



NOVEMBRO AZUL

No mês de novembro reforçamos a necessidade de se combater o câncer de próstata. No Brasil, segundo o Instituto Nacional do Câncer - INCA, o câncer de próstata é o segundo mais comum entre os homens (atrás apenas do câncer de pele não-melanoma), é a causa de morte de 28,6% da população masculina que desenvolve neoplasias malignas, onde cerca de 75% dos casos no mundo ocorrem a partir dos 65 anos. No Brasil, um homem morre a cada 38 minutos devido ao câncer de próstata, segundo os dados mais recentes do INCA. 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.

Os sintomas mais comuns são:

- Dificuldade de urinar;
- Diminuição do jato de urina;
- Necessidade de urinar mais vezes durante o dia;
- Sangue na urina.

Fatores que aumentam o risco de câncer de próstata:

- Idade;
- Hereditariedade;
- Obesidade;
- Exposição a produtos químicos como alumínio, arsênio, produtos de petróleo.

Para reduzir o risco do câncer de próstata aconselha-se consultar um urologista, pelo menos, uma vez ao ano após os 40 anos, mesmo não tendo nenhum sintoma. Isso ajuda a promover saúde e prevenir o aparecimento do câncer assim como propicia o diagnóstico precoce, o que diminui a gravidade da doença se detectada logo no início.

Além disso, tenha uma rotina saudável com hábitos e estilo de vida que promovam saúde como, abolir o fumo, praticar atividades físicas, comer frutas, legumes e verduras, pelo menos, cinco porções ao dia, manter o peso ideal, meditar e viver com equilíbrio emocional.

Dr. Rubens Amaral, CRM 27204.

Câncer de próstata pode ser prevenido e tratado com sucesso.

Plano
Santa Casa
Saúde

O plano que funciona quando você precisa.