

Novembro

AZUL

A informação é o primeiro passo para
a prevenção!





III INTRODUÇÃO

O câncer de próstata é o segundo tipo de câncer mais comum entre os homens no Brasil, ficando atrás apenas do câncer de pele não melanoma. Mesmo sendo frequente, muitos homens ainda evitam falar sobre o tema, seja por medo, preconceito ou desconhecimento.

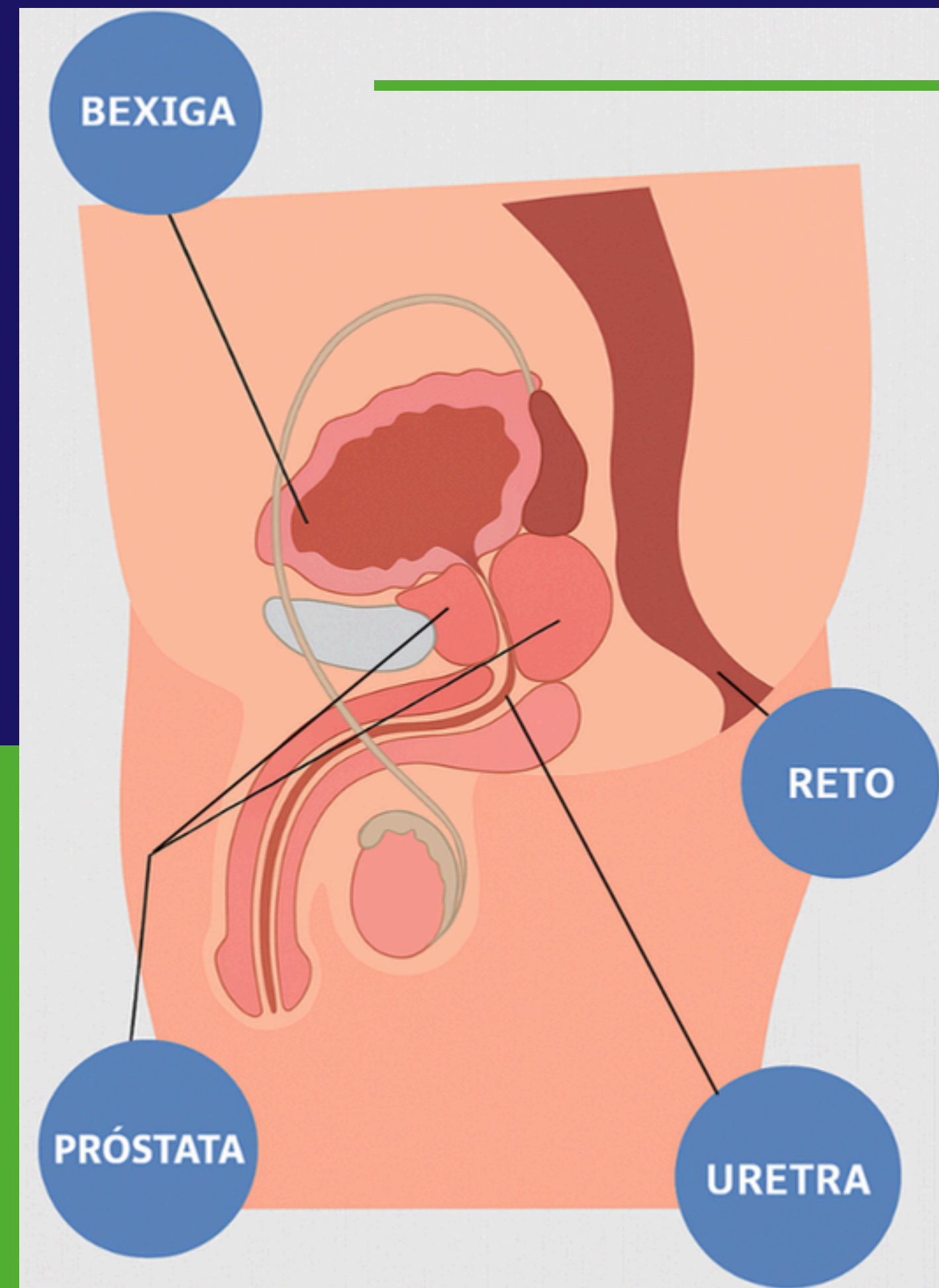
O Novembro Azul é um movimento mundial que busca conscientizar a população masculina sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce, incentivando os homens a cuidarem da própria saúde.

||| O QUE É A PRÓSTATA?

A próstata é uma glândula exclusiva do corpo masculino, localizada abaixo da bexiga e à frente do reto, envolvendo a uretra (canal por onde passa a urina).

Sua principal função é produzir parte do sêmen, líquido que nutre e protege os espermatozoides.

Com o avanço da idade, a próstata pode aumentar de tamanho e apresentar alterações, algumas benignas, outras malignas.



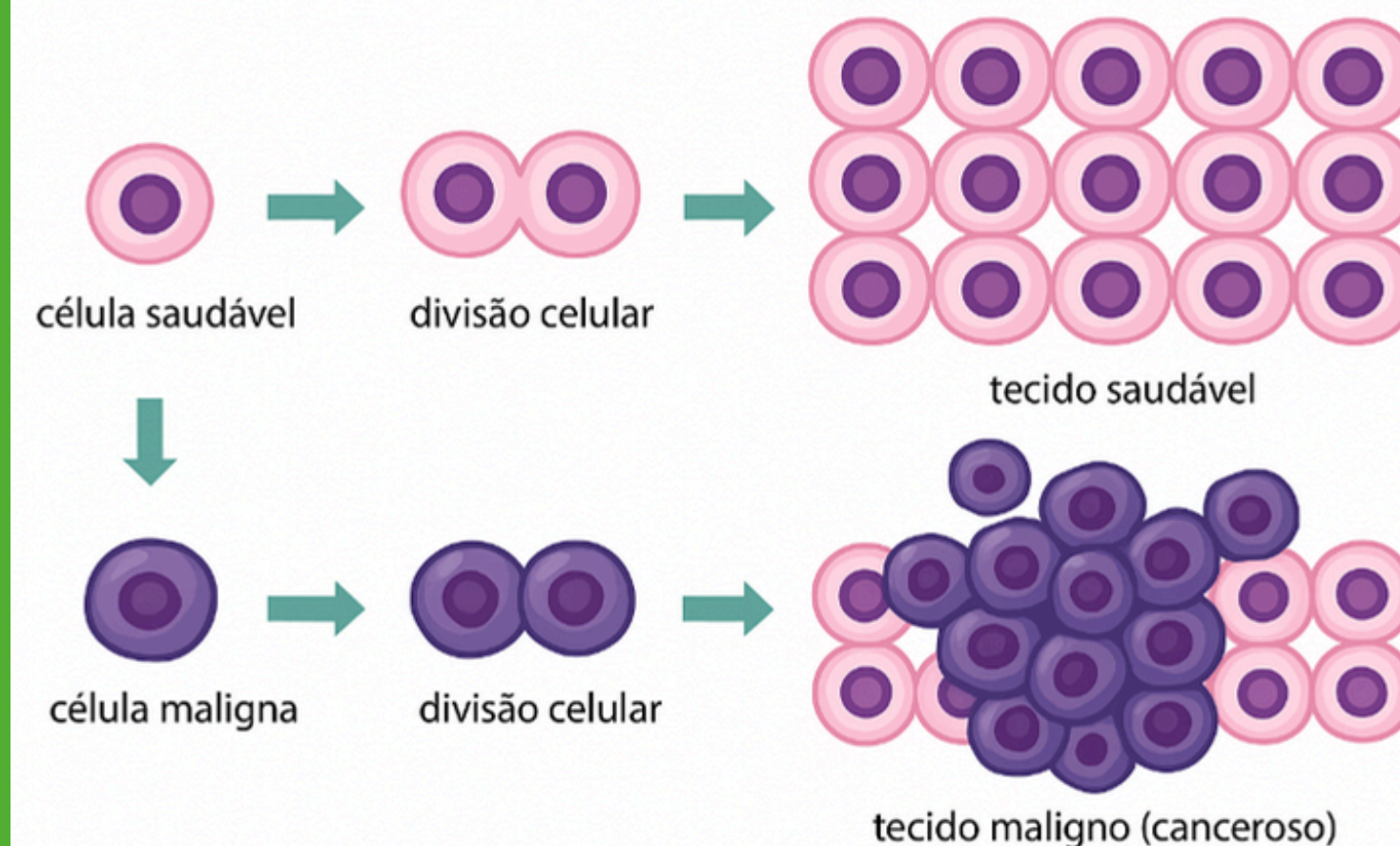
O QUE É O CÂNCER DE PRÓSTATA?

O câncer de próstata ocorre quando há um crescimento anormal das células da glândula. Na maioria dos casos, o crescimento é lento e pode não causar problemas ao longo da vida.

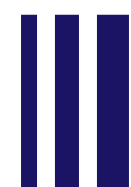
Mas em outros, o tumor cresce rapidamente, se espalha para outros órgãos e pode ser fatal. A boa notícia é que, quando detectado precocemente, as chances de cura superam 90%.



Desenvolvimento do câncer



Em homens jovens, a próstata possui o tamanho de uma ameixa, mas seu tamanho aumenta com o avançar da idade.



FATORES DE RISCO

IDADE



Risco maior a partir dos 50 anos (e cresce significativamente após os 65).

ORIGEM ÉTNICA



Homens negros têm risco mais elevado

HISTÓRICO FAMILIAR



Pai ou irmão diagnosticados antes dos 60 anos.

OBESIDADE E SOBREPESO



HÁBITOS DE VIDA



Tabagismo, sedentarismo e alimentação inadequada.



Homens negros têm maior risco de desenvolver câncer de próstata e de apresentar tumores mais agressivos.

Isso acontece por uma combinação de fatores genéticos (variantes que aumentam a predisposição), biológicos (maior chance de tumores mais agressivos) e também sociais (desigualdade de acesso ao diagnóstico e tratamento).

Por isso, recomenda-se que homens negros iniciem a avaliação preventiva mais cedo, a partir dos 45 anos.



SINTOMAS DE ALERTA

- ||| Dificuldade para urinar ou jato urinário fraco
- ||| Sensação de bexiga cheia mesmo após urinar
- ||| Vontade frequente de urinar, principalmente à noite
- ||| Dor ou ardor ao urinar
- ||| Presença de sangue na urina ou no sêmen
- ||| Dor ao ejacular
- ||| Dores ósseas em estágios mais graves



COMO É FEITO O DIAGNÓSTICO?



Exame de PSA

Exame de sangue que mede a quantidade do Antígeno Prostático Específico. Níveis altos podem indicar alterações, mas não confirmam câncer.



Exame de toque retal

O médico avalia tamanho, consistência e presença de nódulos na próstata. Rápido e eficaz, ainda é essencial.



Biópsia

Quando há suspeita nos exames iniciais, pequenos fragmentos da próstata são retirados para análise em laboratório.





||| RASTREIO: QUANDO FAZER?

As recomendações atuais indicam:

Homens entre 55 e 69 anos devem conversar com o médico sobre riscos e benefícios de realizar o PSA e o toque retal.

Homens a partir dos 45 anos com fatores de risco (histórico familiar, homens negros) devem iniciar essa conversa mais cedo.

Após os 70 anos, não se recomenda rastreamento de rotina, exceto em situações específicas, avaliadas pelo médico.



TRATAMENTO E VIGILÂNCIA ATIVA

Nem todo câncer de próstata exige cirurgia imediata.

Em casos de baixo risco, é possível adotar a vigilância ativa, acompanhando o paciente de perto por meio de exames periódicos e evitando, assim, efeitos colaterais desnecessários.

Já quando há indicação médica, o tratamento pode incluir cirurgia, radioterapia, hormonioterapia ou até a associação de diferentes terapias, conforme as características de cada caso.



||| COMO PREVENIR?

Não existe uma forma 100% eficaz de evitar o câncer de próstata, mas é possível reduzir riscos e aumentar a chance de diagnóstico precoce:

- ✓ Manter alimentação equilibrada (frutas, legumes, verduras e fibras)
- ✓ Praticar atividade física regularmente
- ✓ Evitar tabaco e excesso de álcool
- ✓ Controlar peso, colesterol, glicemia e pressão arterial
- ✓ Fazer check-ups periódicos
- ✓ Procurar atendimento médico diante de sintomas urinários



COMO É FEITO O DIAGNÓSTICO?

MITO

“O exame de toque é doloroso e desnecessário”

“Sem sintomas, não preciso ir ao médico”

“Todo diagnóstico exige cirurgia”

“Se meu PSA está normal, não preciso me preocupar”

VERDADE

É rápido, causa apenas leve desconforto e pode salvar vidas.

O câncer de próstata é silencioso no início. Consultas preventivas são essenciais.

Nem sempre: existem outras opções, inclusive a vigilância ativa em casos de baixo risco.

Nem sempre: alguns cânceres não elevam o PSA. O toque retal continua importante.



CÂNCER DE PRÓSTATA NO BRASIL: ESTATÍSTICAS 2025



Estimativa

71.740

novos casos por ano
(2023–2025, INCA)



Homens a partir dos **45 anos**
com fatores de risco (histórico
familiar, homens negros) devem
iniciar essa conversa mais cedo.



Após os 70 anos, **não se**
recomenda rastreamento de
rotina, exceto em situações
específicas, avaliadas pelo
médico.



PAROMED ESTÁ AO SEU LADO NESSA LUTA!



(11) 5083-8080



(11) 98810-4667



www.paromed.com.br



[@paromed.assessoria](https://www.instagram.com/paromed.assessoria)



São Paulo – SP (Próx. ao Metrô Paraíso)