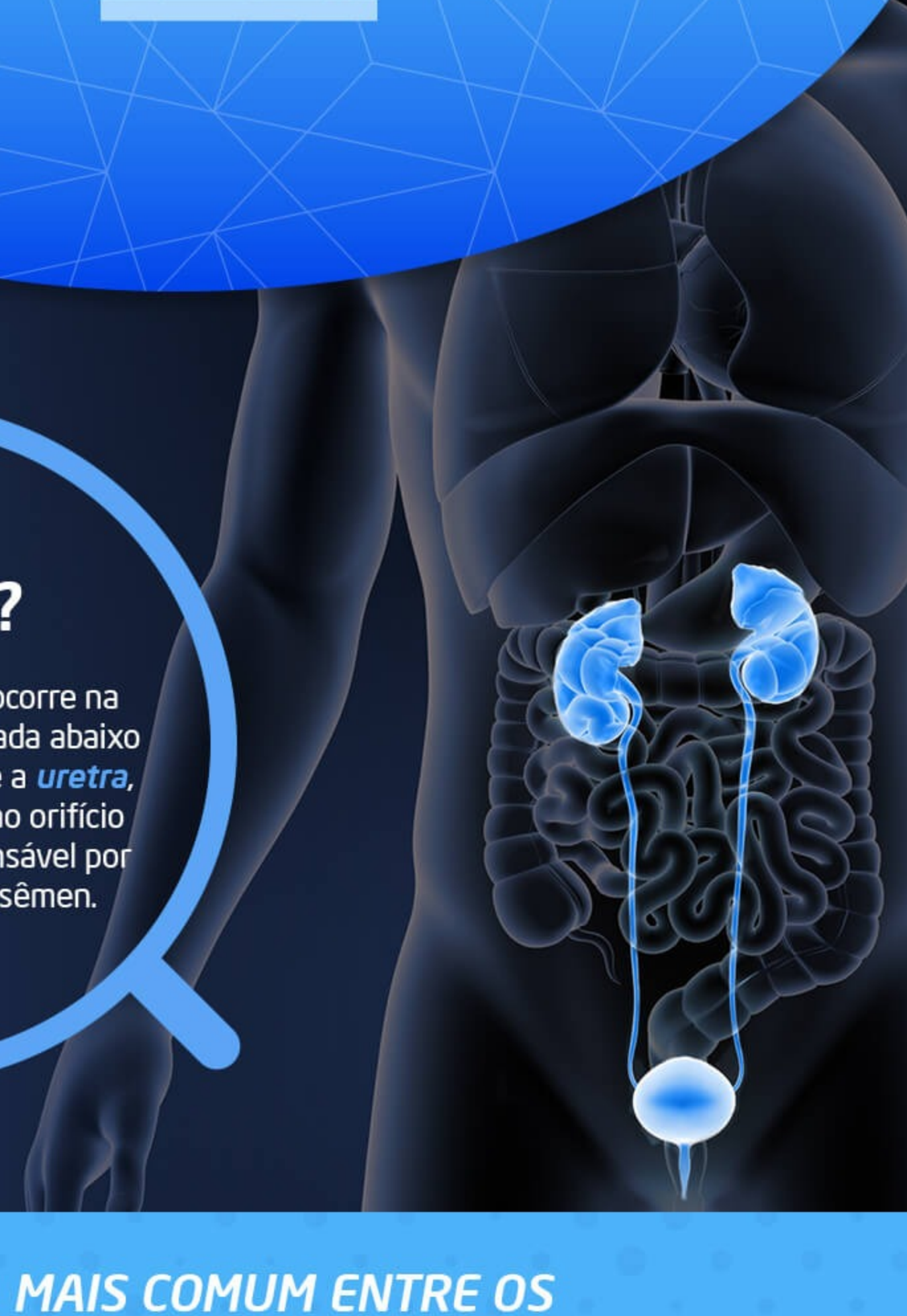




Câncer de Próstata

O que é?

É o tipo de câncer que ocorre na próstata: glândula localizada abaixo da **bexiga** e que envolve a **uretra**, canal que liga a bexiga ao orifício externo do pênis, responsável por parte da produção do sêmen.



1º

MAIS COMUM ENTRE OS CÂNCERES MASCULINOS, EXCETUANDO O CÂNCER DE PELE.

O câncer de próstata tem cerca de 60 mil novos casos anuais, no Brasil, conforme estimativas do Instituto Nacional do Câncer - INCA (2016).

Deteção Precoce



O diagnóstico precoce é fundamental no controle e cura da doença que acomete homens maduros e pode ser curado quando ainda está localizado. Se identificado em estágio avançado, a chance de cura é muito menor. A Organização Mundial da Saúde tem trabalhado em duas estratégias para a detecção precoce:



Investigar os pacientes que apresentam os primeiros sinais da doença.



Fazer também um rastreamento por meio de exames de rotina.



Fatores de Risco

Antecedente familiar é de grande importância - se um pai ou irmão tiveram câncer de próstata o risco dobra. Se ambos (pai e irmão) tiveram câncer de próstata, **o risco de desenvolver a doença é 5 vezes maior.**

Entre os outros fatores de risco estão:



ALIMENTAÇÃO

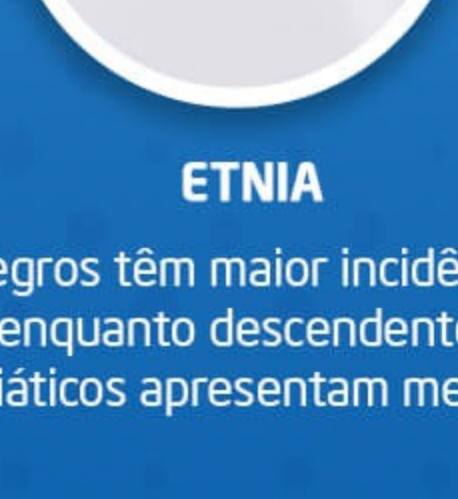
(dieta rica em gordura e carne vermelha, pobre em legumes, vegetais e frutas)



SEDENTARISMO E OBESIDADE

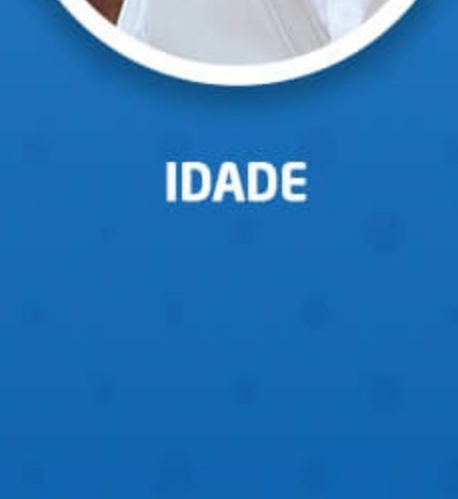


HEREDITARIEDADE



ETNIA

(negros têm maior incidência, enquanto descendentes asiáticos apresentam menor)



IDADE

Sintomas

Silenciosos em sua fase inicial, quando existem, os sintomas são:

- ✓ Dificuldade de urinar ou urinar mais vezes durante o dia ou à noite.
- ✓ Na fase avançada, pode provocar dor óssea, sintomas urinários ou, quando mais grave, infecção generalizada ou insuficiência renal.



Diagnóstico



O exame clínico (**toque retal**) e o resultado da dosagem do antígeno prostático específico (PSA, na sigla em inglês) sugerem a existência da doença que é investigada ainda pela **ultrassonografia pélvica** (ou prostática transretal, se disponível) e a depender do resultado, a **biópsia prostática transretal**.



Tratamento



Prevenção



Hábitos saudáveis como fazer, no mínimo, 30 minutos diários de atividade física.



Manter o peso adequado à altura.



Diminuir o consumo de álcool é recomendável para diminuir os riscos.



Manter uma dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais, e com menos gordura, principalmente as de origem animal.

