



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista com Gean Souza Soares – Novembro Azul 2024 - prevenção ao câncer de próstata

A campanha Novembro Azul começou na Austrália e logo se espalhou pelo mundo, com o objetivo de alertar os homens para a importância de cuidar da saúde, especialmente da prevenção do câncer de próstata.

O câncer de próstata é o segundo mais comum e também é a segunda maior causa de morte por câncer entre os homens. O Instituto Nacional de Câncer (Inca) estima mais de 70 mil novos casos da doença por ano até 2025.

Como em todos os tipos de câncer, descobrir a doença no início é fundamental para aumentar a chance de sucesso no tratamento. E a maior dificuldade é fazer com que os homens façam os exames necessários, seja por falta de hábito ou por preconceito.

Neste mês de novembro, a Pastoral da Criança reforça suas orientações nas comunidades para incentivar a prevenção da saúde do homem. É a oportunidade de mostrar aos pais e avôs que eles podem ser exemplos a seus filhos e netos também como homens que se cuidam.

Saiba mais

[Novembro azul: conscientização e prevenção](#)

[Exames para investigação do câncer de próstata](#)

Sobre o tema “Novembro Azul” confira, a seguir, a entrevista da semana, extraída do Programa de rádio Viva a Viva da Pastoral da Criança.

ENTREVISTA COM: Gean Souza Soares, enfermeiro da Coordenação Nacional da Pastoral da Criança.

Gean, seja bem-vindo!

GEAN:

É um prazer participar do Programa Viva a Vida.

Gean, por que é importante o homem cuidar da saúde?

GEAN:

Cuidar da saúde é crucial para o bem-estar e a qualidade de vida, prevenindo doenças, promovendo equilíbrio tanto físico quanto mental. Hábitos saudáveis aumentam a longevidade, reduzem o risco de doenças graves e diminuem custos com tratamento de médicos.

Gean, o que é a Campanha Novembro Azul?

GEAN:

A Campanha Novembro Azul visa conscientizar sobre o câncer de próstata e promover a saúde do homem. Essa campanha é alinhada com a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem, focando na prevenção, diagnóstico precoce e tratamento, além de promover os cuidados gerais da saúde do homem.

O que é a próstata?

GEAN:

A próstata nada mais é do que uma glândula localizada abaixo da bexiga e à frente do reto. Ela é responsável por produzir o líquido do fluido seminal que nutre e transporta os espermatozoides. Dessa forma, ela é essencial para a reprodução masculina e pode afetar a saúde quando ela apresenta algum problema.



O que é o câncer de próstata e quais são os principais sintomas?

GEAN:

O câncer, como o próprio nome já diz, é um tumor que se desenvolve na próstata e os principais sintomas incluem dificuldade para urinar, dificuldade no jato urinário, pouca urina quando você vai urinar, necessidade frequente de urinar, sangue na urina ou no sêmen, quando o homem vai ejacular, dor na região pélvica, perda inexplicada de peso, perda repentina do peso. E quando está em estados avançados, o homem também pode sentir dor óssea, dor nos ossos.

Gean, por que o homem tem que se preocupar com o câncer de próstata?

GEAN:

O câncer de próstata é o segundo câncer mais comum entre os homens ao redor do mundo, ficando apenas atrás do câncer de pulmão e no Brasil também é o segundo câncer que mais afeta os homens. Os exames são essenciais para o diagnóstico do câncer precocemente.

Quais são os sinais de risco para o câncer de próstata?

GEAN:

Principalmente, são aquelas pessoas com 50 anos ou mais e aquelas que já têm histórico familiar de câncer na família. Essas são as pessoas que devem se preocupar em procurar atendimento médico para diagnóstico precoce do câncer de próstata.

Gean, quais são as medidas de prevenção do câncer de próstata?

GEAN:

O Ministério da Saúde recomenda prevenir o câncer de próstata com uma alimentação equilibrada, exercícios regulares, manutenção do peso saudável, evitar álcool, tabaco, além de realizar exames de rotina e consultas médicas, a partir dos 50 anos de idade. Esses exames são essenciais para a detecção precoce do câncer de próstata.

Por que fazer os testes de câncer de próstata e quais são esses testes?

GEAN:

De acordo com o Ministério da Saúde, realizar os testes de câncer de próstata, como o toque retal e o PSA, é essencial para detectar precocemente esse tipo de câncer, aumentando as chances de tratamento eficaz e aumentando também a qualidade de vida dessas pessoas. Hoje em dia, é muito mais fácil identificar o câncer de próstata, porque primeiro que o homem tem esse preconceito por conta da questão do toque retal. Esse é o maior preconceito. Mas hoje em dia a gente tem o exame de PSA, que é um exame feito através do sangue, da coleta de sangue. Somente se der alguma alteração no PSA será necessário o médico fazer um toque retal. Aí sim, se ele identificar alguma alteração no toque retal, é feita a coleta para fazer uma biópsia. A biópsia é o último exame a ser realizado para essa detecção.

Gean, qual é a importância do homem adotar um estilo de vida saudável e o que isso supõe?

GEAN:

Adotar um estilo de vida saudável é essencial, é claro, para os homens, prevenir as doenças e melhorar a qualidade de vida. Isso inclui dieta equilibrada, exercícios físicos, evitar o uso de tabaco, de cigarro, de álcool, gerenciar o estresse e realizar exames periodicamente, além de cuidar da saúde física e mental.

Gean, qual é a sua mensagem para a Campanha Novembro Azul?

GEAN:

Então, a minha mensagem para essa campanha neste mês é destacar a importância da prevenção e o cuidado da saúde masculina, especialmente do câncer de próstata. É um momento para conscientizar sobre a realização desses exames de modo regular e sobre os hábitos saudáveis de vida. Incentivamos também a buscar orientação médica e adotar um estilo de vida equilibrado para um futuro saudável. O câncer de próstata, quando identificado precocemente, tem chance de cura é alta.

**(MENSAGEM) Maria Inês Monteiro de Freitas,
Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança.**

Maria Inês, qual é a sua mensagem para a Campanha Novembro Azul?

MARIA INÊS:

O mês de novembro é o mês de conscientização sobre a saúde do homem. A Campanha Novembro Azul começou com a iniciativa de se falar sobre a importância do diagnóstico precoce do câncer de próstata, o mais frequente entre os homens brasileiros depois do câncer de pele. Com o tempo, a realidade mostrou que os homens precisavam de cuidados em outras áreas também e a data transformou-se no maior movimento em prol da saúde masculina em todo Brasil. Então, o Novembro Azul agora busca verificar muitas outras doenças, além do preventivo de câncer. Entre os cuidados básicos, que todo homem precisa ter com a saúde, há testes e exames que precisam ser realizados com frequência, como: a verificação da pressão arterial; hemograma completo; dosagem da glicemia; dosagem do colesterol; atualização da carteira vacinal; verificação do peso. Além disso, há um grande incentivo nas comunidades para que os homens adotem hábitos saudáveis.

(TESTEMUNHO) Paulo Eduardo Mariano Lima, Coordenador Arquidiocesano da Pastoral da Criança de Fortaleza, Ceará.

Paulo Eduardo, que orientações vocês, líderes da Pastoral da Criança, dão sobre a saúde do homem, durante as visitas domiciliares?

PAULO EDUARDO:

Os homens, geralmente, não gostam de cuidar da saúde. Por isso, nas visitas domiciliares nós incentivamos e falamos da importância dos exames e das consultas no posto de saúde. Nós orientamos que a descoberta precoce de doenças aumenta as chances de um tratamento eficaz e até da cura. Por isso, alguns exames devem fazer parte da rotina dos homens. Falamos também que é preciso manter bons hábitos, como consumir alimentos saudáveis e praticar exercícios físicos, não beber e não fumar. Os homens precisam medir a pressão com frequência e acompanhar as taxas de colesterol que são importantes para evitar doenças crônicas, como o diabetes e a hipertensão. Por tudo isso, nós falamos sempre para os homens que cuidar da saúde é proteger a vida.

(MENSAGEM) Dom Frei Severino Clasen, Arcebispo de Maringá, Paraná e Presidente do Conselho Diretor da Pastoral da Criança.

DOM FREI SEVERINO:

Este mês de novembro é dedicado à conscientização sobre a saúde do homem, com atenção especial na prevenção do câncer da próstata. Infelizmente, muitos homens têm dificuldade de ir ao médico. E, às vezes, quando procuram o médico, já é muito tarde e a doença já avançou muito. Por isso, os líderes da Pastoral da Criança procuram orientar as famílias sobre a importância do homem cuidar da sua saúde. Como o papai pode cuidar bem da saúde dos filhos se ele mesmo não cuida da sua saúde? Devemos sempre lembrar que a prevenção salva vidas! Faça os exames regulares, adote hábitos saudáveis e incentive os homens ao seu redor a cuidarem da sua saúde. Cuidar da saúde é um ato de amor para consigo mesmo e também pelos que convivem com você. Juntos, podemos fazer a diferença!