMENTAM O RISCO DE DESENVOLVER O CÂNCER DE PRÓSTATA:



MÁ ALIMENTAÇÃO



SEDENTARISMO



HISTÓRICO FAMILIAR



OBESIDADE



ans.gov.br
0800 701 9656

Fonte: ANS, em 06.11.2020.