



A IMPORTÂNCIA DE SE CUIDAR

Novembro Azul é um movimento mundial que acontece durante o mês de novembro para reforçar a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de próstata. A doença é o segundo tipo de câncer mais comum entre os homens brasileiros e as maiores vítimas são homens a partir dos 50 anos, além de pessoas com presença da doença em parentes de primeiro grau, como pai, irmão ou filho.

O QUE É A PRÓSTATA

A próstata é uma glândula masculina que tem forma de uma noz e fica logo abaixo da bexiga e à frente do reto. O órgão envolve a porção inicial da uretra, tubo pelo qual a urina é eliminada da bexiga.

O QUE É CÂNCER DE PRÓSTATA?

Durante o funcionamento da próstata, algumas células podem se desenvolver e multiplicar de forma anormal, provocando o surgimento de um tumor. O câncer de próstata é o segundo mais incidente entre os homens no Brasil, apenas atrás do câncer de pele não melanoma. Estima-se 68.220 mil novos casos da doença no país, em 2018. O risco estimado é de cerca de 66,12 novos casos para cada 100 mil homens.

SINTOMAS

A doença pode não apresentar (ou apresentar poucos) sintomas em sua fase inicial. Em alguns casos, os sinais são parecidos com os do crescimento benigno da próstata (dificuldade de urinar, necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou à noite). Na fase mais avançada, o paciente pode ter dores nos ossos, sintomas urinários ou, nos casos mais graves, infecção generalizada ou insuficiência renal.

QUANDO PROCURAR O MÉDICO?

Quando o homem perceber sinais e sintomas sugestivos da doença, como: dificuldade de urinar; diminuição do jato de urina; necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou à noite; e sangue na urina. A detecção do câncer de próstata pode ser realizada com exames clínicos, laboratoriais ou radiológicos (diagnóstico precoce). Os homens sem sinais ou sintomas, mas pertencentes a grupos com maior chance de ter a doença, podem realizar com exames de toque retal e de sangue para avaliar a dosagem do PSA (Antígeno Prostático Específico).

COMO É FEITO O DIAGNÓSTICO DE CÂNCER PRÓSTATA?

O exame de PSA é solicitado anualmente para acompanhar as alterações específicas da próstata. O resultado, quando alterado, pode indicar situações como inflamações, infecções, hiperplasia (crescimento benigno) e também o surgimento do câncer de próstata. O toque retal e a dosagem do PSA servem para indicar a necessidade da biópsia da próstata (retirada e análise de fragmentos da glândula e única forma de confirmar uma suspeita de câncer). A realização de exames é recomendada quando há presença de sinais e sintomas, conforme preconiza o Ministério da Saúde.

COMO POSSO PREVENIR?

Adotar hábitos saudáveis diminui o risco de várias doenças, inclusive o câncer. Recomendamos:

- Manter uma alimentação saudável e equilibrada;
- Não fumar.
- Identificar e tratar adequadamente a pressão alta, diabetes e problemas de colesterol
- Manter um peso saudável;
- Praticar regularmente atividades físicas.

FONTE: <https://www.cancer.org.br/novembro-azul-a-importancia-de-se-cuidar/>

COMISSÃO INTERNA DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES

Expediente - Gestão 2019 / 2020 - cipa13@usp.br

Prefeito: Prof. Dr. José Henrique Rubo * Vice-Prefeita: Profa. Dra. Thais Marchini de Oliveira Valarelli * Presidente da CIPA: Christine Habib * Vice-Presidente: Régio Augusto Viola * Membros: Nilceu de Souza Veira, Viviani Gomes Oliveira, Rosângela Pereira Martins, Nirado Adriano Claudino, Fábio Eduardo Alves Martins e Etelvina Pinto da Silva * Elaboração: Mariane Martins