



NOVEMBRO AZUL / Pesquisa aponta que somente 63% dos homens se dizem preocupados com a saúde. Evento do **Correio** reunirá especialistas, profissionais e público interessado em prevenção, diagnóstico e tratamento do câncer de próstata

Todo cuidado com a saúde masculina

» RAFAELA BOMFIM*

Embora a maioria dos homens tenha ciência da importância de cuidar da própria saúde, fatores como rotina estressante e dificuldade de acesso aos serviços médicos ainda impedem o cuidado regular com o corpo. Dados do Instituto Lado a Lado pela Vida mostram que 83% deles admitem precisar dar mais atenção a esse quesito, mas apenas 63% afirmam se preocupar de fato com o tema. Entre os entrevistados, 51% apontam o estresse como principal barreira e 32% citam a dificuldade de acesso aos serviços públicos e privados.

A pesquisa, feita com 815 entrevistados, revelou que 52% usam o Sistema Único de Saúde (SUS), 27% contam com planos privados e 21% recorrem a ambos. Mesmo com esses números, 46% dos homens só buscam atendimento médico quando sentem sintomas, percentual que chega a 58% entre usuários exclusivos da rede pública. Esse comportamento reforça a ausência de uma cultura preventiva e a visão da população masculina de que ir ao médico é necessário apenas em casos de urgência.

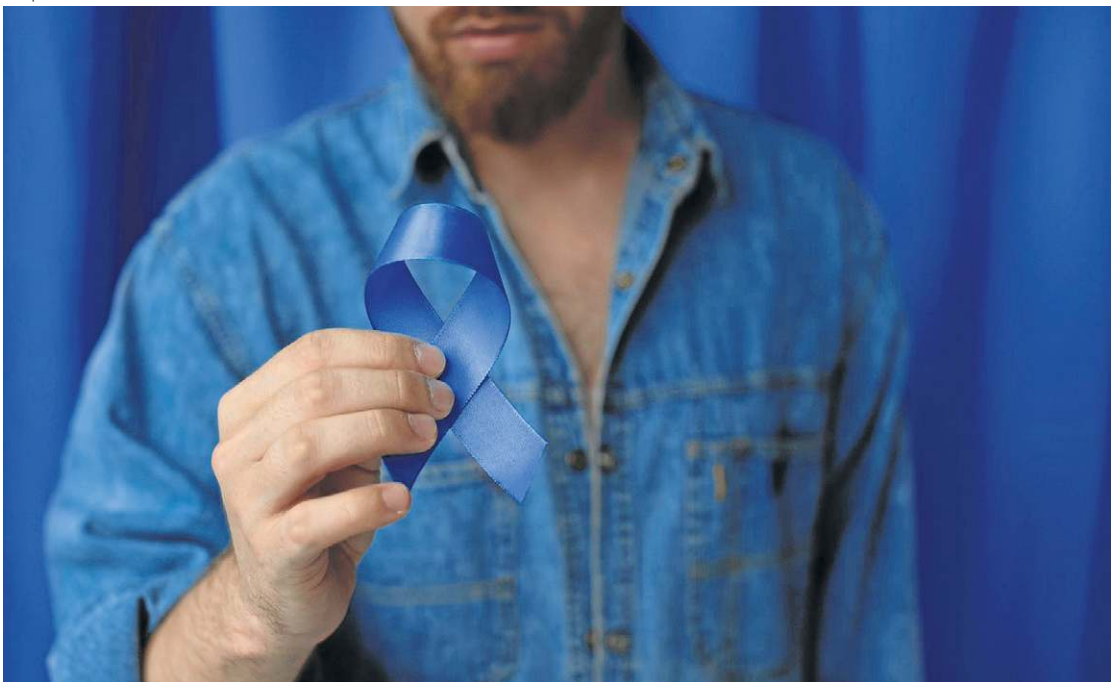
Segundo o Ministério da Saúde, os homens vivem, em média, sete anos a menos que as mulheres. A diferença é explicada, principalmente, por causas externas, como violência e acidentes, e por doenças crônicas, como as cardiovasculares. O movimento Novembro Azul foi criado para alertar sobre o câncer de próstata, passou a abordar também diabetes, hipertensão, obesidade e saúde mental, ampliando o debate sobre prevenção.

Entre os principais problemas relatados na pesquisa da Sociedade Brasileira de Urologia (SBU) estão o sedentarismo (26%), a pressão alta (24%) e a obesidade (12%). Para homens acima dos 60 anos, a hipertensão aparece como a condição mais comum, afetando 40% deles. Apesar disso, 35% afirmaram não possuir nenhum problema de saúde — um dado que, segundo especialistas, pode refletir desconhecimento ou falta de acompanhamento médico adequado.

Atenção para a saúde

O médico uro-oncologista João Marcos Ibrahim, do Hospital Brasília Águas Claras, Rede Américas,

Freepik



Campanha Novembro Azul promove a importância da saúde geral do homem

explica que “uma alimentação equilibrada e a prática regular de atividade física são fundamentais para prevenir doenças da próstata e outros males. Dietas ricas em frutas, vegetais e peixes reduzem

os riscos de inflamação e obesidade, enquanto o excesso de gorduras e ultraprocessados aumenta as chances de doenças crônicas”.

A resistência masculina em buscar atendimento é influenciada por

fatores culturais e sociais. “A ideia de autossuficiência e o medo de parecer vulnerável ainda afastam os homens dos consultórios”, diz o médico.

Especialistas defendem a criação de estratégias que facilitem o

acesso e incentivem a prevenção. Entre elas, estão a ampliação dos horários de atendimento, a oferta de exames no ambiente de trabalho e o uso de lembretes eletrônicos para consultas.

O Novembro Azul, portanto, é mais do que uma campanha sobre o câncer de próstata. É um convite para que os homens adotem hábitos saudáveis e mantenham uma rotina de autocuidado. Praticar atividades físicas, manter alimentação balanceada, não fumar, controlar o peso e cuidar da mente são atitudes essenciais para uma vida mais longa e com qualidade.

Com a aproximação do Novembro Azul, campanhas reforçam a importância de atenção contínua à saúde masculina. Para aprofundar a discussão, o *CB Debate | Novembro Azul: a saúde do homem* em foco será realizado no **Correio** Braziliense em 6 de novembro de 2025, a partir das 14h, reunindo especialistas, profissionais de saúde e público interessado em prevenção, diagnóstico e tratamento do câncer de próstata.

* **Estagiária sob a supervisão de Luana Patriolino**

EDUCAÇÃO

Ed Alves CB/DA Press



Na Escola Paulo Freire, na 610 Norte, em Brasília, educadores fazem a Prova Nacional dos Docentes

Enem dos Professores

» DAVI CRUZ

Educadores de todo o país fizeram, ontem, a primeira edição da Prova Nacional Docente (PND). O exame, chamado de “Enem dos Professores”, é voltado à seleção e avaliação de profissionais da educação e reuniu candidatos de diferentes perfis com o objetivo de contribuir para a melhoria da qualidade do ensino.

Com a avaliação, as redes públicas de ensino poderão optar por usar as notas dos participantes da PND como mecanismo único ou complementar de seleção de docentes para seus quadros a partir de 2026. Ao todo, 1.086.914 se inscreveram para a prova deste ano. Completando 30 anos de profissão, a professora Selma Cabral, 59 anos, participou do exame com entusiasmo e confiança.

“Eu me preparei ao longo da vida, ao longo da carreira. É um grande projeto, um grande concurso, e eu acho que a educação tem muito a ganhar”, afirmou. Ela leciona língua portuguesa e vê na prova uma oportunidade de reconhecimento e de recomeço. “Se eu tiver a oportunidade de ir para comunidades com defasagem na educação, estou pronta para recomeçar, mesmo aposentada. É um privilégio poder participar de uma avaliação tão importante”, destacou.



As minhas expectativas são as melhores, estou confiante. É um processo importante para medir o nível da educação no Brasil”

Claudemir Francisco de Oliveira, professor

A aplicação do exame visa avaliar o nível de conhecimento e a formação dos futuros professores das licenciaturas e auxiliar estados e municípios a selecionarem professores para as suas redes. A prova é organizada pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep), autarquia vinculada ao Ministério da Educação (MEC).

A prova foi composta de 72 questões de múltipla escolha, distribuídas por 12 de língua portuguesa e literaturas de língua portuguesa; 12 de matemática; sete de história; sete de geografia; três de filosofia; três de sociologia; sete

de física; sete de química; sete de biologia; e sete de inglês. Também houve uma questão discursiva abordando o idadismo como desafio social e educacional. Os participantes também responderam a perguntas de formação geral docente e do componente específico.

A professora Maria Mercedes, 26, também compartilhou o sentimento de orgulho em realizar a avaliação. Formada em letras pela Universidade de Brasília (UnB) e pós-graduanda, ela afirmou ter se preparado com simulados e estudos complementares. “As expectativas estão altas. É a primeira vez que faço o PND, e espero que convoquem muitos professores, porque há falta de docentes em vários estados”, destacou.

Para Claudemir Francisco de Oliveira, 40, a prova representa o fechamento de um ciclo e o início de outro. Estudante de pedagogia há cinco anos, ele destacou a relevância do exame para avaliar a formação de professores em todo o país. “Essa prova é praticamente baseada em tudo que estudamos durante o curso. As minhas expectativas são as melhores, estou confiante. É um processo importante para medir o nível da educação no Brasil”, disse.



ASTRAL
CONTROLE DE PRAGAS URBANAS

A SOLUÇÃO PARA AS PRAGAS DENTRO DE SUA CASA

COMERCIAL - INDUSTRIAL - RESIDENCIAL



- **DESINSETIZAÇÃO;**
- **DESRATIZAÇÃO;**
- **DESCUPINIZAÇÃO;**
- **CONTROLE DE INSETOS ALADOS;**
- **LIMPEZA DE ESPELHOS D'ÁGUA;**
- **LIMPEZA DE RESERVATÓRIOS DE ÁGUAS POTÁVEL.**



(61) 3364-4050