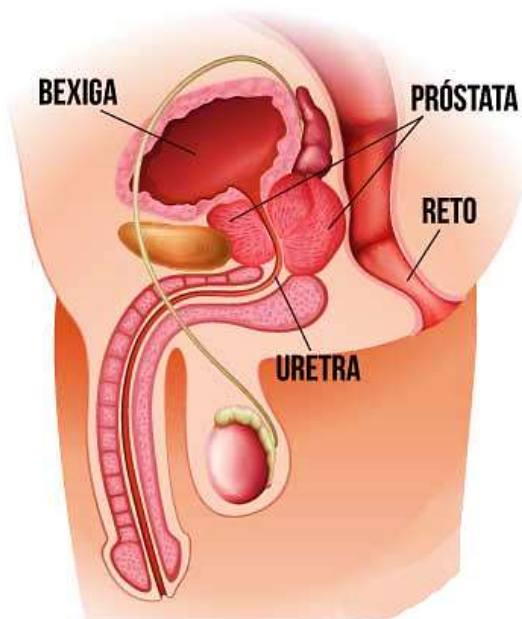


## NOVEMBRO AZUL – COMBATE AO CÂNCER DE PRÓSTATA

### O QUE É A PRÓSTATA?

Uma glândula presente nos homens, cuja função é produzir um líquido que compõe parte do sêmen. Em homens jovens é do tamanho de uma ameixa, mas conforme aumenta a idade a próstata também aumenta.



### O QUE É O CÂNCER DE PRÓSTATA?

É o aumento anormal e desordenado das células da próstata. Na maioria dos casos cresce de forma lenta e não chega a dar sinais e nem ameaçar a saúde do homem. Porém, em outros casos pode crescer rapidamente e se espalhar para outros órgãos, podendo causar a morte.

### QUAIS SINAIS E SINTOMAS DO CÂNCER DE PRÓSTATA?

Os principais sintomas são:

- Vontade frequente de urinar, além do normal;
- Sangue na urina ou sêmen;
- Fluxo da urina interrompido ou sensação de bexiga cheia;
- Dor nos ossos, como os do quadril, coxa, costas, entre outros;
- Dor ao urinar.

**ATENÇÃO: OS SINTOMAS GERALMENTE SE MANIFESTAM QUANDO A DOENÇA ESTÁ EM ESTÁGIO AVANÇADO!**

### DIAGNÓSTICO

Os primeiros exames são *exame de toque retal* e *exame de PSA* (exame de sangue).

O diagnóstico exato é feito somente com a biópsia (retirada de pedaços pequenos da próstata para análise em laboratório). No entanto, o médico solicitará a biópsia caso os primeiros exames indiquem a possibilidade de câncer.

Os exames de *toque retal* e *PSA* tem o objetivo de conseguir um diagnóstico precoce da doença, visto que o tratamento do câncer no seu estágio inicial tem alta probabilidade de sucesso.

### FATORES DE RISCO

- Sobrepeso e obesidade;
- Histórico familiar (outros homens na família que já tiveram câncer de próstata, pode indicar uma tendência genética para o mesmo);
- Idade (por isso, é importante exames periódicos a partir dos 45 anos e, principalmente, a partir dos 50 anos);
- Dieta rica em gordura animal, bebida alcoólica em excesso, hábito de fumar.

### FATORES DE PREVENÇÃO

- Alimentação saudável, rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais;
- Prática de atividades físicas;
- Não fumar;
- Não consumir bebidas alcoólicas em excesso;
- Evitar sobrepeso e obesidade.

### PARA SABER MAIS.

Acesse o site do Instituto Nacional de Câncer, para saber mais sobre o câncer de próstata e outros tipos de câncer:

<https://www.gov.br/inca/pt-br>



**MÊS DE PREVENÇÃO E  
COMBATE AO CÂNCER DE  
PRÓSTATA**