



Novembro Azul

Mês de conscientização
do câncer de próstata

**Pequeno informativo sobre
historia, dados, informações
relevantes e como podemos
nos prevenir contra o câncer
de próstata.**

O que é o Novembro Azul?

O Dia Mundial de Combate ao Câncer de Próstata é comemorado em 17 de novembro e marca o início do movimento Novembro Azul, que tem como objetivo sensibilizar os homens sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce dessa doença, bem como de outras condições de saúde que afetam a população masculina. Foi na Austrália, em 2003, que esse movimento teve início, e desde então, ele se espalhou pelo mundo, promovendo a conscientização sobre a saúde masculina.

O que é a próstata ?

A próstata é um órgão do sistema reprodutor masculino que tem aproximadamente 20 gramas de peso e se assemelha a uma castanha. Ela está localizada abaixo da bexiga e sua principal função é gerar e reter o líquido prostático.

Esse líquido, quando combinado com o líquido seminal das vesículas seminais e os espermatozoides produzidos nos testículos, forma o sêmen.

Quais exames podem identificar o câncer ?

- **Exame de toque retal: O médico avalia o tamanho, a forma e a textura da próstata inserindo um dedo protegido por uma luva lubrificada no reto. Esse exame possibilita a avaliação das partes posterior e lateral da próstata.**
- **Exame de PSA: Consiste em uma análise sanguínea que mensura a quantidade de Antígeno Prostático Específico (PSA), uma proteína produzida pela próstata. Níveis elevados dessa proteína podem indicar a presença de câncer, embora também possam estar associados a doenças benignas da próstata.**

É importante se informar

O Instituto Nacional de Câncer (INCA) estima que para cada ano do triênio 2020/2022, sejam diagnosticados no Brasil 65.840 novos casos de câncer de próstata. Esse valor corresponde a um risco estimado de 62,95 casos novos a cada 100 mil homens

Um em cada 9 homens será diagnosticado com câncer de próstata durante sua vida.



O câncer de próstata ocorre principalmente em homens mais velhos. Seis em cada 10 casos são diagnosticados em homens com mais de 65 anos, sendo raro antes dos 40 anos. A média de idade no momento do diagnóstico é de 66 anos.

Fatores de Risco

- Casos de Câncer de próstata na família.
- Obesidade.
- Idade Avançada

Fique Alerta!

- Dificuldade ao urinar
- Diminuição do jato de urina
- Sangue na urina
- Alteração no tempo ao começar ou terminar de urinar
- Necessidade maior de urinar

Caso você apresente sintomas como os citados acima, procure um médico especialista de sua confiança, se cuide! Não tenha vergonha!



Como se prevenir?

Manter-se saudável, além de prevenir o câncer de próstata, evita diversas outras doenças.

- Alimentação Saudável
- Praticar exercícios físicos
- Não fumar
- Não beber alcoólicos

Além disso, exames de toque retal e exame de PSA são cruciais no exame de rotina do homem acima dos 50 anos.

Organização e Autoria:

Luiza Almeida
Ricardo H. Silva

REFERÊNCIAS

ERASTO GAETNER. Folder de Prevenção Câncer de Próstata. Disponível em:

https://erastogaertner.com.br/arquivos/audio/folder_prevencao_prostata15.pdf

SECRETARIA DA SAÚDE. Câncer de Próstata. Disponível em: <https://www.saude.pr.gov.br/Pagina/Cancer-de-prostata#:~:text=Hist%C3%B3rico%20de%20c%C3%A2ncer%20na%20fam%C3%ADlia,com%20peso%20corporal%20mais%20elevado.>

Estatística para Câncer de Próstata. Disponível em: <http://www.oncoguia.org.br/mobile/conteudo/estatistica-para-cancer-de-prostata/5852/288/#:~:text=Um%20em%20cada%209%20homens,de%20pr%C3%B3stata%20durante%20sua%20vida>

Dia Mundial de Combate ao Câncer de Próstata / Novembro Azul. Disponível em:

<https://busms.saude.gov.br/17-dia-mundial-de-combate-ao-cancer-de-prostata-novembro-azul/#:~:text=Em%2017%20FII%20%C3%A9%20comemorado,que%20atingem%20a%20popula%C3%A7%C3%A3o%20masculina>

Apoio:

REDE FEMININA
DE COMBATE AO CÂNCER

GRAN
FACULDADE



CURSO DE
PSICOLOGIA