

CARTILHA NOVEMBRO AZUL

MALTA ADVOGADOS



INTRODUÇÃO

Novembro Azul é uma campanha anual de conscientização sobre o câncer de próstata, o segundo tipo de câncer mais comum entre os homens. Originada na Austrália em 2003, a data é comemorada no Brasil desde 2008.

A próstata é uma glândula do sistema reprodutor masculino localizada abaixo da bexiga. Ela é responsável, juntamente com as vesículas seminais, pela produção de esperma.

Nosso escritório reconhece a importância dessa campanha e, por isso, adere ao Novembro Azul para ajudar a lembrar a todos sobre a importância da prevenção à doença. Nesse sentido, elaboramos esta cartilha com os principais pontos que envolvem a doença para você se informar e se cuidar. Vamos juntos nessa campanha?

FATORES DE RISCO



Alguns pontos são considerados fatores de risco, de forma que pessoas que apresentem uma ou mais dessas condições devem ter mais atenção aos modos de prevenção do câncer de próstata.

São fatores de risco para o câncer de próstata:

Obesidade

**Histórico familiar de
câncer de próstata**

Raça

Homens negros sofrem maior incidência deste tipo de câncer

Por fim, é importante notar que a presença de um ou mais fatores de risco não significa que o homem necessariamente terá a doença.

SINTOMAS



Os sintomas do câncer de próstata são:

- Dor óssea,
- Dores ao urinar,
- Vontade de urinar com frequência, e
- Presença de sangue na urina e/ou no sêmen.

Caso apresente algum desses sintomas, o paciente deve procurar um(a) médico(a) especialista imediatamente.

É importante destacar, contudo, que o câncer de próstata não apresenta sintomas em suas fases iniciais. Em 95% dos casos, os sintomas só aparecem quando o tumor já está na fase avançada, o que dificulta a cura. Dessa forma, é fundamental que a pessoa fique atenta às formas de prevenção da doença.

PREVENÇÃO E DIAGNÓSTICO

Exame de toque retal e
exame de sangue PSA



Exame de toque retal e exame de sangue PSA

O diagnóstico precoce é fundamental para a cura do câncer de próstata. Para que a doença pode ser detectada nas fases iniciais, por sua vez, é importante ir ao(a) urologista e, caso haja indicação, realizar o exame de toque retal e o exame de sangue PSA (antígeno prostático específico).

O exame de toque retal permite que o médico avalie alterações na glândula como endurecimento e presença de nódulos. Para homens com fatores de risco, é indicado a partir dos 45 anos. Para homens sem fatores de risco, por sua vez, é indicado a partir dos 50 anos.

Caso seja necessário, outros exames podem ser solicitados pelo(a) médico(a), como a biópsia, que, guiada por um ultrassom transretal, retira fragmentos da próstata para análise.

Outros cuidados:

Hábitos saudáveis também podem ajudar na prevenção do câncer de próstata. Entre eles, destacam-se:

- Não fumar;
- Dosagem da glicemia;
- Dosagem do colesterol;
- Controle da pressão arterial;
- Cuidado com a saúde mental;
- Atualização da carteira vacinal;
- Realização de check-up regular;
- Exame de hemograma completo;
- Evitar o consumo excessivo de álcool;
- Realização periódica de testes de urina;
- Verificação do perímetro abdominal e do Índice de Massa Corpórea (IMC); e
- Manter uma dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais e baixa em gordura.

TRATAMENTO

A indicação da melhor forma de tratamento vai depender de vários aspectos. Entre eles, podemos citar: estado de saúde, estadiamento da doença e expectativa de vida.

Em casos de tumores de baixa agressividade, há a opção da vigilância ativa, na qual é feito um monitoramento periódico do tumor para acompanhamento e, se necessário, intervenção.

DIREITOS DO(A) PACIENTE COM CÂNCER

São direitos do(a) paciente com câncer:

- **Prioridade** na tramitação de processos jurídicos ou administrativos;
- **Isenção** do imposto de renda relativo a rendimentos de aposentadoria, reforma e pensão; e
- Ter seu primeiro **tratamento** no Sistema Único de Saúde (SUS) em **até 60 dias** contados a partir do diagnóstico.

TABUS

Existe muito tabu em torno das formas de prevenção do câncer de próstata, o que dificulta a procura de potenciais pacientes pelos exames necessários e contribui para que mais pessoas só descubram a doença em estágios avançados.

Por muito tempo, foi difundida entre os homens a ideia de que eles não podem ter problemas e que se cuidar seria um sinal de fraqueza. Da mesma forma, era comum que o exame de toque retal fosse mau visto e motivo para que os pacientes não fossem às devidas consultas de rotina.

No entanto, **é importante compreender que, assim como todas as pessoas, os homens têm o direito de ter problemas e devem se cuidar, buscando os exames e profissionais necessários para isso.** O diagnóstico precoce, como vimos, é a principal chance de cura da doença. Por isso, não deixe que o preconceito prejudique a sua saúde.

REFERÊNCIAS

BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE. Novembro Azul: mês mundial de combate ao câncer de próstata. Ministério da Saúde. 2022. Disponível em: <bvsms.saude.gov.br/novembro-azul-mes-mundial-de-combate-ao-cancer-de-prostata >. Acesso em 03 nov. 2022.

BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE. Novembro Azul: mês de conscientização sobre a saúde do homem. Ministério da Saúde. 2022. Disponível em: <bvsms.saude.gov.br/novembro-azul-mes-de-conscientizacao-sobre-a-saude-do-homem>. Acesso em 03 nov. 2022.

INSTITUTO LADO A LADO PELA VIDA. Seja Homem! Se cuide! 2020. Disponível em: <ladoaladopelavida.org.br/campanhas/novembro-azul>. Acesso em 03 nov. 2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Novembro Azul: Ministério da Saúde reforça cuidados com saúde do homem. 01 nov. 2022. Disponível em: <gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/novembro/novembro-azul-ministerio-da-saude-reforca-cuidados-com-saude-do-homem>. Acesso em 03 nov. 2022.

CARTILHA NOVEMBRO AZUL

MALTA ADVOGADOS

