



**O SEU CAMINHÃO  
PRECISA DE CUIDADOS,  
E VOCÊ TAMBÉM!**

**NOVEMBRO  
AZUL**

**PARADA  
OBRIGATÓRIA**

**ANTES DE TUDO,  
UM RECADO MUITO  
IMPORTANTE:**

**ATENÇÃO:** As informações e conteúdo contidos nesta cartilha apoiam e trazem informações úteis de fontes seguras e confiáveis sobre o câncer de próstata, mas **NÃO** substituem a consulta médica. Em casos de suspeita, procure sempre uma avaliação com um especialista.

### **O QUE É O CÂNCER DE PRÓSTATA?**

Câncer de próstata é um tumor que afeta a próstata, glândula localizada abaixo da bexiga e que envolve a uretra, canal que liga a bexiga ao orifício externo do pênis. O câncer de próstata é o mais frequente entre os homens, depois do câncer de pele.

### **QUAIS OS SINTOMAS?**

No início, o câncer não apresenta muitos 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.

No entanto, mesmo sem apresentar os sintomas acima, é imprescindível fazer os exames preventivos, uma vez que a doença é silenciosa nos primeiros estágios.

## QUAL EXAME FAZER?

O primeiro exame indicado é o de sangue ou toque retal. Caso apareça algo diferente, o especialista pede uma biópsia para confirmar a doença.

Outro ponto que merece atenção é a realização dos exames de rotina. Eles indicam se a sua saúde está em dia. Veja abaixo alguns dos exames que você deve realizar de tempos em tempos:

- Verificação da pressão arterial
- Hemograma completo e testes de urina
- Teste de glicemia, para prevenção de diabetes
- Atualização da carteira vacinal
- Verificação do perímetro abdominal e teste de IMC



### QUAIS EXAMES FAZEM O DIAGNÓSTICO DO CÂNCER DE PRÓSTATA?

**EXAME DE TOQUE RETAL:** o médico avalia tamanho, forma e textura da próstata, introduzindo o dedo protegido por uma luva lubrificada no reto. Este exame permite avaliar as partes posterior e lateral da próstata.

**EXAME DE PSA:** é um exame de sangue que mede a quantidade de uma proteína produzida pela próstata - Antígeno Prostático Específico (PSA). Níveis altos dessa proteína podem significar câncer, mas também doenças benignas da próstata.



### QUEM DEVE FAZER O EXAME?

O risco aumenta com o avançar da idade. No Brasil, a cada dez homens diagnosticados com câncer de próstata, nove têm mais de 55 anos. Então, faça exames de rastreamento do câncer de próstata a partir dos 50 anos ou a partir dos 45 anos, se você tiver histórico familiar da doença.



### PERIODICIDADE

A periodicidade do exame vai depender do que está sendo avaliado. No exame urológico, para o homem que não tem sintomas e não está tratando nenhuma doença, a frequência pode ser anual.

## O QUE É A PRÓSTATA?

A próstata é uma glândula presente apenas nos homens, localizada na frente do reto, abaixo da bexiga, envolvendo a parte superior da uretra (canal por onde passa a urina). A próstata não é responsável pela ereção e nem pelo orgasmo. Sua função é produzir um líquido que compõe parte do sêmen, que nutre e protege os espermatozoides. Em homens jovens, a próstata possui o tamanho de uma ameixa, mas seu tamanho aumenta com o avançar da idade.



## QUAL É O CUSTO DO EXAME?

Nenhum! Todas as modalidades de prevenção são oferecidas, de forma integral e gratuita, por meio do Sistema Único de Saúde (SUS).

## PREVENÇÃO

Confira abaixo alguns hábitos que ajudam a prevenir o câncer de próstata:

- Ter uma alimentação saudável
- Manter o peso corporal adequado
- Praticar atividade física
- Não fumar
- Evitar o consumo de bebidas alcoólicas

## QUAL O TRATAMENTO?

Quando localizado apenas na próstata, o câncer pode ser tratado com cirurgia oncológica, radioterapia e, até mesmo, com a observação constante do especialista, em alguns casos especiais. No caso de metástase, ou seja, se o câncer da próstata tiver se espalhado para outros órgãos, a radioterapia é utilizada junto com tratamento hormonal, além de tratamentos paliativos.



## DÓI?

O exame causa incômodo, mas é rápido e é uma das formas mais eficientes de se diagnosticar o câncer de próstata.

## A E, SE ESTOU NA ESTRADA, ONDE FAÇO O EXAME?

Se você está na estrada, procure o Sistema Único de Saúde (SUS) mais próximo e faça os exames preventivos. No próprio site do SUS, você também pode conferir os endereços.

[Clique aqui.](#)

## POR QUE É IMPORTANTE SE PREVENIR?

Muitas vezes, no corre-corre do batidão ou das estradas, a saúde é deixada em segundo plano. Assim como você cuida do seu caminhão, cuide de você também. Faça sempre exames de check-up e, se estiver entre a faixa etária de foco da doença, consulte o médico.



**PÉ NA ESTRADA, MAS FOCO  
NA SAÚDE, SEMPRE!**

**IVECO**

CARREGADA DE POTÊNCIA.