Ebook Câncer de Próstata

câncer de PRÓSTATA

O Silêncio também fala

ENTENDER, PREVENIR E ENFRENTAR
O CÂNCER DE PRÓSTATA

Dr. João Ricardo
UROLOGIA

ÍNDICE

1. Mensagem do Dr. João Ricardo
2. O que é a Próstata?
3. HPB vs. Câncer de Próstata
4. Sintomas da HPB
5. Estágios do Câncer de Próstata
6. Graus do Câncer de Próstata
7. Fatores de Risco
8. Sintomas do Câncer de Próstata
9. Importância dos Exames e Diagnóstico Precoce
10. Diagnóstico: Como Descobrir?
11. Biópsia e Exames Complementares
12. Tratamentos: Visão Geral
13. Tratamento Cirúrgico
14. Outras Terapias
15. Efeitos Colaterais
16. Acompanhamento Pós-Tratamento e Recorrência

UMA MENSAGEM DO DR. JOÃO RICARDO

Dedico minha vida à urologia oncológica porque acredito que, por trás de cada diagnóstico, existe uma história única, feita de medos, dúvidas, família, planos e esperança.

Ao longo da minha trajetória, atendi muitos homens que chegaram ao consultório com o coração apertado, aflitos diante de um possível diagnóstico de câncer de próstata. Entendo esse momento. Ele é, sim, assustador. Mas o que percebo todos os dias é que, com orientação clara, escuta atenta e um plano de tratamento bem definido, é possível **acalmar a angústia e transformar a insegurança em confiança.**

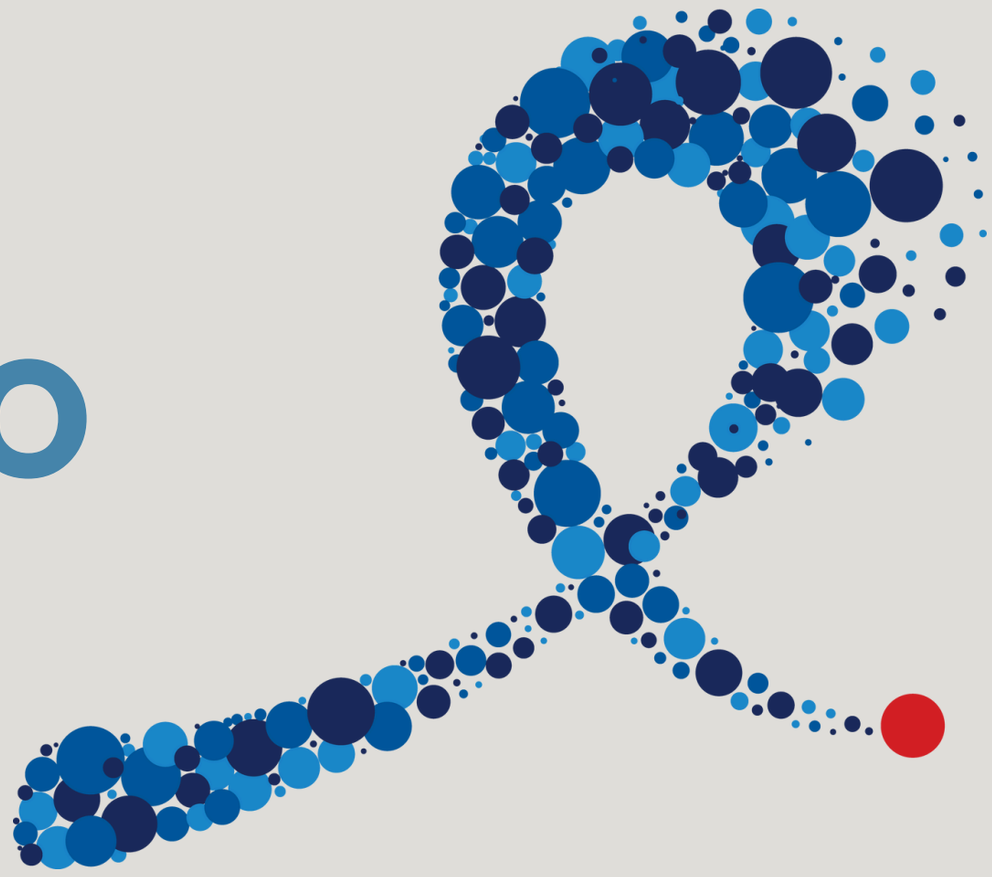
Formei-me na Universidade Federal do Triângulo Mineiro e segui minha formação com residência médica em Cirurgia Geral e Urologia, além de um Mestrado em Oncologia no Hospital de Câncer de Barretos — uma instituição que me ensinou, além da técnica, a importância do cuidado humano. Tenho também certificação internacional em cirurgia robótica pela Intuitive (EUA), e atuo hoje como urologista no UROCENTRO – Centro Urológico de Brasília e no Hospital de Base do Distrito Federal, onde sou preceptor da residência médica desde 2006.

Com este e-book, meu objetivo é contribuir com o que acredito ser o caminho mais poderoso contra o câncer de próstata: **informação e prevenção.**

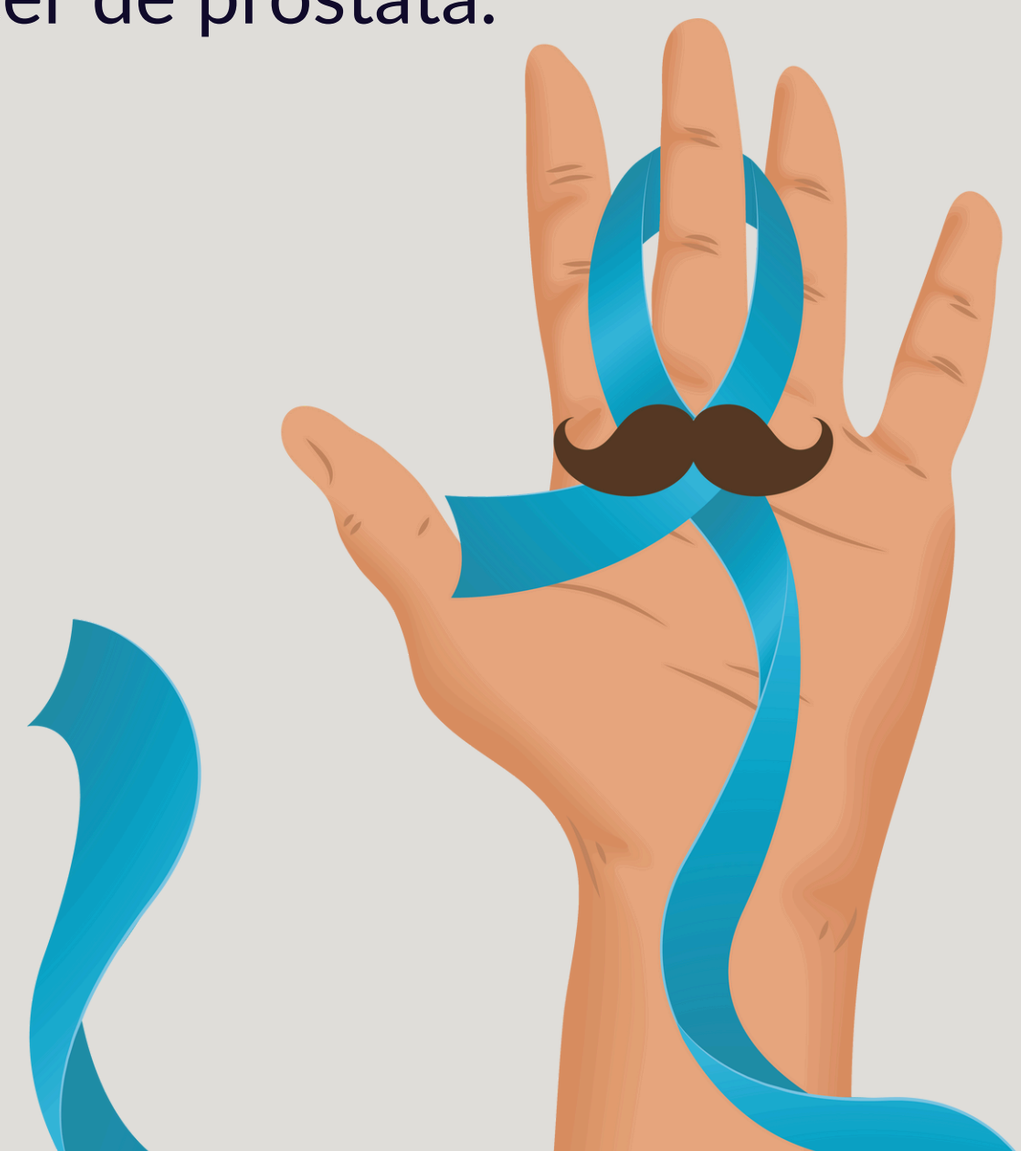
Quero que você, leitor, entenda que o **diagnóstico precoce salva vidas,** e que cuidar da saúde não precisa ser um tabu, nem motivo de medo. Pelo contrário: pode ser o primeiro passo para viver com mais tranquilidade e autonomia.

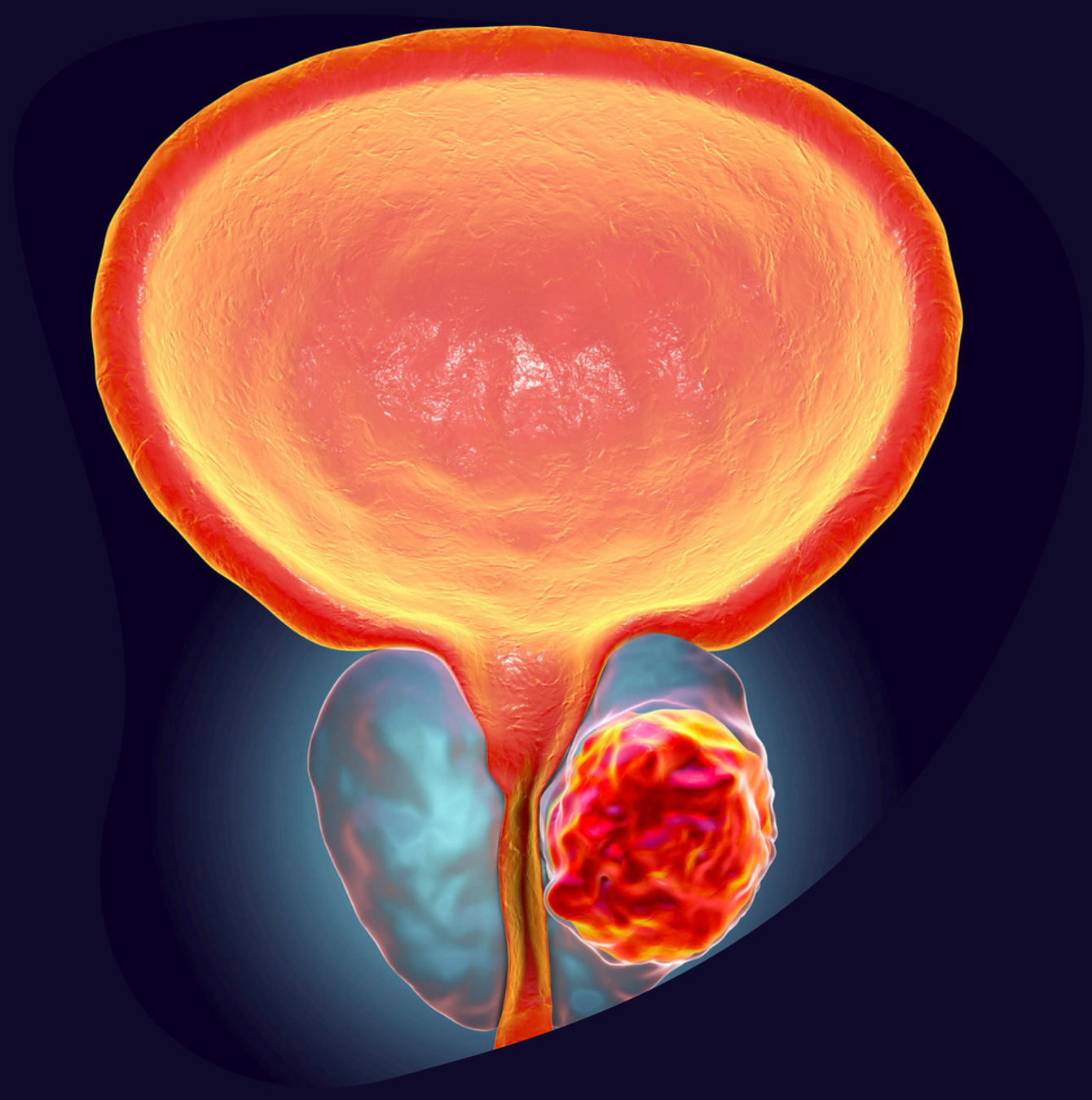
Dr. João Ricardo
CRM DF 12.109 | RQE 6884

INTRODUÇÃO



Este guia prático é sobre câncer de próstata. Se você ou alguém que você estima foi diagnosticado com câncer de próstata, ou se você simplesmente quer aprender mais sobre esta doença, aqui você encontra informações importantes.
O **câncer de próstata** é uma condição comum que afeta muitos homens, mas com a informação correta e o apoio adequado, **é possível enfrentar este desafio com confiança.**
Neste guia, vamos desmistificar muitos dos mitos e medos associados ao câncer de próstata. Vamos explicar o que é a próstata, como o câncer se desenvolve, quais são os fatores de risco, os sintomas, as opções de diagnóstico e tratamento, e como lidar com possíveis efeitos colaterais.
Nosso objetivo é fornecer a você as ferramentas e o conhecimento necessários para tomar decisões informadas sobre sua saúde e bem-estar. Lembre-se, você não está sozinho. Este guia é um passo importante na sua jornada para entender e enfrentar o câncer de próstata.





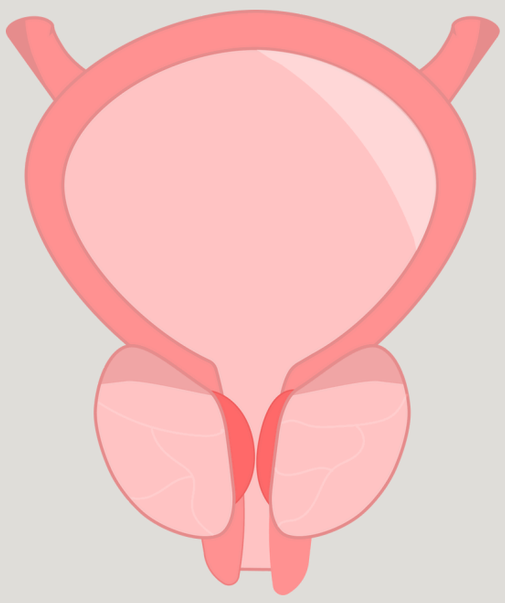
O QUE É A PRÓSTATA?

A próstata é uma glândula pequena, do tamanho de uma noz, que faz parte do sistema reprodutor masculino. Ela está localizada logo abaixo da bexiga e na frente do reto. A próstata envolve a uretra, o canal que transporta a urina da bexiga para fora do corpo.

FUNÇÃO DA PRÓSTATA

A principal função da próstata é produzir um fluido que faz parte do sêmen. Este fluido ajuda a nutrir e proteger os espermatozoides. Durante a ejaculação, a próstata contrai e libera este fluido na uretra, onde ele se mistura com os espermatozoides e outros fluidos para formar o sêmen.

HIPERPLASIA PROSTÁTICA BENIGNA (HPB) VS. CÂNCER DE PRÓSTATA

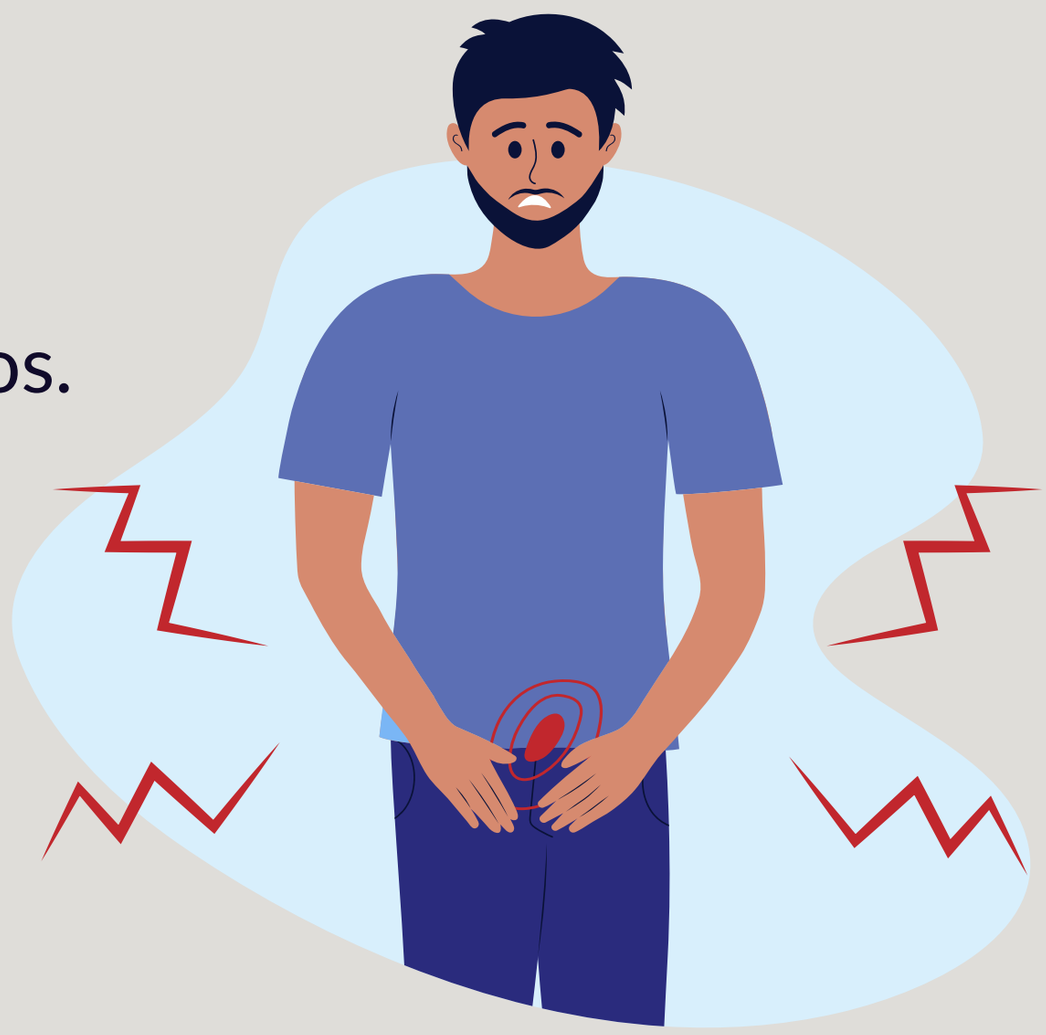


É fundamental entender a diferença entre a **Hiperplasia Prostática Benigna (HPB)** e o câncer de próstata, pois **ambos afetam a próstata, mas de maneiras muito distintas.** A **HPB é um aumento benigno da próstata**, uma condição extremamente comum à medida que os homens envelhecem. Esse crescimento, no entanto, é benigno, ou seja, não é câncer.

É importante ressaltar que a HPB não causa câncer de próstata e não aumenta o risco de desenvolvê-lo. Embora ambos possam ocorrer na próstata, são condições independentes e relacionadas ao processo natural de envelhecimento masculino. A HPB pode causar sintomas urinários desconfortáveis, como:

- Dificuldade para iniciar o fluxo de urina
- Fluxo de urina fraco ou intermitente
- Necessidade frequente de urinar, especialmente à noite
- Urgência para urinar
- Sensação de que a bexiga não se esvazia completamente

Esses sintomas podem afetar a qualidade de vida, mas existem tratamentos eficazes para aliviá-los.
Tranquilidade e Informação



ENTENDENDO O CÂNCER DE PRÓSTATA

O **câncer de próstata ocorre quando as células começam a crescer e se multiplicar de forma descontrolada e anormal na próstata.** Estes tumores malignos têm a capacidade de invadir os órgãos próximos e de se espalhar para outras partes do corpo (metástase). As células cancerosas podem se desprender do tumor original e viajar através do sistema linfático ou da corrente sanguínea para formar novos tumores em outros órgãos, especialmente ossos, linfonodos, pulmões, fígado e outros órgãos.

A metástase torna o tratamento mais difícil e pode afetar o prognóstico. Por isso, **o diagnóstico precoce** e o **tratamento adequado** são fundamentais para evitar a metástase e **aumentar as chances de cura**.

ESTÁGIOS E GRAUS: O QUE SIGNIFICAM?

Quando um homem é diagnosticado com câncer de próstata, os médicos determinam o estágio e o grau do câncer. Estas informações ajudam a determinar a extensão da doença e a escolher o tratamento mais adequado.

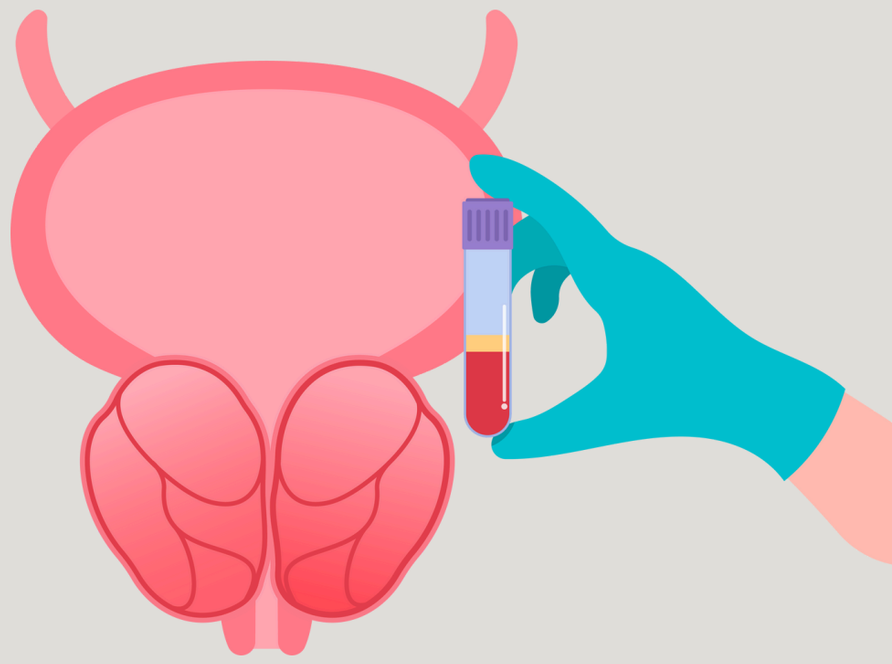
O QUE SIGNIFICAM OS ESTÁGIOS DE 1 A 4?

Estágio 1

- O tumor é pequeno e está totalmente confinado à próstata. Na maioria dos casos, não causa sintomas e pode ser detectado apenas por exames de rotina.

Estágio 2

- O câncer ainda está restrito à próstata, mas já apresenta crescimento. Pode ser detectado no toque retal ou em exames de imagem, mesmo sem sintomas evidentes.

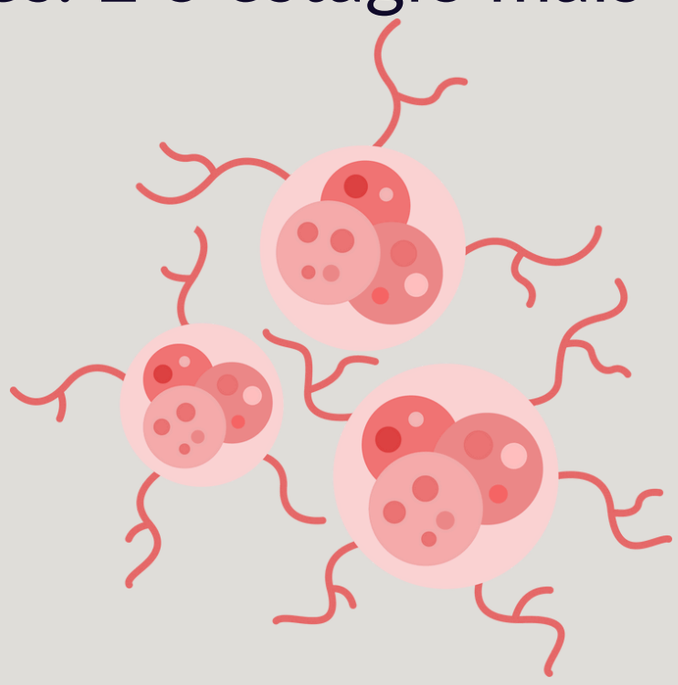


Estágio 3

- O câncer começa a ultrapassar os limites da próstata, atingindo tecidos ao redor, como as vesículas seminais. Os sintomas podem começar a aparecer.

Estágio 4

- O tumor já se espalhou para outras partes do corpo, como linfonodos, ossos ou órgãos distantes. É o estágio mais avançado da doença.



GRAUS DO CÂNCER DE PRÓSTATA

O grau do câncer de próstata é determinado através da análise das células cancerosas ao microscópio. Os médicos usam o sistema de Gleason e o sistema ISUP para classificar o grau do câncer:

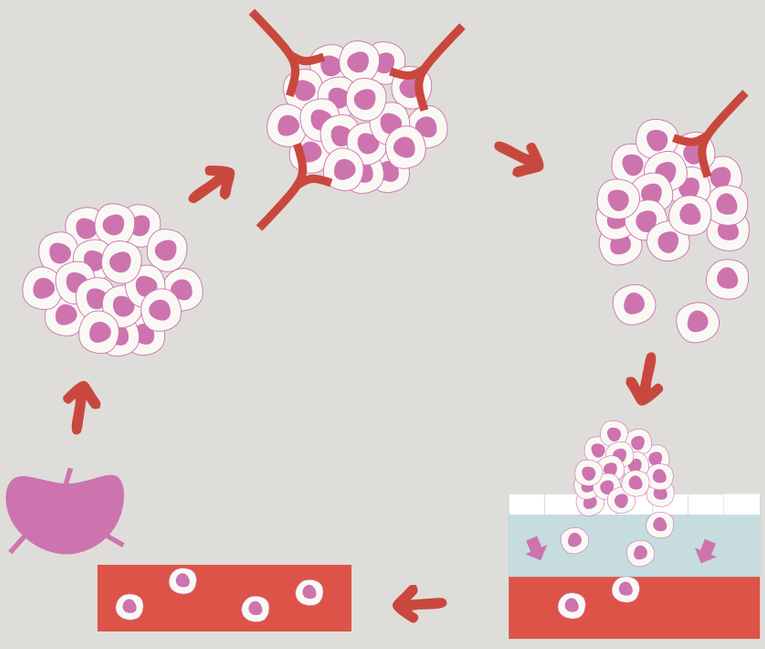
- **Classificação de Gleason:** Este é um sistema utilizado para avaliar o **grau de agressividade tumoral.** Ele atribui uma pontuação de 1 a 5, com pontuações mais altas indicando um câncer mais agressivo. Depois da avaliação de alteração celular, o patologista faz uma soma dos padrões mais frequentes, exemplo Gleason 3+4=7.

- **Classificação ISUP:** Este sistema classifica o câncer em cinco grupos (1 a 5), com grupos mais altos indicando um câncer mais agressivo. Esta classificação leva em consideração a classificação de Gleason, de acordo com a tabela abaixo:

Relação entre Classificação de Gleason e Escore ISUP

Classificação Gleason	ISUP
6 (3+3)	1
7 (3+4)	2
7 (4+3)	3
8 (4+4 ou 3+5 ou 5+3)	4
9-10 (4+4 ou 3+5 ou 5+3)	5

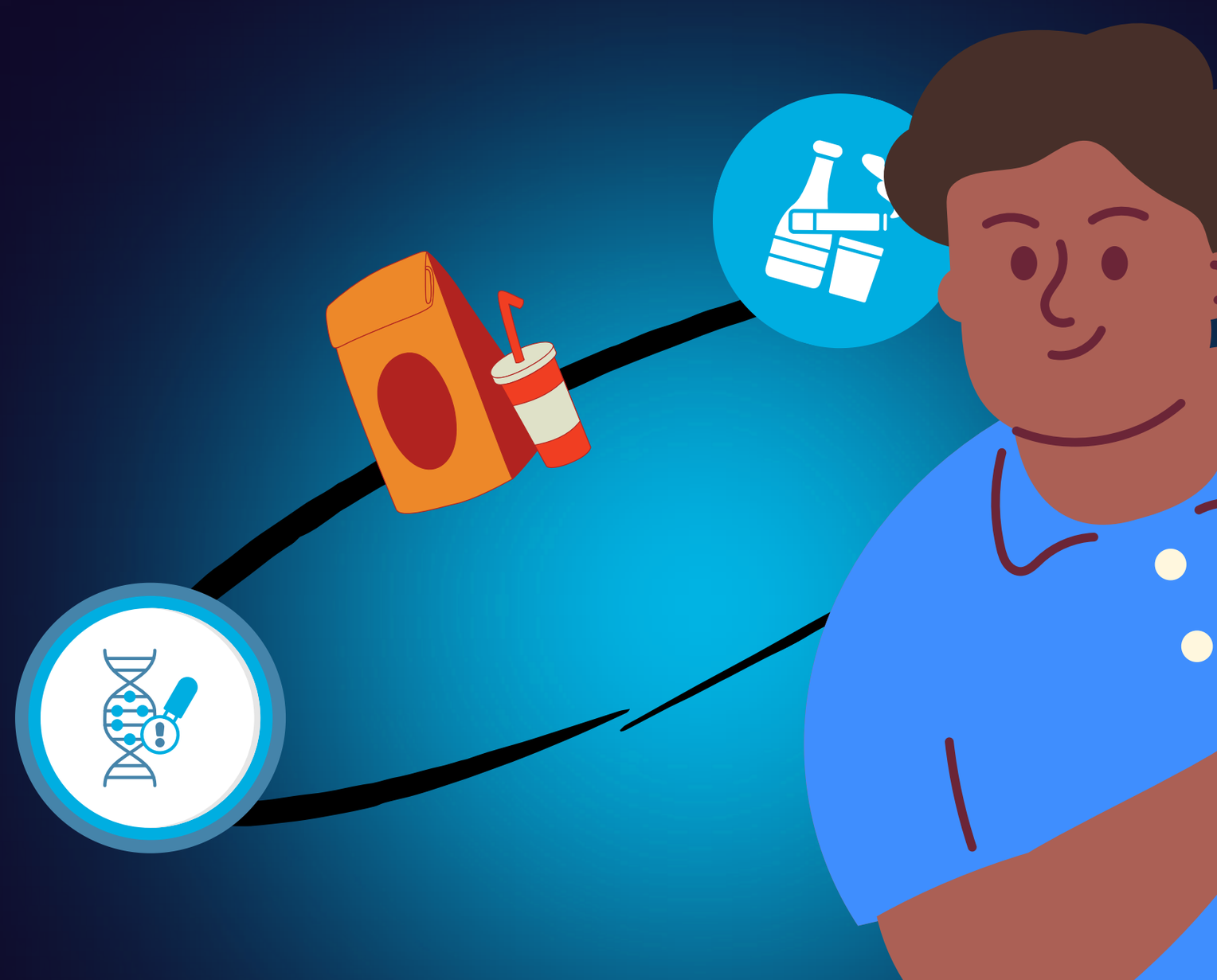
O estágio e o grau do câncer afetam o tratamento e o prognóstico. Cânceres em estágios iniciais e de baixo grau têm maior probabilidade de serem curados.



FATORES DE RISCO: QUEM ESTÁ MAIS EXPOSTO?

Embora a causa exata do câncer de próstata seja desconhecida, existem vários fatores de risco que podem aumentar as chances de um homem desenvolver a doença:

- **Idade:** O risco de câncer de próstata aumenta com a idade. A maioria dos casos é diagnosticada em homens com mais de 50 anos.
- **Etnia:** Homens negros ou afro-descendentes têm maior risco de desenvolver câncer de próstata.
- **Histórico Familiar:** Homens com histórico familiar de câncer de próstata têm maior risco de desenvolver a doença. Se um pai ou irmão foi diagnosticado com câncer de próstata, o risco aumenta significativamente.
- **Dieta:** Uma dieta rica em gordura animal e pobre em frutas e vegetais pode aumentar o risco de câncer de próstata.
- **Estilo de Vida:** O tabagismo e a obesidade também podem aumentar o risco de câncer de próstata.



O QUE VOCÊ PODE CONTROLAR

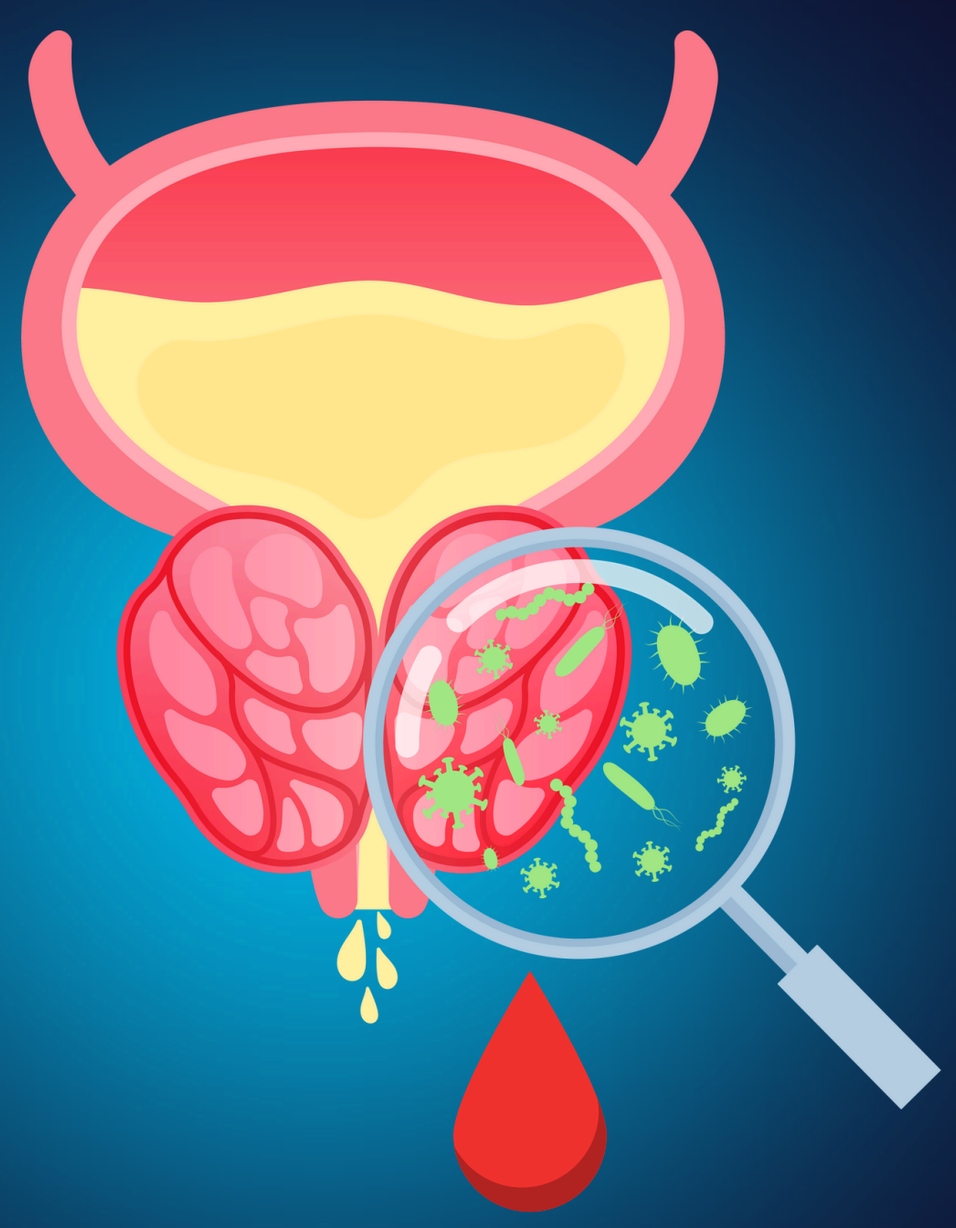
Embora você não possa mudar sua idade, etnia ou histórico familiar, existem algumas coisas que você pode fazer para reduzir seu risco de câncer de próstata:

- Adote uma dieta saudável rica em frutas, vegetais e grãos integrais.
- Mantenha um peso saudável.
- Pare de fumar.
- Faça exercícios regularmente.
  Converse com seu médico sobre o rastreamento do câncer de próstata.

SINTOMAS: O QUE OBSERVAR?

O câncer de próstata em estágios iniciais geralmente não causa sintomas. No entanto, à medida que o tumor cresce, ele pode pressionar a uretra e causar sintomas urinários:

- Necessidade de urinar com mais frequência, especialmente à noite.
- Dificuldade para iniciar ou interromper o fluxo de urina.
- Fluxo de urina fraco ou interrompido.
- Sensação de que a bexiga não está completamente vazia.
- Dor ou queimação ao urinar.
- Sangue na urina ou no sêmen.



OUTROS SINTOMAS QUE PODEM OCORRER COM O CÂNCER DE PRÓSTATA INCLUEM:

- Dor nos ossos

(especialmente nas costas, quadris ou costelas).

- Disfunção erétil.
- Perda de peso inexplicável.
- Fadiga.

A IMPORTÂNCIA DOS EXAMES PERIÓDICOS E DO DIAGNÓSTICO PRECOCE.

Uma mensagem importante é que o diagnóstico precoce do câncer de próstata pode salvar vida.
Mas o que isso significa na prática? Como no início o tumor de próstata não causa sintomas, significa que, mesmo que você se sinta perfeitamente saudável e não apresente nenhum sintoma, é fundamental realizar exames periódicos para verificar a saúde da sua próstata. **A recomendação é que estes exames sejam realizados a partir de 50 anos de idade em todos os homens ou com 45 anos em homens negros** e que tenham histórico de tumor de próstata na família.

Se você apresentar algum desses sintomas, não adie a consulta com um médico.
Embora possam estar relacionados a outras condições, como a hiperplasia prostática benigna (HPB), é essencial investigar a possibilidade de câncer de próstata. Quanto mais cedo o diagnóstico for feito, maiores são as chances de um tratamento eficaz e com bons resultados.

DIAGNÓSTICO: COMO DESCOBRIR?

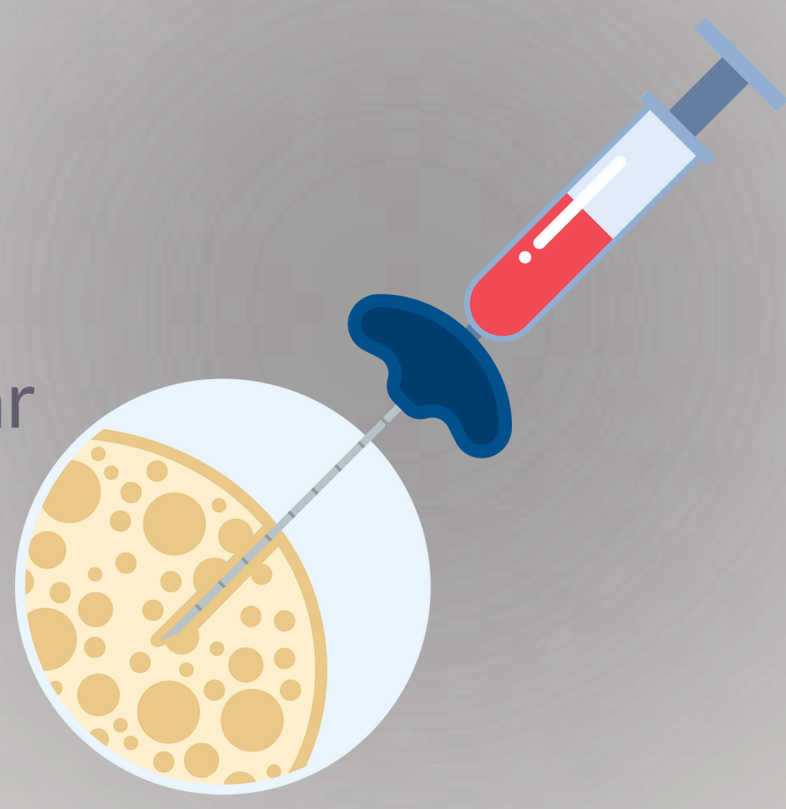
Os exames que devem ser realizados pelo médico, com o intuito de fazer um diagnóstico precoce do câncer de próstata são:

- **Toque Retal (Exame de Próstata):** Este exame permite que o médico palpe a próstata através do reto para verificar se há nódulos ou áreas endurecidas. Este exame pode ser levemente desconfortável, mas é um exame rápido e muito importante.

- **PSA (Antígeno Prostático Específico):** Este exame mede o nível de PSA no sangue. O PSA é uma proteína produzida pela próstata, e níveis elevados podem indicar câncer de próstata. No entanto, é importante lembrar que níveis elevados de PSA também podem ser causados por outras condições, como a HPB ou infecções.

- **Ressonância Magnética da Próstata:** quando há alguma alteração de PSA ou do exame do toque retal, o médico solicita uma Ressonância Magnética da próstata para avaliar a probabilidade desta alteração ser um tumor.

- **Biópsia da Próstata:** Quando há uma suspeita de câncer de próstata, especialmente pela Ressonância Magnética, seu médico deve recomendar uma biópsia da próstata. Neste procedimento, pequenas amostras de tecido da próstata são removidas e analisadas ao microscópio para verificar se há células cancerosas.



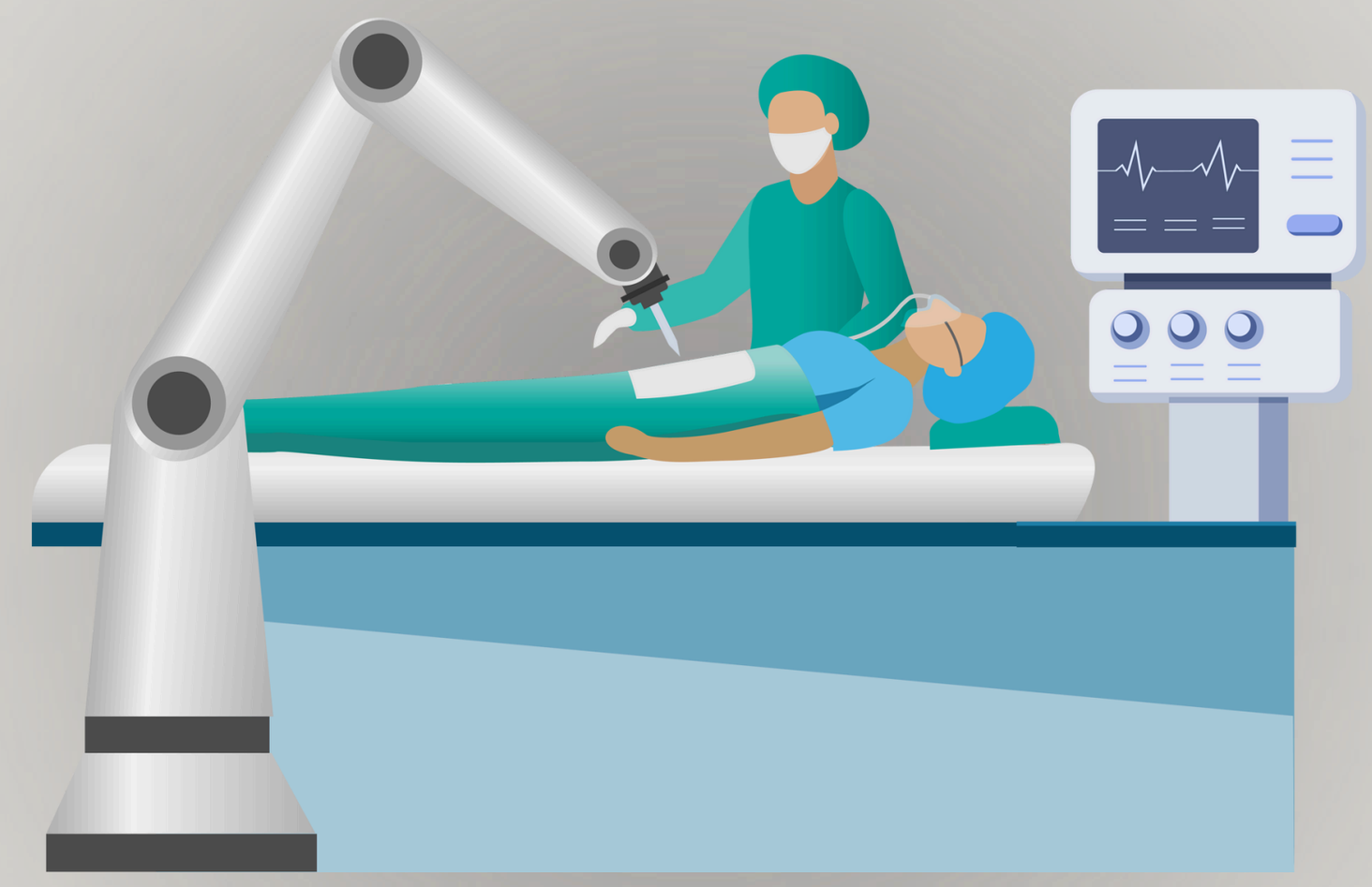
- **Outros Exames:** Em alguns casos, outros exames podem ser necessários, como a cintilografia óssea, tomografia de abdome, tomografia de tórax, PET SCAN para determinar a extensão do câncer.

TRATAMENTOS: QUAIS SÃO AS OPÇÕES?

Existem várias opções de tratamento para o câncer de próstata, e a escolha do **tratamento mais adequado depende** de vários fatores, incluindo o **estágio tumoral** (se está localizado na próstata ou se tem alguma metástase) e o **grau do câncer**; a **idade e saúde geral do paciente**, além de preferências pessoais. As opções de tratamento incluem:

- **Vigilância Ativa:** Esta abordagem envolve monitorar o câncer de perto, sem realizar tratamento imediato. A vigilância ativa é geralmente recomendada para homens com câncer de próstata de baixo risco, e deve obedecer a um critério rigoroso de acompanhamento com exames e repetição da biópsia.

- **Cirurgia (Prostatectomia Radical):** Esta cirurgia tem o objetivo de **remoção completa da próstata** e das vesículas seminais. O objetivo desta cirurgia é remover o tumor e oferecer ao paciente a chance de cura. A prostatectomia radical é especialmente realizada por **cirurgia robótica,** onde o cirurgião opera auxiliado por um equipamento robótico.



Com este equipamento o cirurgião consegue realizar uma cirurgia com visão ampliada e tridimensional. Os braços robóticos permitem movimentos mais precisos e delicados que ajudam não só na retirada do tumor, como também na preservação da função sexual e continência urinária. E como não utiliza grandes incisões, mas pequenos orifícios abdominais, é associada com menos dor, menos sangramento, alta mais precoce e recuperação mais rápida.

- **Radioterapia:** A radioterapia usa radiação de alta energia para destruir as células cancerosas. A radioterapia pode ser administrada externamente (através de uma máquina que direciona a radiação para a próstata) ou internamente (através de sementes radioativas implantadas na próstata - braquiterapia).

- **Terapia Hormonal:** A terapia hormonal reduz os níveis de testosterona no corpo, o que pode retardar o crescimento do câncer de próstata. A terapia hormonal pode ser administrada através de injeções, pílulas ou cirurgia para remover os testículos.

- **Quimioterapia:** A quimioterapia usa medicamentos para destruir as células cancerosas. A quimioterapia é geralmente reservada para casos de câncer de próstata que se espalharam para outros órgãos e não respondem a outros tratamentos.

- **Novas Terapias:** Novas terapias, como HIFU (ultrassom focalizado de alta intensidade) e crioterapia (congelamento das células cancerosas), estão sendo estudadas como alternativas para o tratamento do câncer de próstata.

EFEITOS COLATERAIS: O QUE ESPERAR?

Os tratamentos para o câncer de próstata podem causar efeitos colaterais, e é importante estar ciente deles e saber como lidar com eles. Alguns dos efeitos colaterais mais comuns incluem:

- **Incontinência Urinária:** A cirurgia e a radioterapia podem levar à perda urinária. Na maioria das vezes esta perda é transitória e o paciente recupera em alguns dias ou meses após o procedimento. Existem várias opções de tratamento para a incontinência, dependendo de sua gravidade. Este tratamento pode incluir exercícios do assoalho pélvico, medicamentos e cirurgia.

- **Disfunção Erétil:** A cirurgia, a radioterapia e a terapia hormonal podem alterar a ereção. Esta alteração depende do tratamento utilizado, da idade do paciente, e de como é a ereção antes do tratamento. Existem várias opções de tratamento para a disfunção erétil, incluindo medicamentos, injeções e implantes penianos.

Lembre-se: converse abertamente com seu médico sobre essas questões. Ele poderá te orientar e indicar as melhores opções para minimizar os efeitos colaterais e garantir seu bem-estar durante e após o tratamento.

COMO É FEITO O ACOMPANHAMENTO DEPOIS DO TRATAMENTO?

FIM DO TRATAMENTO NÃO É O FIM DO CUIDADO

Tratou o câncer de próstata? O PSA ainda tem um papel fundamental

- **Após Cirurgia (Prostatectomia Radical):** O PSA deve ser quase zero. Exames regulares detectam se o câncer retornou.
- **Após Radioterapia:** O PSA deve ficar baixo e estável. Aumento pode indicar retorno do câncer.
- **Frequência:** Seu médico dirá a frequência dos exames, que varia de caso a caso.
- **Aumento do PSA:** Seu médico investigará e indicará o melhor tratamento, se necessário.

RECORRÊNCIA:
O QUE ACONTECE SE O CÂNCER VOLTAR?

Em alguns casos, o câncer de próstata pode voltar após o tratamento. Isso é chamado de recorrência. Esta **situação é diagnosticada quando o PSA volta a subir** após atingir um valor bem baixo, após o tratamento.

A recorrência pode ser local (no local da próstata) ou distante (em outros órgãos). As opções de tratamento para a recorrência dependem da localização da recorrência e dos tratamentos que você já recebeu. As opções podem incluir cirurgia, radioterapia, terapia hormonal, quimioterapia ou uma combinação destes tratamentos. É importante conversar com seu médico sobre as opções de tratamento e o que esperar se o câncer voltar.

CONCLUSÃO:

O câncer de próstata é uma doença séria, mas com o diagnóstico precoce e o tratamento adequado, muitos homens podem ser **curados viver uma vida saudável.** É fundamental conversar com seu médico sobre seus riscos, sintomas e opções de tratamento para tomar decisões informadas sobre sua saúde. Lembre-se, você não está sozinho nesta jornada.

DISCLAIMER:

Este ebook fornece informações gerais sobre o câncer de próstata e não deve ser considerado como aconselhamento médico. Sempre consulte seu médico ou outro profissional de saúde qualificado para obter orientação sobre suas condições médicas e opções de tratamento.

Dr. João Ricardo
UROLOGIA

(61) 99655-3020
www.drjoaoricardo.com.br
@dr.joaoricardo.urologista