



# Próstata

## SEM TABUS

A maioria dos homens já ouviu falar na próstata e nas suas doenças, mas ainda há tabus e receios que é importante vencer em nome de uma vida mais saudável.

### VENCER OS RECEIOS

O embaraço ainda domina quando o assunto é a próstata. Um embaraço alimentado pelo desconhecimento sobre esta glândula masculina, sobre as suas funções e sobre as consequências de uma eventual doença.

A disfunção sexual e a incontinência são os principais receios, pois existe a ideia de que a próstata implica com o desempenho sexual e com o funcionamento do sistema urinário.

#### Vejamos porquê:

A próstata é uma pequena glândula do aparelho sexual masculino, produz substâncias que entram na composição do sêmen, o líquido que transporta os espermatozoides. Interfere, por isso, com a fertilidade, mas não com a sexualidade.

Contudo, a evolução das doenças relacionadas com a próstata e alguns tratamentos podem originar problemas de disfunção erétil.

Do mesmo modo, as doenças da próstata causam incómodo ao nível do sistema urinário: é que a glândula situa-se logo abaixo da bexiga e envolve a uretra, o canal que conduz a urina até ao exterior.

### QUANDO CHEGA A ALTURA...

Os 50 anos são, por definição, a idade em que os homens devem iniciar o rastreio do cancro da próstata. Mas deve ser antecipado se houver antecedentes familiares ou se sentir:

- Necessidade de urinar com frequência
- Dificuldade ao urinar
- Dor ou ardor ao urinar
- Jacto urinário enfraquecido
- Fluxo intermitente de urina
- Sangue na urina ou esperma
- Sensação de não conseguir esvaziar a bexiga
- Dor na região pélvica
- Ejaculações dolorosas
- Perda de peso inexplicável

Alguns destes sintomas são comuns às três principais doenças da próstata:

**PROSTATITE** - infecção da próstata, causada quase sempre por uma bactéria; não é contagiosa nem aumenta o risco de desenvolver cancro.

**HIPERTROFIA OU HIPERPLASIA BENIGNA** - mais frequente a partir dos 60 anos, consiste num aumento do tamanho da próstata, que comprime a uretra e dificulta a passagem de urina.

**CANCRO** - de evolução lenta, pode não causar sintomas na sua fase inicial: é maligno, mas existem diversas alternativas terapêuticas, cuja eficácia beneficia da detecção precoce.

### O RASTREIO QUE SALVA VIDAS

O rastreio é fundamental para um diagnóstico precoce e um tratamento atempado caso sejam detectados sinais de doença. São três as técnicas:

**TOQUE RECTAL** - é o principal responsável pelo embaraço masculino: o médico insere um dedo - protegido por uma luva e lubrificado - no recto, de modo a tocar a próstata, que lhe está adjacente. O objectivo é avaliar o tamanho, a existência de nódulos e a textura da próstata.

**MEDIÇÃO DE PSA** - através de uma análise ao sangue, mede-se o nível de antígeno específico da próstata (PSA): normalmente apenas circula uma quantidade mínima, pelo que valores mais elevados podem ser indicadores de doença da próstata.

**BIÓPSIA** - consiste na colheita de tecido da próstata para detecção de eventuais lesões.

Quando detectada numa fase inicial, qualquer uma das doenças da próstata pode ser tratada com eficácia, mediante o recurso a medicamentos e, nalguns casos, a outro tipo de tratamentos. As opções disponíveis permitem resolver a maioria das situações com sucesso, permitindo ao doente retomar a sua vida normal num curto espaço de tempo.

Assim, se é homem e tem 50 anos, não hesite: faça um exame anualmente para diagnóstico precoce do cancro da próstata.

### COM A AJUDA DESTA FARMACIA

Falar da próstata não é fácil. Mas é importante que conheça os factores de risco e os discuta com um profissional de saúde. Comece pela sua farmácia: nela encontra informação e aconselhamento adequados, bem como disponibilidade e privacidade para abordar este tema delicado.

Não se deixe vencer pelos tabus: vença-os em nome da sua saúde!

[www.anf.pt](http://www.anf.pt)

UTENTE:

FARMÁCIA:

TEL.: