

# Novembro AZUL

CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE CUIDADOS  
COM A SAÚDE MASCULINA

**CÂNCER DE PRÓSTATA:  
VAMOS FALAR SOBRE ISSO?**



**INSTITUTO  
FEDERAL**

Ceará

Campus  
Avançado  
Pecém

## Quais os fatores de risco?



- **Idade:** o risco aumenta com o avançar da idade. No Brasil, a cada dez homens diagnosticados com câncer de próstata, nove têm mais de 55 anos.



- **Histórico de câncer na família:** homens cujo pai, avô ou irmão tiveram câncer de próstata antes dos 60 anos.



- **Sobrepeso e obesidade:** estudos recentes mostram maior risco de câncer de próstata em homens com peso corporal elevado.

# Como prevenir o câncer de próstata?



- **Praticar atividade física**



- **Manter o peso corporal adequado.**



- **Ter uma alimentação saudável**



- **Não fumar**



- **Evitar o consumo de bebidas alcoólicas**

## Quais são os sinais e sintomas ?

Na fase inicial, o câncer de próstata pode não apresentar sintomas e, quando apresenta, os mais comuns são:

- dificuldade de urinar;
- demora em começar e terminar de urinar;
- sangue na urina;
- diminuição do jato de urina;
- necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou à noite.



**Se você tem alguns desses sintomas,  
procure a unidade de saúde!**

## Quais exames são feitos para investigar o câncer de próstata?

Para investigar os sinais e sintomas de um câncer de próstata e descobrir se a doença está presente ou não, são feitos basicamente dois exames iniciais.

- **Exame de toque retal:**

o médico avalia tamanho, forma e textura da próstata.

- **Exame de PSA:**

é um exame de sangue que mede a quantidade de uma proteína produzida pela próstata - Antígeno Prostático Específico (PSA).

## Homens sem sintomas precisam fazer exames para o câncer de próstata?

O Ministério da Saúde, assim como a Organização Mundial da Saúde (OMS), não recomenda que se realize o rastreamento do câncer de próstata. Pois pode trazer tanto benefícios quanto riscos à saúde.

**Benefícios:** realizar o exame pode ajudar a identificar o câncer de próstata logo no início da doença, aumentando assim a chance de sucesso no tratamento.

**Riscos:** ter um resultado que indica câncer, mesmo não sendo, gera ansiedade e estresse, além da necessidade de novos exames, como a biópsia. Diagnosticar e tratar um câncer que não evoluiria e nem ameaçaria a vida.



**Converse com o profissional de saúde para decidir se deseja ou não realizá-los.**

## Referências:

[https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//cartilha\\_cancer\\_prostata](https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//cartilha_cancer_prostata)

<https://saude.gov.br/saude-de-a-z/cancer-de-prostata>



**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Ceará