

A importância da próstata para a saúde masculina

O **Novembro Azul** é uma campanha anual voltada para a prevenção de doenças masculinas, sobretudo do câncer de próstata, que é o tumor mais comum entre os homens, depois do câncer de pele não-melanoma.

A próstata é uma glândula que envolve a uretra, canal por onde é expelida a urina masculina. Essa glândula participa da produção do sêmen, líquido que carrega os espermatozoides.

Acompanhe o artigo e entenda mais sobre o assunto!

O câncer de próstata é hereditário?

Estima-se que 1 em cada 7 homens será diagnosticado com câncer de próstata ao longo da vida. A maioria dos quais após os 65 anos de idade. Estudos sugerem que muitos homens convivem com formas **não agressivas e assintomáticas** sem saber, nem lhes prejudicar.

Para os parentes dessas pessoas, o risco para terem câncer de próstata praticamente não aumenta. Por outro lado, algumas pessoas desenvolvem formas agressivas e com capacidade de se espalhar para outros órgãos (metástases). **O câncer de próstata está em segundo lugar** entre os que mais causam a morte dos homens.

As pessoas que apresentam a forma metastática, independentemente da idade, ou tumores de alto grau com história familiar de risco para outros cânceres hereditários, seja mama, ovário, pâncreas ou outros casos de câncer de próstata, podem ser beneficiados em realizar exames genéticos.

Predisposição familiar

Caso sejam detectadas alterações no gene *BRCA1* ou no *BRCA2* que estejam relacionadas à doença, é possível estimar quais os órgãos devem ser vigiados com mais atenção no próprio paciente e nos familiares que porventura herdarem essa predisposição.

BRCA2, por exemplo, é importante para reparar as moléculas de DNA danificadas, evitando o surgimento de tumores. Uma mesma alteração no gene *BRCA2* pode aumentar tanto as chances de ocorrer câncer de próstata e de pâncreas nos homens; quanto de mama e de ovários, nas mulheres.

Conhecer essa predisposição familiar permite o acompanhamento especial de filhos e filhas em risco

ainda que nunca tenham tido câncer. Assim, tumores podem ser diagnosticados e tratados precocemente, e até prevenidos, em alguns casos.

Como diagnosticar precocemente e evitar o câncer de próstata?

Por se localizar profundamente na pelve, o rastreio do câncer de próstata é mais difícil, e o exame de toque retal e o PSA são estratégias de rastreio recomendadas para algumas pessoas, mas não para todas.

Todo homem deveria consultar um(a) médico(a), seja aos 40 anos, se não tiver sintomas, para ser orientado; seja antes, se algo o incomodar na parte reprodutiva ou urinária, em qualquer idade. Urologista é o especialista da saúde reprodutiva e urinária masculina.

Fatores de risco para o câncer de próstata

Além do envelhecimento, o abuso de carnes e a ingestão insuficiente de vegetais, o sedentarismo, a obesidade, o abuso de álcool e a exposição a substâncias tóxicas, como derivados do petróleo, fuligem e poluentes gerados pelos carros, são **fatores de risco para o câncer de próstata**. Pai ou irmãos acometidos pela doença também aumentam as chances da doença ocorrer.

Embora as alterações genéticas associadas ao câncer hereditário nem sempre sejam conhecidas, se você, seu pai ou irmão foi diagnosticado com câncer de próstata metastático, ou se houver outros casos de câncer na família, consulte um médico geneticista. Só conhecendo melhor a sua história poderá receber uma orientação personalizada e devido [aconselhamento genético](#)!

Exame genético

Nos casos selecionados, o exame genético é feito com amostra de sangue ou de saliva, não precisa de jejum, e pode ser oferecido, após **aconselhamento genético**, para homens com a forma metastática da doença, independentemente da idade ou história familiar; ou diagnosticados com a forma de alto grau e que tenham outros casos de câncer na família, seja de mama, ovário, pâncreas ou próstata de alto grau.

O **resultado** pode indicar tanto os órgãos com mais risco para o desenvolvimento de câncer, quanto orientar exames preventivos mais adequados ao paciente e a seus filhos.

No mais, a **recomendação geral** é praticar atividade física, alimentar-se equilibradamente e com vegetais variados, não abusar do álcool e evitar exposição a substâncias tóxicas.

Por último, e não menos importante: atenção aos sinais do próprio corpo e, pelo menos, uma consulta médica anual são muito bem-vindos!

Texto: [Dra. Thereza Loureiro](#).

Referências:

<https://www.inca.gov.br/tipos-de-cancer/cancer-de-prostata>

<http://www.ans.gov.br/planos-de-saude-e-operadoras/espaco-do-consumidor/verificar-cobertura-de-plano>

<https://ghr.nlm.nih.gov/condition/prostate-cancer#genes>