

CÂNCER DE PRÓSTATA

O que é | As causas | Os sintomas | O tratamento | Como prevenir

A PRÓSTATA

É uma glândula que só o homem tem, na parte baixa do abdômen. É um órgão pequeno. Em jovens, tem o tamanho de uma ameixa, mas aumenta com o avançar da idade. Fica logo abaixo da bexiga e à frente do reto, parte final do intestino grosso.

O órgão envolve a porção inicial da uretra, tubo pelo qual a urina armazenada na bexiga é eliminada. E produz parte do sêmen, líquido espesso com espermatozoides, liberado durante o ato sexual.

O CÂNCER DE PRÓSTATA

É um tumor que se desenvolve na próstata, glândula do sistema reprodutor masculino. É o segundo mais comum entre os homens no Brasil, atrás apenas do câncer de pele. Alguns tumores podem crescer de forma rápida, espalhar para outros órgãos e levar à morte.

A maioria, porém, cresce de forma lenta. Demora cerca de 15 anos para atingir 1cm³ e não chega a manifestar sintomas durante a vida, nem a ameaçar a saúde do homem.



QUEM PODE TER

Todo homem está sujeito, mas o tumor de próstata é considerado um câncer da terceira idade. Em cerca de 75% dos casos no mundo, se manifesta a partir de 65 anos.

CAUSAS

Existem fatores que podem aumentar as chances de desenvolver câncer de próstata.

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

Histórico familiar: homens cujo pai, avô ou irmão tiveram câncer de próstata antes dos 60 anos fazem parte do grupo de risco.

Sobrepeso e obesidade: estudos recentes mostram maior risco de câncer de próstata em homens com peso acima do normal.

SINTOMAS

Na fase inicial, o câncer de próstata pode não apresentar sintomas. Quando apresenta, os mais comuns são dificuldade de urinar, sangue na urina, diminuição do jato de urina, dificuldade de ereção, necessidade de urinar mais vezes, durante o dia e à noite. Em fase mais avançada, outros sintomas são dores nas costas, nos ossos e nos testículos. Diante desses sintomas, recomenda-se procurar auxílio médico.

DOENÇA BENIGNA

Esses sinais e sintomas, no entanto, também podem ser manifestações de doenças benignas da próstata, como:

Hiperplasia benigna: aumento benigno da próstata. Afeta mais da metade dos homens com idade superior a 50 anos. É natural com o avançar da idade.

Prostatite: inflamação na próstata, que geralmente é causada por bactérias.

EXAMES

Toque retal

O médico avalia tamanho, forma e textura da próstata, introduzindo no reto um dedo protegido por luva lubrificada. Permite apalpar as partes posterior e lateral da próstata.

PSA

Por meio de exame de sangue, mede-se a quantidade do PSA (Antígeno Prostático Específico), proteína produzida pela próstata em diversas situações. Níveis altos dessa proteína podem significar câncer, mas também doenças benignas da próstata.

Biópsia

Para confirmar o câncer de próstata, é preciso fazer uma biópsia. São retirados pedaços bem pequenos da próstata para análise em laboratório.

A biópsia é indicada caso seja encontrada alteração no exame de PSA ou no toque retal.

TRATAMENTO

Comprovado o câncer de próstata, o médico pode indicar radioterapia, cirurgia ou tratamento hormonal. Quando o tumor original se espalhou para outras partes do corpo, o tratamento é terapia hormonal. A escolha do tratamento mais adequado deve ser individualizada e definida depois de médico e paciente discutirem riscos e benefícios de cada um.

PREVENÇÃO

Adoção de hábitos saudáveis ajuda a melhorar a qualidade de vida das pessoas, por serem também comportamentos preventivos. Algumas práticas que ajudam a prevenir o câncer de próstata e viver com boa saúde:



- Ter alimentação saudável, rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais, e com menos gordura, principalmente as de origem animal.
- Fazer pelo menos 30 minutos de atividades físicas ao dia.
- Manter o peso do corpo adequado à altura.
- Evitar ou diminuir consumo de bebidas alcoólicas.
- Não fumar.
- Procurar consultas médicas periódicas.