



SENADO FEDERAL

PREVINA O CÂNCER DE PRÓSTATA



SENADOR CLÉSIO ANDRADE

Previna o câncer de próstata

APRESENTAÇÃO

O câncer de próstata tem sido um dos mais frequentes a ser diagnosticado no sexo masculino. É preciso procurar um especialista o quanto antes para que essa doença seja diagnosticada no início, porque há grandes possibilidades de cura.

Por causa desse perfil, o melhor a se fazer contra o câncer de próstata é o acompanhamento médico periódico. Porém, o que preocupa com essa doença é que os homens, em sua maioria, preferem deixar a situação para a sorte a fazer os exames corriqueiros. O mais comum é somente procurarem o médico quando os sintomas já estão aparecendo, quando o tratamento exige maiores sacrifícios e sofrimentos.

Por favor, leia as informações desta cartilha. Para a sua saúde, o seu bem-estar e o da sua família, conhecendo mais sobre a doença e sobre as possibilidades de tratamento do câncer de próstata sua visão vai mudar. Não esqueça, quando diagnosticado no início, a medicina tem mais recursos. Quando descoberto a tempo, o câncer de próstata pode ser tratado.

Clésio Andrade

Senador

1. UMA QUESTÃO DE SAÚDE... E DE MENTALIDADE

A partir de agora, vamos falar sobre um assunto que causa grande preocupação na área da saúde brasileira: o câncer de próstata. E sabe o que é mais estranho? O câncer de próstata não preocupa por ser incurável ou de difícil tratamento. Nada disso. Se for descoberto a tempo, é perfeitamente possível tratá-lo, como muitos outros tipos de câncer. Na verdade, o que preocupa os profissionais da saúde é que é difícil diagnosticar o câncer de próstata.

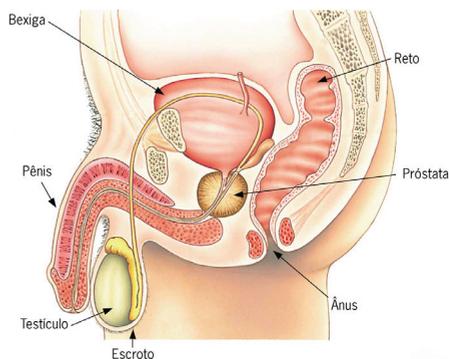
MAS SE ELE É TÃO CONHECIDO, POR QUE É MAIS DIFÍCIL DE SER DIAGNOSTICADO?

Acredite, o que dificulta o diagnóstico não é a doença, e sim o paciente. Isso mesmo. O câncer de próstata é um mal que tem o preconceito masculino como aliado. Muitos homens acreditam que fazer um exame de próstata vai contra sua masculinidade, pode ser motivo de piada ou algo assim. Pensar assim pode custar muito caro: a sua VIDA!

Nas próximas páginas, você vai conhecer um pouco mais sobre o câncer de próstata, uma doença tratável se descoberta a tempo. Uma doença, como qualquer outra do mesmo nível, que a medicina já tem muitas formas de combater e curar.

2. A PRÓSTATA: PEQUENA E IMPORTANTÍSSIMA...

Para entendermos o que é essa doença, antes precisamos falar de um órgão importante do corpo masculino: **a próstata**. A próstata é uma glândula que fica localizada na base da bexiga. Sua função é produzir uma parte do sêmen, o líquido onde ficam os espermatozoides. Por isso, a próstata é um órgão muito importante para a reprodução humana.



Com o passar dos anos, a próstata costuma crescer. Mas é um crescimento que não oferece nenhum perigo à saúde. Após os 40 anos, nove em cada dez homens terão esse crescimento chamado *hiperplasia*. Nesse caso, o único problema causado é a dificuldade de urinar.

A *hiperplasia* não é o único problema que pode atingir a próstata. Existem outros, como a **prostatite**, que é um tipo de inflamação, ou o **Adenoma de próstata**, que é

um tumor benigno (que não oferece nenhum perigo à saúde) que também provoca o aumento do tamanho da próstata.



Na maioria das doenças da próstata, o grande prejuízo é a perda de qualidade de vida por causa dos incômodos: muita vontade de urinar, ardência, dificuldade de prender a urina etc. Mas o câncer de próstata é outra história, muito mais séria!

3. O CÂNCER DE PRÓSTATA, UM GRANDE DESAFIO.

O câncer de próstata é um tumor que surge na próstata quando as células começam a se multiplicar sem controle. Normalmente ele provoca o crescimento da próstata, sendo mais comum entre homens que já passaram dos 50 anos.



O câncer de próstata é a segunda causa de mortes por câncer entre os homens, sendo superado apenas pelo câncer de pulmão.

QUAIS SÃO OS SINTOMAS?

Um dos principais problemas do câncer de próstata é que, no começo, ele não produz sintomas. Para piorar, com o passar do tempo, ele passa a apresentar sintomas parecidos com o crescimento benigno de próstata, como:

- Dificuldade para urinar;
- Jato de urina fraco;
- Aumento das idas ao banheiro;
- Dor ou queimação ao urinar;
- Presença de sangue na urina.



Se você está sentindo algum desses sintomas, isso NÃO quer dizer que está com câncer de próstata. Como você viu, eles podem indicar muitas outras doenças. Somente seu médico poderá saber as causas!

Então, como diagnosticar um sintoma de câncer de próstata? O único caminho seguro são os exames de rotina. Somente a partir deles o médico poderá ter certeza para indicar exames mais detalhados e, é claro, o tratamento a ser feito daí em diante.

COMO É FEITO O DIAGNÓSTICO?

No Brasil, são utilizados três exames para descobrir esse tipo de câncer:

- O toque retal (conhecido como “exame do toque”): é um exame em que o médico toca a parte interna do reto e consegue sentir as características da próstata por essa região;
- O PSA (dosagem da substância produzida na próstata e presente no sangue chamada Antígeno Prostático Específico);
- O ultrassom.

O *toque retal* é importantíssimo para o diagnóstico do câncer de próstata.

Nesse caso, o especialista pode verificar se a próstata está irregular e endurecida. Mas o melhor diagnóstico ainda é a combinação do **exame do toque** com o **PSA**. Juntos, eles conseguem diagnosticar o câncer em mais de **95%** dos casos!

Alguns homens ainda ficam incomodados em pensar no toque retal, mas trata-se apenas de um exame, rápido e indolor. Leva apenas alguns segundos e é essencial, pois cerca de um em cada cinco homens com câncer de próstata tem o exame do PSA normal.

QUANDO SE DEVE FAZER OS EXAMES?

- ➔ A SBU (Sociedade Brasileira de Urologia) recomenda que os exames preventivos sejam realizados uma vez por ano a partir dos 45 anos de idade;
- ➔ Caso o homem tenha um familiar com câncer de próstata, o início dos exames preventivos deve ser antecipado para os 40 anos.



O exame de toque é fundamental para o diagnóstico. Você não pode deixar o preconceito falar mais alto e reduzir suas chances de cura!

IMPORTANTE

COMO É FEITO O TRATAMENTO?

O tratamento vai depender do estágio em que a doença se encontra. Se o câncer ainda está dentro da próstata, o médico pode recomendar a retirada da próstata. Outros casos podem ser tratados com radioterapia ou com implantes radioativos na próstata. Mas quando o câncer se espalha para outros órgãos, o caso é mais grave e pode exigir cirurgias maiores e mais complexas.

COMO PREVENIR O APARECIMENTO DA DOENÇA?

Não foi descoberta ainda uma vacina ou uma medicação que evite o câncer de próstata.

Ainda não se sabe ao certo o que provoca e como a doença acontece. Mas alguns cuidados simples, ligados à qualidade de vida, podem ajudar a prevenir seu aparecimento. Alguns hábitos saudáveis, basicamente hábitos alimentares, podem ajudar a prevenir, como a ingestão de pouca gordura animal, grande quantidade de vegetais (verduras, legumes e frutas), além do consumo de chá verde, das vitaminas A e D, de castanha-do-pará e de tomate. Esse já é um bom começo, mas você também pode:

- ➔ Fazer 30 minutos de atividade física por dia;
- ➔ Diminuir o consumo de álcool;
- ➔ Controlar seu peso;
- ➔ Não fumar.

4. COISAS QUE TODO HOMEM PRECISA SABER SOBRE O CÂNCER DE PRÓSTATA:

- ➔ Ele é uma doença masculina. E é o tipo de tumor mais comum entre os homens;
- ➔ Aproximadamente 18% da população masculina mundial tem câncer de próstata;
- ➔ O câncer de próstata é uma doença da idade madura, principalmente. Os homens com mais de 65 anos representam 75% dos casos;
- ➔ A partir dos 50 anos, 30% dos homens devem ter câncer de próstata. Depois dos 80 anos, isso deve acontecer com 50% dos pacientes.

DEPENDENTE DE VOCÊ!

A próstata leva muito tempo para aumentar de tamanho. Por isso, é comum o homem se despreocupar e achar que sua saúde está perfeita. Esse é mais um motivo para visitar o médico regularmente. Não importa se sua urina está perfeita e se você não está sentindo nenhum problema urinário. O câncer de próstata pede diagnóstico cedo, quando não há sintomas, e as chances de cura são muito maiores.

Não deixe o preconceito diminuir suas chances de uma vida mais saudável.



SENADOR CLÉSIO ANDRADE

Presidente da Confederação Nacional do Transporte - CNT, entidade de representação máxima do setor transportador no Brasil, presidente do Conselho Nacional do SEST - Serviço Social do Transporte e do SENAT - Serviço Nacional de Aprendizagem do Transporte.

CONTATOS

BRASÍLIA - DF
Senado Federal - Anexo II
Ala Senador Filinto Müller - Gabinete 2,
CEP: 70165-900, Brasília - DF
Fone: (61) 3303-4630 e 3303-4621
Fax: (61) 3303-2746

BELO HORIZONTE - MG
Rua Rebelo Horta, 104, Bairro São José,
CEP: 31275-190, Belo Horizonte - MG
Fone: (31) 3491-1765

clesio.andrade@senador.gov.br
www.clesioandrade.com.br