



# 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!