



*Sua atitude
diz quem você é*

A prevenção quem você será

☎ 81 3217.8000

f /sigahcp

@ hcp@hcp.org.br

@sigahcp

🏠 hcp.org.br/novembroazul

**novembro
AZUL**

SUA MARCA

**HCP**
HOSPITAL DE CÂNCER
DE PERNAMBUCO

Saiba mais sobre o câncer de próstata

Da atitude que garante a prevenção

É através da consulta anual ao médico urologista, que serão realizados exames para avaliar a sua condição geral de saúde. Com essa atitude, e adotando hábitos saudáveis, você previne inúmeras doenças, como o câncer de próstata.

Quem é o profissional responsável pela saúde do homem

O médico urologista é o principal responsável pela saúde do homem, é através da avaliação geral deste profissional, que são diagnosticadas alterações na sua saúde, e possíveis encaminhamentos a especialistas. Consulte anualmente seu médico urologista.

O que é a próstata

É uma glândula do tamanho de uma noz, localizada na parte baixa do abdômen, e integrante do sistema reprodutor masculino. Uma de suas principais funções é a produção de parte do sêmen, líquido que protege e nutre os espermatozoides.

O que é o câncer de próstata

É o segundo tipo de câncer mais comum entre homens, no Brasil, ficando atrás apenas dos tumores de pele. A doença surge pela multiplicação desordenada de células da próstata, tendo um desenvolvimento lento.

Diagnóstico precoce

O diagnóstico é realizado através de exames de rastreio, composto por um exame de sangue simples, o PSA, e o toque retal. O toque retal é fundamental porque cerca de 25% dos pacientes com câncer de próstata não apresentam alterações no PSA. Os exames de rastreio são indicados para todos os homens com mais de 50 anos. Já aqueles com histórico familiar da doença, ou homens negros, devem realizá-lo a partir dos 45 anos de idade.

Fatores de risco

- Idade;
- Histórico familiar de câncer de próstata (pai ou irmão);
- Cor da pele negra;
- Hipertensão;
- Obesidade;
- Sedentarismo;
- Falta de higiene no pênis;
- Tabagismo

Sintomas

Em sua fase inicial, o câncer de próstata não costuma apresentar sintomas. Já em casos avançados, poderá apresentar:

- Vontade frequente de urinar;
- Dor ou ardor ao urinar;
- Sangue na urina ou no sêmen;
- Ejaculação dolorosa;
- Dor nos ossos

Como se cuidar

Atenção aos fatores de risco e cuidados simples e diários ajudam a reduzir a possibilidade de desenvolver um câncer de próstata no futuro.



**Mantenha uma
alimentação saudável**



**Vá ao médico
regularmente**



**Pratique
atividades
físicas**



**Evite o consumo
de bebida alcoólica
e o tabagismo**

Como realizar a prevenção

Consulte anualmente seu urologista para avaliar seu quadro geral de saúde. Além disso, é importante manter uma dieta saudável, rica em frutas e verduras, e pobre em gorduras. Procure praticar atividades físicas, manter o peso adequado, diminuir o consumo de álcool e não fumar.