

A decorative grid on the left side of the page consists of a 7x2 grid of squares. The squares contain various icons and patterns: a blue ribbon, a dark blue heart, a green heart, a blue dotted pattern, a green dotted pattern, a light blue heart, a green dotted pattern, a blue dotted pattern, a light blue ribbon, a white heart, a green dotted pattern, a white dotted pattern, a light blue heart, and a light blue heart. The main title is centered on a dark blue background.

CÂNCER DE PRÓSTATA:

mitos e fatos

CHAMEX



CÂNCER DE PRÓSTATA:

mitos e fatos

O câncer de próstata é o segundo tipo mais comum entre os homens, e as chances de cura aumentam significativamente com o diagnóstico e o tratamento nos estágios iniciais. Por isso, nesta campanha de Novembro Azul, trazemos informações de conscientização e dicas de autocuidado.

Confira!

*Informações do Ministério da Saúde do Brasil e Hospital Israelita Albert Einstein,

PASSO A PASSO

1

Imprima os cartazes da próxima página em papel Chamex A4 75g ou 90g.



2

Coloque-os em locais de grande circulação para alcançar o maior número possível de pessoas.

(condomínios, ambiente de trabalho, lojas, escolas, farmácias, reuniões familiares ou qualquer lugar que frequente)

3

Fale sobre o tema, compartilhe o Novembro Azul e ajude a espalhar essas informações importantes!

CHAMEX

Novembro Azul: a importância da prevenção ao câncer de próstata

O QUE PRECISAMOS SABER SOBRE O CÂNCER DE PRÓSTATA?

O câncer de próstata é o segundo tipo mais comum de câncer entre homens no Brasil. A detecção precoce é essencial para aumentar as chances de cura. Exames preventivos, como o PSA e o toque retal, são fundamentais para identificar a doença em seus estágios iniciais. Na fase inicial, o câncer de próstata pode não apresentar sintomas.

Quando apresenta, os mais comuns são:

- Dificuldade de urinar;
- Demora em começar e terminar de urinar;
- Sangue na urina;
- Diminuição do jato de urina;
- Necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou à noite.

MITOS E VERDADES SOBRE O CÂNCER DE PRÓSTATA

MITO O exame de toque retal é demorado e perigoso.	MITO Se não sinto nenhum sintoma, não preciso me preocupar.	MITO Ter câncer de próstata significa que vou perder minha vida sexual.	MITO O exame de PSA é suficiente para detectar o câncer de próstata.	MITO Apenas homens idosos têm câncer de próstata.
VERDADE O exame é rápido, seguro e pode salvar vidas ao detectar a doença precocemente.	VERDADE O câncer de próstata pode ser assintomático nas fases iniciais.	VERDADE Com o tratamento adequado, muitos homens conseguem manter uma vida sexual ativa após o tratamento.	VERDADE O PSA é importante, mas deve ser combinado com o toque retal para garantir uma avaliação completa.	VERDADE Embora o risco aumente com a idade, homens mais jovens também podem ser afetados, especialmente aqueles com fatores de risco, como histórico familiar.

ALGUMAS MEDIDAS PREVENTIVAS PARA MANTER UMA BOA SAÚDE:

Ter uma alimentação saudável com uma dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais;

Praticar atividades físicas regularmente;

Não fumar;

Evitar o consumo de bebidas alcoólicas;

Dormir bem.

ATENÇÃO: Não há consenso entre especialistas sobre a realização de exames preventivos em pessoas sem sintomas. Há quem defenda que sejam feitos, e há quem seja contra. Essa decisão deve ser tomada entre cada pessoa e um/a profissional da saúde de sua confiança. Todas as informações contidas neste material são apenas de caráter informativo; para cuidar de sua saúde, procure sempre um/a especialista de sua confiança.