



Orientação é um dos principais caminhos. Médicos reforçam que o rastreamento da doença deve começar aos 45 anos para homens negros ou com histórico familiar de câncer de próstata, e aos 50 anos para os demais

Fotos: Minervino Júnior/CB/D.A.Press



Informação sem preconceitos e tabus

» DARCIANNE DIOGO
» WALKYRIA LAGACI*
» MARIA EDUARDA LAVOCAT

Novembro é dedicado à conscientização, prevenção e diagnóstico do câncer de próstata. Médicos reforçam que a campanha visa ao cuidado integral com a saúde masculina. E massificar as informações, a fim de incentivar o homem a buscar atendimento ainda é um desafio. O assunto foi tema de discussão do primeiro painel do evento *Novembro Azul: a saúde do homem em foco*.

O primeiro painel do debate foi composto pelo urologista Carlos Watanabe, especialista em cirurgia robótica e uro-oncologia; o oncologista e membro do Instituto Lado a Lado Igor Morbeck; e o coordenador da linha de cuidados de urologia dos Hospitais Anchieta Taguatinga e Ceilândia, Fernando Croitor.

Carlos Watanabe explicou que o urologista costuma ser o primeiro médico com quem o homem se sente à vontade para conversar sobre saúde. “Muitas vezes, encaminhamos o paciente para outros profissionais que podem ajudar nesse cuidado também”, ressaltou. Mas, segundo o médico, apesar de avanços, ainda há resistência entre os homens em procurar atendimento médico. “Existe muito preconceito e piada sobre o exame de toque. O medo ainda é um dos principais obstáculos”, disse.

Para o especialista, a melhor forma de vencer essa barreira é com informação acessível e sem alarmismo. “Quanto mais informação de qualidade o homem recebe, mais coragem ele tem de cuidar da própria saúde”, concluiu. No período da pandemia, houve queda nas consultas e exames. A consequência foi uma perda de diagnósticos e, agora, veio efeito rebote, destacou. “Tem muitos pacientes chegando com a doença em fase avançada. Estima-se mais de 70 mil novos casos no país”, pontuou.

Watababe defendeu o toque retal como ferramenta prática e indispensável, mesmo diante de exames mais modernos. “Quando falamos de próstata, falamos de medo — e isso se materializa com o dedo. Sem medo do dedo. Precisamos trabalhar isso”, disse, destacando o tabu que existe no exame.



Existe muito preconceito e piada sobre o exame de toque. O medo ainda é um dos principais obstáculos”

Carlos Watanabe, especialista em cirurgia robótica e uro-oncologia



A principal orientação é a atividade física, eu não tenho dúvida. Isso melhora muito a performance do homem, a testosterona fisiológica”

Igor Morbeck, oncologista e membro do Instituto Lado



É importante lembrar que o câncer de próstata é curável, mas pode se tornar agressivo nas fases avançadas”

Fernando Croitor, coordenador da linha de cuidados de urologia dos hospitais Anchieta Taguatinga e Ceilândia

Negligência

Entre 2022 e 2023, o número de casos de câncer de próstata subiu de 43.285 para 44.660 — 1.375 diagnósticos a mais. De acordo com o oncologista Igor Morbeck, isso demonstra uma falta de olhar para a saúde masculina. “Existe uma portaria do Ministério da Saúde, que dá atenção à saúde do homem de maneira integral, que nunca saiu da teoria. Hoje, é muito comum homens terem dificuldades, a partir dos 40, 50, 60 anos de idade, em fazer essa rotina de cuidados em unidades básicas de saúde”, disse ele, durante o *CB.Debate* promovido pelo *Correio Braziliense*.

Segundo o especialista, 50% dos diagnósticos de câncer de próstata no Brasil são identificados em fase avançada. Por conta desses dados, o Instituto Lado a Lado trabalha para a conscientização e apoio de homens, bem como para a educação

de profissionais de saúde, com a disponibilização de materiais educativos, promoção de eventos de mobilização e conteúdos digitais. Morbeck reforçou a importância da saúde pública no diagnóstico e tratamento do câncer de próstata: “Setenta e cinco por cento dos brasileiros dependem do SUS”.

Outra questão debatida pelo especialista é a negligência, não só social, mas do próprio homem quanto ao seu cuidado. Segundo pesquisas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), os homens têm sete anos a menos de expectativa de vida do que as mulheres. Para o oncologista, os dados demonstram a desimportância dada a problemática: “Os homens se cuidam menos que as mulheres, buscam menos intervenções de saúde”, reforçou.

O médico afirmou que os cuidados preventivos são essenciais: “Precisamos alertar os homens de

que o autocuidado é essencial, a partir dos 40 anos eles começam a ter determinados riscos de doenças crônicas, provocadas por sedentarismo, etilismo e tabagismo. Atividades físicas regulares e boa alimentação é fundamental”.

Para o diagnóstico precoce de câncer, Morbeck apontou que a colonoscopia e tomografia de tórax são alguns exames necessários. “Os homens precisam procurar especialistas, desde clínicos gerais, cardiologistas e urologistas, no intuito de realizar exames regulares”, afirmou.

Em relação aos tratamentos, o especialista entende que as alternativas podem assustar o público masculino: “O principal temor em relação ao câncer de próstata é a castração. A castração pode ser realizada de duas maneiras, ou cirurgicamente, por meio da retirada do testículo, ou o tratamento com a hormonioterapia, que é a castra-

ção química. Não se inicia o tratamento de uma doença avançada sem a castração. E o problema todo é que, o homem, mais uma vez, e por questões culturais, lida muito mal com essa castração. Ele amplifica demais essa situação”.

Por conta disso, Morbeck orienta que os pacientes procurem sempre acompanhamento médico: “A principal orientação é a atividade física, eu não tenho dúvida. Isso melhora muito a performance do homem, a testosterona fisiológica, dá uma sensação de bem-estar, evita a sarcopenia, perda de massa muscular, e faz com que o homem tenha uma vida muito próxima do normal, com qualidade”.

Estágios

O coordenador da linha de cuidados de urologia dos Hospitais Anchieta Taguatinga e Ceilândia, Fernando Croitor, explicou que o

câncer de próstata costuma ser silencioso em seus estágios iniciais, o que contribui para o diagnóstico tardio. “Esse é um câncer curável quando detectado precocemente. O problema é que ele não causa sintomas no começo, então muitos homens esperam sentir algo para procurar o médico. Quando isso acontece, o tempo ideal para o tratamento pode ter passado”, alertou.

De acordo com o especialista, o rastreamento da doença deve começar aos 45 anos para homens negros ou com histórico familiar de câncer de próstata, e aos 50 anos para os demais. A recomendação é de que os exames sejam feitos anualmente. “É importante lembrar que o câncer de próstata é curável, mas pode se tornar agressivo nas fases avançadas. Ainda assim, ele tem uma evolução, por isso, realizar os exames regularmente é fundamental”, reforçou.

Segundo Croitor, como o câncer de próstata tende a crescer de forma lenta, a realização periódica do PSA e do toque retal permitem detectar a doença em 98% dos casos. Cerca de 80% dos diagnósticos ocorrem ainda na fase inicial, quando as chances de cura são muito altas. Além disso, o diagnóstico precoce permite tratamentos menos invasivos, reduzindo os riscos de efeitos colaterais que preocupam muitos homens, como disfunções sexuais e incontinência urinária.

Apesar dos avanços, o médico destaca que a doença ainda é subnotificada no Brasil, com alta incidência e mortalidade. “A cada ano surgem inúmeros novos casos. Isso mostra que, embora mais pessoas estejam buscando informação, ainda há quem enfrente dificuldades de acesso ao atendimento ou simplesmente adie a consulta médica. A mortalidade é alta porque, muitas vezes, o diagnóstico ocorre tardiamente”, observou.

Para Croitor, o tabu em torno dos exames ainda é uma das principais barreiras para o avanço da prevenção: “A próstata é um tema cercado de preconceitos. Muitos homens associam o exame à perda da masculinidade ou à disfunção sexual, o que não é verdade. O toque retal é um procedimento simples e seguro, que pode salvar vidas”, disse.

***Estagiária sob a supervisão de José Carlos Vieira**