

Novembro Azul - Quebre o preconceito, pois a prevenção salva vidas

by Larissa - terça-feira, novembro 04, 2025

<https://utramig.mg.gov.br/novembro-azul-quebre-o-preconceito-pois-a-prevencao-salva-vidas/>

Neste Novembro Azul, a Utramig se une à campanha de conscientização, prevenção e diagnóstico do câncer de próstata, o segundo que mais mata homens no Brasil (conforme dados do Instituto Nacional do Câncer, o INCA).

O câncer de próstata é um dos que mais atinge os homens no país: está atrás, apenas, do câncer de pele não melanoma, ainda segundo o INCA.

Existem alguns fatores de risco para o câncer de próstata:

Ter mais de 65 anos (mais de 70% dos casos acontecem nessa faixa etária)

Casos da doença em familiares

Etnia (o risco de câncer de próstata é maior nos homens negros e afrodescendentes)

Obesidade

Sedentarismo

Falta de alimentação saudável

Mais da metade dos casos da doença acomete homens negros. Neles, a doença costuma ser mais agressiva. A situação está relacionada a fatores genéticos e biológicos. Além disso, o racismo estrutural faz com que homens negros tenham menos acesso a serviços de saúde de qualidade, dificultando o diagnóstico e tratamento adequados, de acordo com o Portal Drauzio Varella.

Apesar da grande incidência, dos fatores de risco e dos perigos do câncer de próstata, ainda existem tabus e preconceitos em relação ao tema. Essas ideias podem impedir que os homens procurem ajuda médica e realizem os exames necessários. E, sem realizar esses exames, não há diagnóstico precoce, o que aumenta o risco de agravamento da doença.

Um dos tabus está relacionado ao exame de toque retal, essencial para identificar o câncer de próstata. Muitos homens acreditam que esse exame “fere a masculinidade”, pensamento equivocado e que pode colocar a vida do homem em risco. O exame é rápido e rastreia mudanças na próstata antes que os sintomas se desenvolvam. Na fase inicial, o câncer de próstata não costuma apresentar sintomas.

Por isso, é extremamente importante que os homens procurem atendimento médico e realizem o exame. Não há fundamento nos tabus e preconceitos que cercam esse tema. O exame de toque pode salvar vidas. Fazê-lo não é motivo de constrangimento e, sim, uma prova do cuidado com o próprio bem-estar. Homens a partir de 50 anos devem fazer o exame. Homens pretos e pardos com histórico familiar da doença devem realizar o exame a partir de 45 anos.

Neste Novembro Azul, a Utramig chama a atenção para o cuidado dos homens com a própria saúde. Além das consultas e exames, comer bem, se exercitar, manter um peso apropriado, não fumar e não

beber são ações importantes para evitar a doença.

Como instituição educadora, a Utramig acredita que a conscientização sobre o câncer de próstata é fundamental para o cuidado com a saúde. Essa conscientização sobre as doenças está presente nos nossos cursos da área da saúde, auxiliando a formação humana e integrada dos futuros profissionais.

Homem, fique atento à sua saúde. Esse é um gesto de cuidado com você!

Fontes: Departamento Nacional de Obras contra as secas - Gov.br

INCA (Instituto Nacional do Câncer)

Oncologia D'oR - 5 tabus do câncer de próstata

Instituto Nacional do Câncer - Câncer de próstata - Visão para a população - Gov.br

Portal Drauzio Varella - Por que o câncer de próstata é mais comum em negros?