

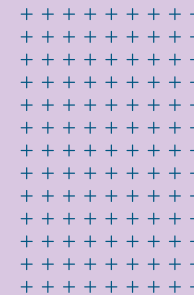
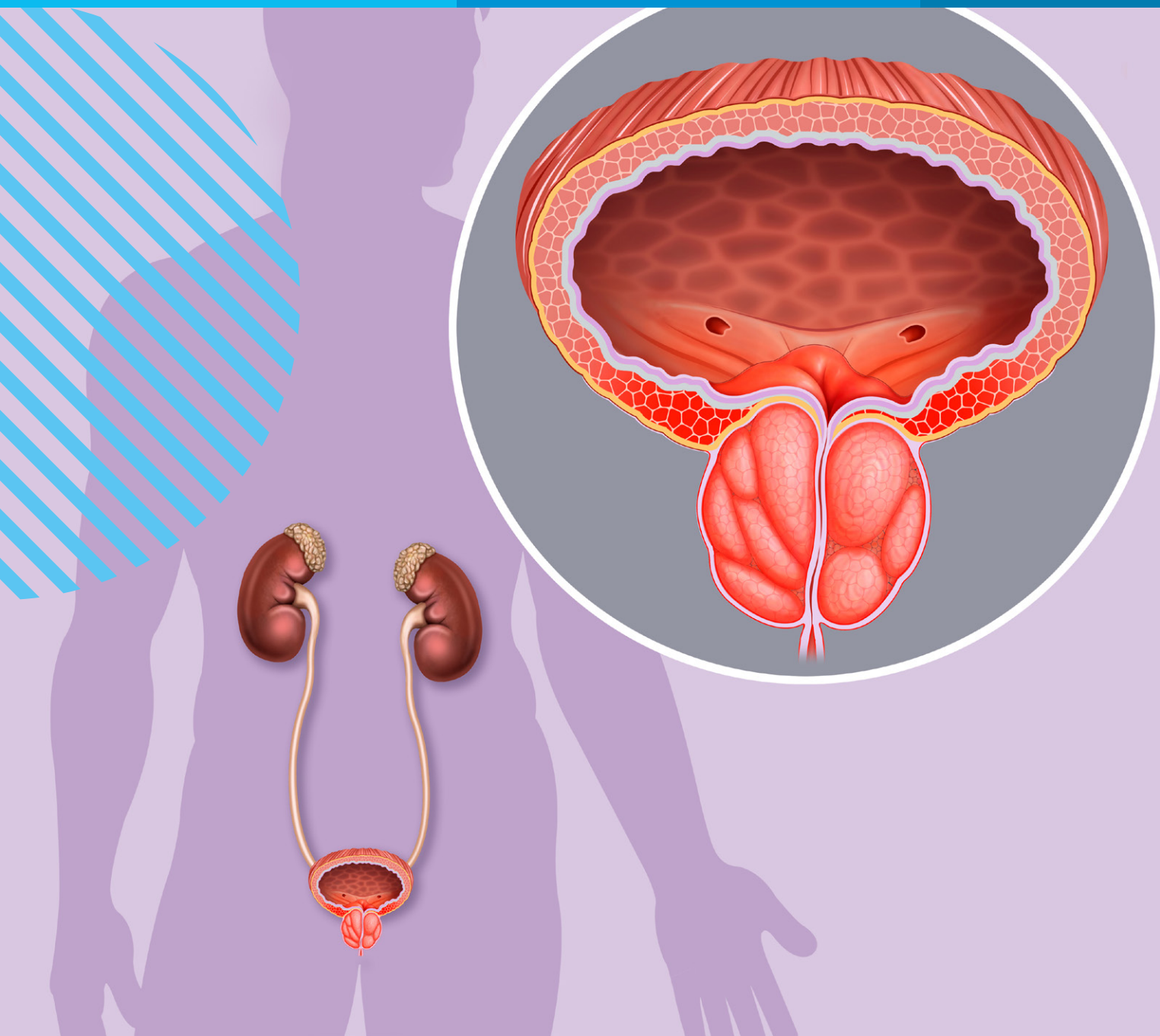


Saúde do Homem

No Brasil, um homem morre a cada 38 minutos devido ao câncer de próstata, segundo os dados mais recentes do Instituto Nacional do Câncer (Inca).

Em novembro dedicamos uma atenção especial à prevenção do câncer de próstata e à conscientização sobre os cuidados integrais com a saúde do homem.





O que é a próstata?

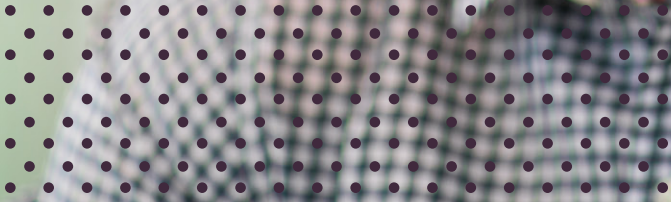
É uma glândula do sistema reprodutor masculino, que pesa cerca de 20 gramas, e se assemelha a uma castanha. Ela localiza-se abaixo da bexiga e sua principal função, juntamente com as vesículas seminais, é produzir o esperma.



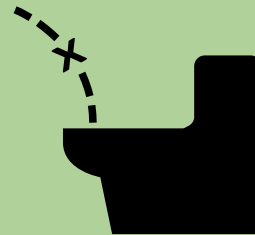


Sintomas

Na fase inicial, o câncer de próstata quase não apresenta sintomas e quando alguns sinais começam a aparecer, cerca de 95% dos tumores já estão em fase avançada, dificultando a cura.



Preste
atenção nos
seguintes
sintomas:



Dificuldades para iniciar ou
parar o fluxo urinário



Vontade de urinar com frequência,
principalmente à noite



Urgência para urinar



Sensação de esvaziamento
incompleto da bexiga



Dor óssea



Diminuição do jato de urina,
sendo fraco ou interrompido



Dores ao urinar



Presença de sangue na urina
e/ou no sêmen



Fatores de risco:



**Raça: homens negros
sofrem maior incidência
deste tipo de câncer**



**Histórico familiar
de câncer de próstata: pai, irmão e tio**



Obesidade



Prevenção e tratamento:

Para investigar o câncer de próstata são feitos dois exames: o de toque retal, que avalia o tamanho, a forma e a textura da próstata, e o Antígeno Prostático Específico (PSA). Para confirmar uma suspeita sinalizada pelos dois testes, é feita uma biópsia, que consiste em analisar pequenos pedaços da glândula.



A única forma de garantir a cura do câncer de próstata é o diagnóstico precoce. Mesmo na ausência de sintomas, homens a partir dos 45 anos com fatores de risco, ou 50 anos sem estes fatores, devem ir ao urologista.

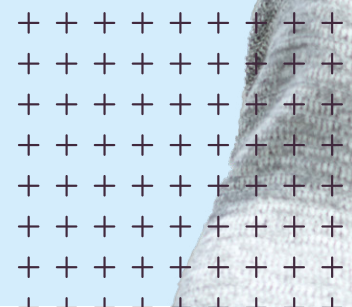


A melhor forma de tratamento vai depender de vários aspectos, como estado de saúde atual, estadiamento da doença e expectativa de vida.



Saúde mental, infecções sexualmente transmissíveis, doenças crônicas (diabetes, hipertensão) entre outros pontos devem ser sempre observados pela população masculina que, por vezes, negligencia a própria saúde. Adotar hábitos de vida saudáveis é essencial, com boa alimentação, prática de atividade física, qualidade de sono e visitas periódicas ao médico.





Lembre-se que cuidar da saúde é fundamental. Melhor que tratar e remediar qualquer problema, é prevenir. Saúde é qualidade de vida e bem-estar. Neste mês de novembro, tire um dia para procurar o médico.





Você é o
responsável
pela sua *saúde!*

