



**Não importa
a cor do
mês, a luta
continua.**

Maurício Lima
Medalhista olímpico
e embaixador do
Vôlei Renata

**Nosso
plano é
cuidar
de você.**

50
anos





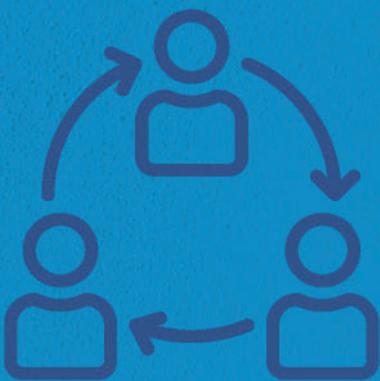
Novembro é o mês de prevenção contra o câncer de próstata. Neste mês, acontece uma campanha de conscientização realizada anualmente com o intuito de informar a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de próstata. Por isso, lembramos o quanto os exames clínicos são importantes para combatermos essa doença que pode ser tratada e prevenida quando identificada com antecedência. Não importa a cor do mês, a luta continua. Previna-se ou cuide de quem você ama.

Detecção Precoce



A detecção precoce do tumor é a melhor aliada para o tratamento da doença. Ela pode ser feita por meio da investigação, com exames clínicos, laboratoriais ou radiológicos de pessoas com sinais e sintomas sugestivos da doença (diagnóstico precoce), ou com exames periódicos em pessoas sem sinais ou sintomas (rastreamento), mas pertencentes a grupos com maior chance de ter a doença. No caso do câncer de próstata, esses exames são o toque retal e o exame de sangue para avaliar a dosagem do PSA (antígeno prostático específico).

#CompartilheEsseCuidado



Há 90% de chance de cura do câncer de próstata quando diagnosticado precocemente. Sociedades médicas recomendam que homens a partir dos 50 anos de idade façam o exame de próstata anualmente, e acima dos 45, caso esteja inserido no grupo com fatores de risco. Sabe-se que uma mudança no estilo de vida é crucial para aumentar a sobrevivência, incluindo uma alimentação saudável e a prática de atividades físicas no dia a dia. Como andam os seus hábitos? Vamos nos cuidar e compartilhar esse cuidado ao longo de todo o ano.

O que é câncer de próstata?

O câncer de próstata é o tumor que afeta a próstata, glândula localizada abaixo da bexiga e que envolve a uretra. Ele é o mais frequente entre os homens, depois do câncer de pele.

Quais os fatores de risco?

01

Idade

O risco aumenta com o avançar da idade. No Brasil, a cada dez homens diagnosticados com câncer de próstata, nove têm mais de 55 anos.

02

Histórico familiar

Homens cujo pai, avô ou irmão tiveram câncer de próstata antes dos 60 anos fazem parte do grupo de risco.

03

Sobrepeso e obesidade

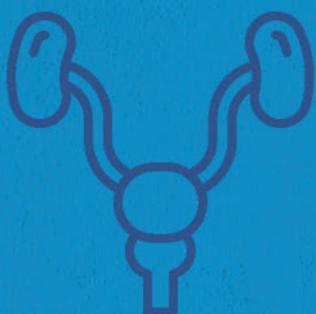
Estudos recentes mostram maior risco de câncer de próstata em homens com peso corporal mais elevado.

Sintomas

Na fase inicial, o câncer de próstata pode não apresentar sintomas e, quando apresenta, os mais comuns são:

- Dificuldade de urinar
- Demora em começar a terminar de urinar
- Sangue na urina
- Diminuição do jato de urina
- Necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou à noite

Na presença de sinais e sintomas, procure orientação médica.



Como prevenir o câncer de próstata?

Adotar práticas saudáveis diminui o risco de várias doenças, inclusive do câncer:

- Ter uma alimentação saudável
- Manter o peso corporal adequado
- Praticar atividades físicas
- Não fumar
- Evitar o consumo de bebidas alcoólicas



CONSULTE SEU MÉDICO

Somente ele poderá avaliar os seus fatores de risco e orientá-lo adequadamente sobre a prevenção.

**Nosso
plano é
cuidar
de você.**

50
anos

The logo for Unimed Campinas is a green rounded rectangle with a white border. It contains the word "Unimed" in white bold font, followed by a white stylized tree icon. Below this, the word "Campinas" is written in a smaller white font.

ANS - nº 335690

Fonte: INCA – Instituto Nacional de Câncer. Tipos de Câncer. Instituto Nacional do Câncer, 21 de agosto de 2020. Câncer de Próstata. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/tipos-de-cancer/cancer-de-prostata>. Acesso em: 08 de outubro de 2020.