



Câmara Municipal de
MARANGUAPE

NOVEMBRO AZUL

A Campanha

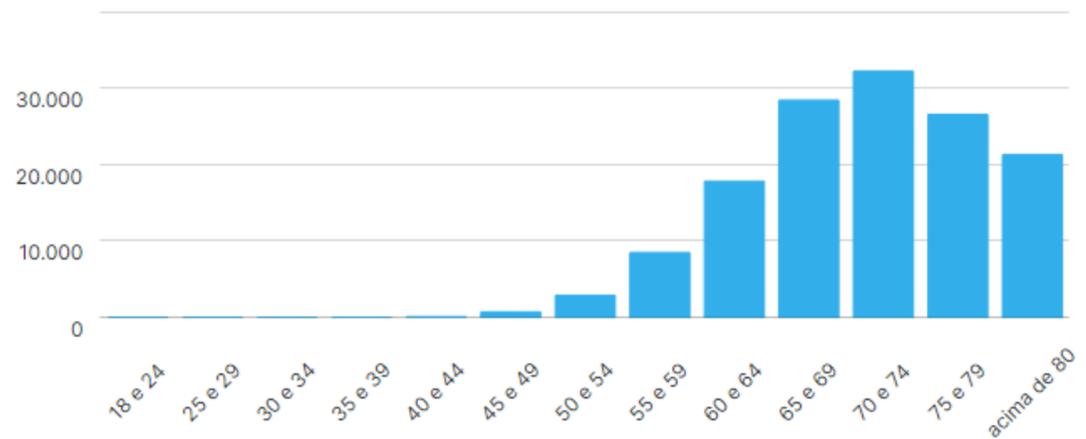
A Campanha Novembro Azul é dedicada à conscientização e prevenção do câncer de próstata, que é o segundo tipo de câncer mais comum entre os homens (atrás apenas do câncer de pele não melanoma). A iniciativa teve origem na Austrália no ano de 2003 e chegou ao Brasil em 2008.

O Câncer de próstata é o segundo mais frequente entre os homens e a segunda maior causa de óbito por câncer nesse público.

Um dos principais fatores que exige atenção para o câncer de próstata é a idade, uma vez que tanto a incidência quanto a mortalidade aumentam significativamente após os 50 anos, conforme gráfico ao lado:



Fonte: <https://datasus.saude.gov.br/>



QUAIS OS FATORES DE RISCO?

Existem alguns fatores que podem aumentar as chances de um homem desenvolver câncer de próstata. São eles:

- **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 o pai, avô ou irmão tiveram câncer de próstata antes dos 60 anos.
- **Sobrepeso e obesidade:** Maior risco de câncer de próstata em homens com peso corporal elevado.

QUAIS OS SINAIS DE ALERTA?

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 tiver algum desses sintomas, procure uma unidade de saúde e faça os exames necessários com médico especialista de sua confiança.

COMO POSSO ME PREVENIR?



Mantenha uma
alimentação equilibrada.



Pratique atividades físicas
regularmente.



Evite ao máximo o consumo
de bebidas alcoólicas e cigarro.

**Fique atento aos sintomas
e realize os exames com
antecedência.**

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

- **Exame de toque retal:** o médico avalia tamanho, forma e textura da próstata, introduzindo o dedo protegido por uma luva lubrificada no reto. Este exame permite palpar as partes posterior e lateral da próstata.
- **Exame de PSA:** é um exame de sangue que mede a quantidade de uma proteína produzida pela próstata - Antígeno Prostático Específico (PSA). Níveis altos dessa proteína podem significar câncer, mas também doenças benignas da próstata.
- Para confirmar o câncer de próstata é preciso fazer uma biópsia. A biópsia é indicada caso seja encontrada alguma alteração no exame de PSA ou no toque retal.

É O CUIDADO QUE GARANTE O SEU FUTURO!



Câmara Municipal de
MARANGUAPE