

No Brasil, o câncer de próstata é o segundo mais comum entre os homens (atrás apenas do câncer de pele não-melanoma). Em valores absolutos, é o quarto tipo mais comum no mundo e o segundo mais incidente entre os homens.



QUEM DEVE FAZER: Homens a partir dos 50 anos

PERIODICIDADE: Anual

Quem tem histórico da doença na família (parentes de primeiro grau) deve começar o rastreamento a partir dos 45 anos.

Como detectar e rastrear

EXAME DE TOQUE

Avaliação rápida e indolor de próstata feita no consultório médico.

MEDIÇÃO DO PSA SANGUÍNEO

Exame de sangue que mede a quantidade de uma proteína produzida pela próstata e que pode sugerir a presença do câncer

Sinais comuns

- Necessidade frequente em urinar
- Fluxo urinário fraco, interrompido ou lento
- Sangue na urina ou no sêmen
- Dificuldade para ter ereção
- Desconforto (dor ou sensação de queimação) ao urinar ou ejacular
- Dor intensa na região lombar, quadris ou coxas

Fatores de risco

- Idade acima de 50 anos
- Histórico familiar
- Obesidade
- Sedentarismo
- Tabagismo
- Consumo excessivo de álcool

Dicas de cuidados

Manter hábitos saudáveis diminui as chances de desenvolver a doença.

Praticar atividades físicas regulares

Adotar uma alimentação balanceada

Evitar o consumo excessivo de bebidas alcoólicas

Manter o peso ideal

Não fumar