

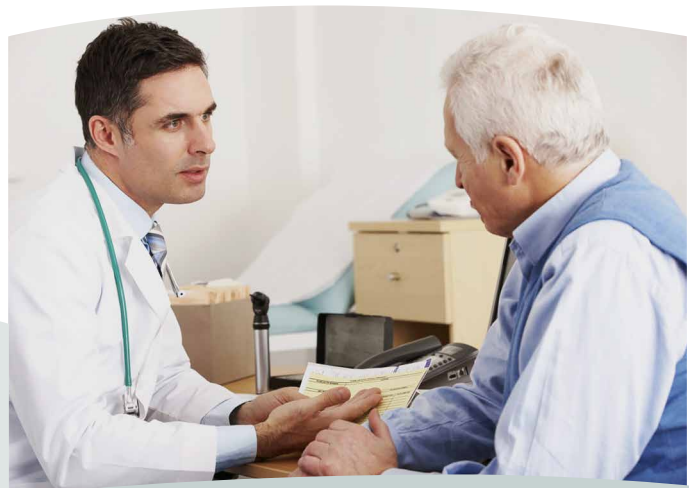
INCA promove a saúde do homem e não recomenda rastreamento do câncer de próstata

O movimento Novembro Azul tornou-se simbólico para a saúde do homem por adotar diferentes estratégias de conscientização sobre a importância da prevenção e diagnóstico precoce de doenças, sendo uma delas o câncer de próstata. Em nota técnica, o INCA, em conjunto com outras áreas técnicas do Ministério da Saúde (MS), divulgou um posicionamento que desaprova o incentivo ao rastreamento deste tipo de câncer. No Brasil, assim como em outros países como Austrália, Canadá e Reino Unido, não há recomendação desta prática.

O rastreamento é uma estratégia de saúde pública que consiste em convocar indivíduos aparentemente saudáveis para realizarem exames que possam apontar para a suspeita de uma determinada doença. Para tanto, o exame deve ser de fácil realização (acessível e de qualidade), deve-se definir a população a ser atingida (população alvo) e a periodicidade com que o exame será realizado. Em relação ao câncer de próstata, todos os ensaios científicos sobre esse procedimento demonstraram pouca ou nenhuma mudança na mortalidade produzida por essa doença em países que adotaram o rastreamento. “Os exames existentes atualmente, ainda que poderosos e importantes, não nos permitem separar quais os tumores que são agressivos e que levarão à morte do paciente daqueles tumores que nunca se manifestarão durante o decorrer da vida do homem”, afirma Franz Campos, chefe da Seção de Urologia do INCA.

Como a terapia nos tumores iniciais é a mesma – prostatectomia radical ou radioterapia – seja no tumor agressivo quanto no indolente, a possibilidade de criar mais problemas na vida do paciente do que ajudar as pessoas com tumores que nunca se manifestarão é que leva à recomendação de não realizar uma medida que atingirá a todos, indistintamente. “Isso não deve ser confundido com diagnóstico precoce, que é a base de todo o tratamento do câncer, e com o da próstata não é diferente. Quanto mais cedo diagnosticarmos – e entendermos qual o tipo de tumor que estamos identificando – melhor será para a vida do paciente”, afirma Franz Campos.

Por isso, os homens devem cuidar da sua saúde, buscar auxílio médico sempre que necessário e observar-se. Principalmente aqueles com queixas ou sintomas, como dificuldade para urinar, jato urinário fraco ou sensação de esvaziamento incompleto da bexiga, devem procurar uma unidade de saúde ou médico para investigar o problema, o que geralmente é feito por meio do PSA e do toque retal. É possível que outras doenças, como uma infecção urinária, estejam causando os sintomas. O exame de toque retal avalia o tamanho, a forma e a textura da próstata e tem por objetivo detectar alterações nessa glândula, e o teste



PSA mede a quantidade da proteína produzida pela próstata, no sangue. “Estes procedimentos continuam a ser as únicas ferramentas de que dispomos para a suspeição – pois o diagnóstico só é feito com a biópsia da próstata – e eles são o que de melhor temos na atualidade”, ressalta o chefe da Urologia. Para homens com história familiar de câncer de próstata antes dos 60 anos (pai ou irmão) e assintomáticos, a recomendação também é cuidar sempre da sua saúde e consultar um médico, para que recebam orientações quanto à realização destes exames.

O câncer de próstata é o segundo mais incidente no mundo e o primeiro no Brasil. De acordo com a nota técnica do INCA, o crescimento do número de casos ao longo dos anos tem como possíveis explicações o aumento da expectativa de vida, além da melhoria da qualidade dos sistemas de informação, maior disponibilidade de métodos diagnósticos e do rastreamento. Entre os óbitos por câncer, o de próstata é a segunda causa de morte na população masculina no Brasil, segundo dados do Datasus.

Segundo a chefe da Divisão de Detecção Precoce e Apoio à Organização de Rede do INCA, Maria Beatriz Kneipp Dias, o principal fator associado à doença é a idade. “O câncer de próstata é considerado um câncer da terceira idade. Cerca de 75% dos casos ocorrem em homens com mais de 65 anos no mundo. Como não há evidências de fatores específicos de proteção, o recomendável é que os homens procurem adotar hábitos saudáveis de vida e sejam bem informados quanto aos sinais e sintomas da doença”, explica.

NO PORTAL DO INCA NA INTERNET

Acesse a nota técnica sobre o posicionamento do Instituto e do MS acerca da saúde do homem e as diretrizes para rastreamento do câncer de próstata. Leia também no Portal, o *Informativo Detecção Precoce* (nº2/2014), que aborda estratégias para o controle desse câncer no Brasil.

Hábito saudável é sempre um bom aliado

Já está comprovado que uma dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais, e com menos gordura, principalmente as de origem animal, ajuda a diminuir o risco de câncer, como também de outras doenças crônicas não transmissíveis. Nesse sentido, outros hábitos saudáveis também são recomendados, como fazer, no mínimo, 30 minutos diários de atividade física, manter o peso adequado à altura, diminuir o consumo de álcool e não fumar.