

ainda bem que  
a vida continuou

O Câncer de Próstata ainda é o segundo mais comum entre os homens no Brasil, segundo o INCA (Instituto Nacional do Câncer).

Vivemos momentos desafiadores e tivemos que enfrentar situações que jamais imaginamos, mas aprendemos que é importante manter nossos tratamentos de saúde em dia, já que algumas doenças como o câncer, quando descobertas cedo aumentam muito as chances de sucesso no tratamento.

Por isso, se você está em tratamento, tem alguma suspeita ou precisa fazer seus exames de rotina converse com seu médico para saber como continuar a cuidar de você.

# **ainda bem que a vida continuou**

e os cuidados com sua saúde devem continuar também. A detecção precoce do câncer de próstata continua sendo importante.



# sumário

câncer de próstata _____	04
novembro é azul _____	07
o que é o câncer de próstata _____	09
sintomas _____	11
o que aumenta as chances _____	15
dicas _____	17
oncologia com amor _____	19

# Câncer de próstata: sem pânico nem negligência.

Neste mês, você provavelmente verá as campanhas do Novembro Azul, convidando todos os homens a realizar os dois principais exames diagnósticos para o câncer de próstata: o toque retal e a dosagem de PSA (exame de sangue). Também é possível que veja pessoas (políticos ou mesmo médicos) criticando a campanha e dizendo que os exames não são necessários. O próprio Ministério da Saúde se posiciona contra o exame preventivo. Qual é a verdade sobre isso? **E o que você deve fazer?**



A origem dessa confusão está no fato de que (felizmente!) o câncer de próstata é, na maioria das vezes, uma doença pouco agressiva. Muitos casos podem ser curados com cirurgia ou radioterapia, e alguns tumores pequenos podem ser até acompanhados sem tratamento complementar. Mas será que isso é justificativa para não se cuidar?

De forma cada vez mais clara, a resposta para a pergunta é NÃO. Os exames diagnósticos podem salvar vidas SIM.

Se o câncer de próstata já não é mais tão temido como foi no passado, nem por isso seu diagnóstico precoce deve ser negligenciado. Vale a pena tomar um tempinho para uma discussão sincera com seu médico (urologista, oncologista, ou clínico geral) sobre a melhor maneira de se cuidar.



Prof. Dr. Frederico Leal  
Médico Oncologista  
CRM 140.286 SP

---

# 65.840

estimativa de novos casos em 2020  
(Dados do INCA)

---

# 15.983

número de mortes (2019)  
(Dados do INCA)

---

# Novembro é azul

Em 2003, quando um grupo de amigos australianos percebeu que a única moda dos anos 70 que não havia voltado era o uso de bigodes. Como uma brincadeira, decidiram deixar o bigode crescer durante um mês e até criaram prêmios para o melhor e o pior bigode. No ano seguinte, eles repetiram a brincadeira, mas quiseram ir além dando um significado para um símbolo tão masculino. Foi inspirado no Outubro Rosa, que os amigos uniram o mês do bigode ao mês de consciência sobre doenças relacionadas à saúde masculina, em especial, o câncer de próstata. O movimento ganhou espaço e se tornou o evento oficial em prol da saúde do homem.

No Brasil, o Instituto Lado a Lado Pela Vida trouxe a campanha “Um Toque, Um Drible” em 2008, chamando a atenção para o câncer de próstata, mas só em 2012 instituiu o nome Novembro Azul.



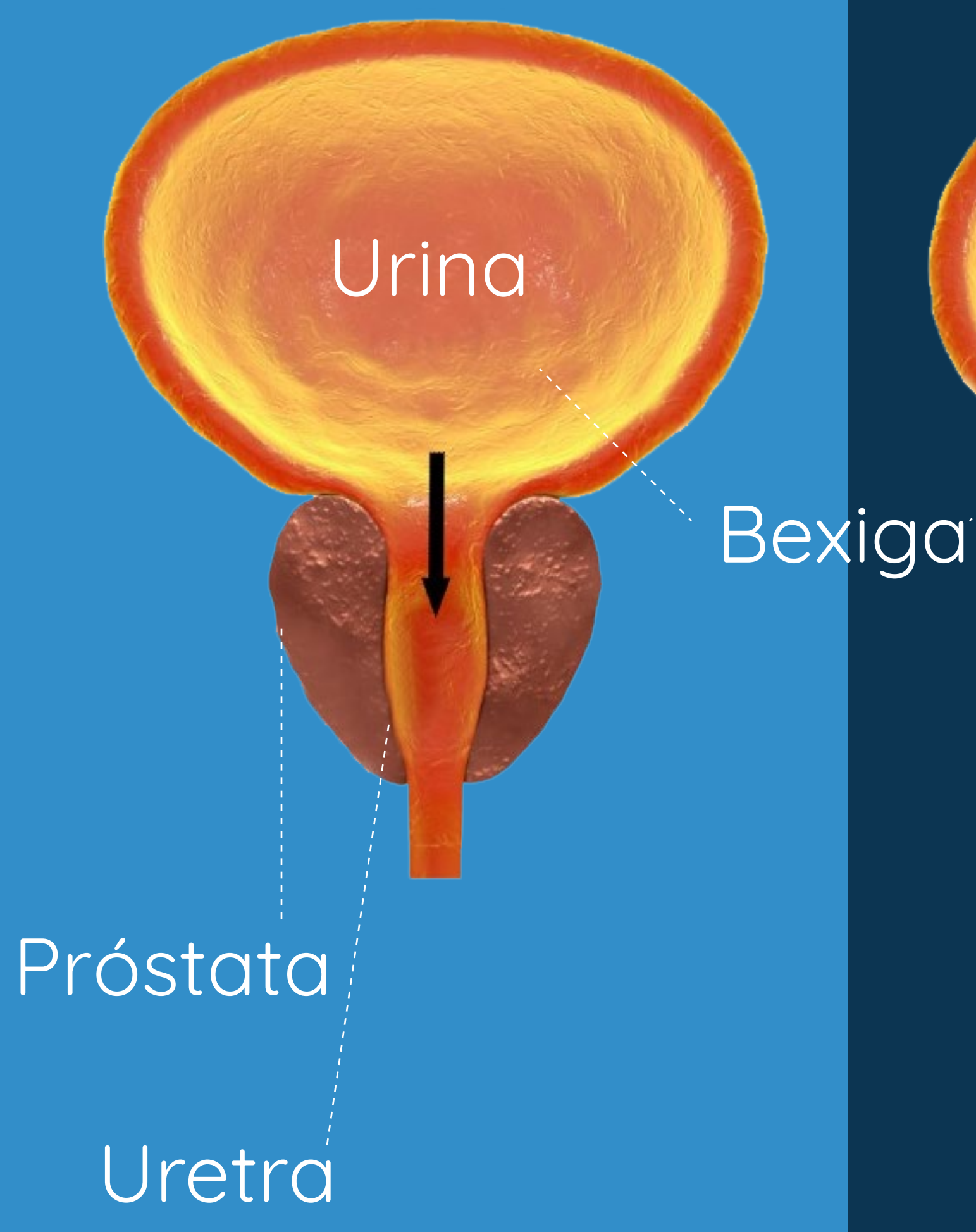


# O que é o câncer de próstata?

O câncer é uma doença causada por células que se multiplicam de forma anormal, formando o tumor.

A próstata é uma glândula que só o homem possui e que se localiza na parte baixa do abdômen. Ela é um órgão pequeno, tem a forma de noz e se situa logo abaixo da bexiga e à frente do reto (parte final do intestino grosso). A próstata envolve a porção inicial da uretra, canal pelo qual a urina armazenada na bexiga é eliminada. A próstata produz parte do sêmen, o líquido espesso que contém os espermatozoides, liberado durante o ato sexual.

## Próstata normal



## Próstata com câncer



# Sintomas

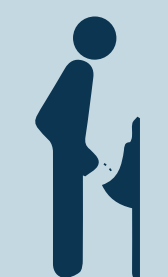
Em sua fase inicial, o câncer da próstata tem evolução silenciosa. Muitos pacientes não apresentam nenhum sintoma ou, quando apresentam, são semelhantes aos do crescimento benigno da próstata (como dificuldade de urinar e a necessidade de ir ao banheiro mais vezes). Mas o diagnóstico precoce desse tipo de câncer possibilita melhores resultados no tratamento e deve ser buscado com a investigação de sinais e sintomas que o corpo dá.



Sinais para ficar atento:



Dificuldade de urinar



Diminuição do jato de urina



Necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou à noite



Sangue na urina

Na maior parte das vezes, esses sintomas podem ser causados por outras doenças, mas é importante que eles **SEMPRE** sejam investigados por um médico.

Na fase avançada, o câncer de próstata pode provocar dor óssea, sintomas urinários ou, quando mais grave, infecção generalizada ou insuficiência renal.



# Importante

É indicado que os homens com mais de 50 anos tenham alguma rotina para rastreamento (detecção precoce) da doença.

A detecção precoce do câncer é uma estratégia para encontrar o tumor em fase inicial e, assim, possibilitar melhor chance de tratamento.

O câncer da próstata pode ser rastreado com a combinação de dois exames:

Dosagem de PSA: exame de sangue que avalia a quantidade do antígeno prostático específico

Toque retal: como a glândula fica em frente ao reto, o exame permite ao médico palpar a próstata e perceber se há nódulos (caroços) ou tecidos endurecidos (possível estágio inicial da doença). O toque é feito com o dedo protegido por luva lubrificada. É rápido e indolor, apesar de alguns homens relatarem incômodo e terem enorme resistência em realizar o exame.

Lembrando que, para todo tipo de tumor, o que confirma o diagnóstico ou não de câncer, é a realização de uma biópsia no local.

# O que aumenta as chances?

Fatores de risco são condições e problemas que aumentam as chances de uma pessoa de desenvolver doenças.

Em alguns casos os fatores de risco podem ser contralados com mudanças de hábitos.

Veja a seguir quais os fatores de risco ao câncer de próstata.

---

**IDADE:** A idade é um fator de risco importante, uma vez que a incidência aumenta significativamente após os 50 anos.

---

**HISTÓRICO FAMILIAR:** Pai ou irmão com câncer de próstata antes dos 60 anos, podendo refletir tanto fatores genéticos (hereditários) quanto hábitos alimentares ou estilo de vida de risco de algumas famílias.

---

**OBESIDADE:** Excesso de gordura corporal aumenta o risco de câncer de próstata avançado.

---

**EXPOSIÇÕES A AMINAS**

**AROMÁTICAS:** (comuns nas indústrias química, mecânica e de transformação de alumínio) arsênio (usado como conservante de madeira e como agrotóxico), produtos de petróleo, motor de escape de veículo, hidrocarbonetos policíclicos aromáticos (HPA), fuligem e dioxinas estão associadas ao câncer de próstata.

# Dicas

Hábitos de vida saudáveis ajudam na prevenção de diversas doenças e também do câncer. Então, estão indicados para diminuir o risco de incidência do câncer de próstata:



Prática de atividades físicas (orientada por profissional)



Alimentação balanceada



Diminuição do stress







# Oncologia com amor

Nós somos a Oncoitu e acreditamos que não existe outro jeito de cuidar que não seja com AMOR.


Somos uma clínica especializada no tratamento do câncer e imunoterapia, com atendimento multidisciplinar.

Localizados em Itu/SP, somos referência em medicina, saúde e qualidade de vida na região.

Sempre nos perguntamos o que realmente importa nessa VIDA? Para nós, a única resposta é fazer ONCOLOGIA COM AMOR e cuidar de vidas.

ONCO  *Itu*  
Oncologia com Amor

Rua Euclides Marins e Dias, 102  
Vila Nova – Itu /SP

11 2715-7215  
11 98817-5923 

[www.oncoitu.com.br](http://www.oncoitu.com.br)

 /oncologiaemitu

 @oncologiaitu