

## Saúde do homem

Porque se  
cuidar é coisa  
de homem.







## SAÚDE DO HOMEM

Por preconceito, muitos homens ainda resistem em procurar orientação médica ou submeter-se a exames preventivos, principalmente os de prevenção do câncer de próstata.

Isso faz com que grande parte dessa população ainda esteja carente de informações relacionadas ao corpo, mente e saúde, ignorando a prevenção de inúmeras doenças.

Relacionamos aqui algumas das principais patologias que acometem a população masculina e que podem ser tratadas, desde que diagnosticadas precocemente.

### FIMOSE

Quando a pele (prepúcio) cobre toda a glândula, não sendo possível a exposição da mesma para uma boa limpeza. Pode ser resolvida com a postectomia (cirurgia).

### PARAFIMOSE

Quando a pele estrangula a glândula. É muito comum na puberdade. Deve ser corrigida com postectomia (cirurgia da fimose), com urgência.

### HIDROCELE

É o acúmulo de líquido seroso entre o testículo e a camada que o protege, podendo chegar a tamanhos grandes. Pode ser corrigida com cirurgia.

### VARICOCELE

São vasos dilatados em volta dos testículos. Pode ser corrigida com cirurgia.

## CÂNCER DE PRÓSTATA

### Conhecendo a próstata

A próstata é um órgão composto de tecido fibroso muscular liso. Contém inúmeras glândulas e está situada logo abaixo da bexiga. Ela armazena o líquido seminal, produzido nas vesículas seminais, que, juntamente com os espermatozóides produzidos nos testículos, formam o sêmen ou líquido espermático. Sem esse líquido os espermatozóides não viveriam até atingir o óvulo.

### Causas

Ainda não se sabe ao certo o que causa o câncer de próstata. Porém, existem alguns fatores que podem aumentar as chances de os homens desenvolverem a doença. Um deles é o fator hereditário. A existência de um caso em parente direto aumenta em três vezes a possibilidade de desenvolver a doença. Registros de casos de câncer de mama na família também aumentam os riscos, uma vez que essas doenças podem estar interligadas.

A genética também pode ser considerada como uma causa, pois os negros têm uma predisposição maior para a doença, desenvolvendo o câncer de próstata mais cedo e de forma mais agressiva.

Algumas pesquisas indicam que uma dieta muito rica em gorduras também contribui para a incidência desse câncer.

## Sintomas

Um dos maiores desafios em relação ao câncer de próstata é a conscientização de que aos 40 anos (homens que têm parentes com câncer de próstata) ou aos 45 anos (todos os homens) é essencial submeter-se ao exame de prevenção, pois os sintomas só aparecem quando a doença já está em uma fase avançada.

Guarde os principais sintomas:

- Dificuldade e desconforto ao urinar, necessidade de ir várias vezes ao banheiro, principalmente à noite e, ainda, a diminuição do jato urinário.
- Dor constante na região pélvica, na região lombar (costas) ou na parte superior das coxas, pois o câncer da próstata, quando em estágio avançado, pode espalhar-se pela bacia, coluna vertebral e outros órgãos.

## Exames

Os exames preventivos são **ESSENCIAIS** para diagnosticar a doença em sua fase inicial:

- Exame digital da próstata: mais conhecido como toque retal. De fácil realização, ele é indispensável para avaliar o tamanho e a consistência da próstata e pode ser complementado por outros exames. Feito no próprio consultório médico, é completamente indolor, pode detectar o surgimento de um tumor.
- Dosagem do antígeno prostático específico (PSA): exame de sangue que complementa o toque retal. Mede uma proteína produzida exclusivamente pela próstata. A dosagem do PSA pode sugerir a existência de um tumor maligno de próstata.

- Ultra-sonografia da próstata: exame complementar indicado apenas para avaliação do tamanho e peso da próstata.
- Demais exames a critério do médico assistente.

## Tratamento

Quando a doença é diagnosticada logo no início, as chances de cura são de cerca de 85% e o tratamento mais indicado é a cirurgia (prostatectomia radical), que retira a próstata e vesículas seminais, eliminando o tumor.

Há alguns anos, a cirurgia levava à impotência de praticamente todos os casos. Hoje, caso seja diagnosticada na fase inicial e o paciente tenha até 60 anos, as chances de a vida sexual não ser afetada são grandes.

Uma outra opção é a radioterapia, indicada em alguns casos, mas que também pode causar impotência. Já nos casos de câncer avançado, a alternativa é a supressão hormonal, com uso de medicamentos ou por cirurgia.

## IMPORTANTE

Independente de sua faixa etária, todo homem deve procurar um especialista sempre que seu corpo apresentar os seguintes sintomas: dificuldades para urinar (jato fino e com pouca pressão); sensação de vontade de urinar várias vezes; ter que forçar para iniciar a micção; ardor e sinais de sangue na urina e quando passar a se levantar à noite para urinar.



Temos muita vida pela frente.