

Saúde em dia
JOCATEC

**NO
VEM
BRO**

SA NÓS APOIAMOS
ESSA CAUSA

AZUL

Mês da saúde masculina





Novembro é o mês de combate ao câncer de próstata. A campanha mundial, que usa a cor azul como referência ao masculino, busca chamar atenção para o problema, em especial, do seu público-alvo: os homens.

O câncer de próstata é o tipo mais comum da doença no Brasil. Em 2011, o Instituto Lado a Lado pela Vida inspirou-se na campanha Outubro Rosa para criar um movimento semelhante, que conscientizasse sobre a importância e os cuidados com a saúde integral masculina.



Bigodes unidos jamais serão vencidos!

No ano de 2003, na Austrália, Travis Garone e Luke Slattery tiveram a ideia de deixar o bigode crescer para divulgar e chamar atenção da população local para o Dia Mundial do Combate ao Câncer de Próstata (17 de novembro).

A ação, bem-sucedida, fez surgir a Movember Foundation, uma instituição de caridade que buscar cuidar da saúde masculina em escala global.

O nome da entidade é uma brincadeira com a junção das palavras moustache (bigode) e November (novembro).



A onda de bigodes se espalhou pelo mundo levando informação e conscientização sobre o câncer de próstata.

Dá o papo!

A próstata é um órgão pequeno, com formato que se assemelha a uma maçã, fica abaixo da bexiga, à frente do reto. A glândula, que faz parte do sistema reprodutor, é também responsável por produzir parte do sêmen.

Os principais fatores de risco para o câncer de próstata são a idade (sendo mais comum em homens acima de 50 anos), o histórico familiar da doença, os hábitos de vida, como má alimentação e sedentarismo, além do excesso de peso. Estudos também indicam que homens negros têm mais probabilidade de desenvolverem esse tipo de câncer.

Embora o crescimento de um tumor na próstata seja lento, às vezes, há a presença de sintomas, que podem ser os de dor óssea e na micção, vontade de urinar com frequência e presença de sangue na urina e/ou no sêmen.

Geralmente, os sinais aparecem quando a doença já está em estágio avançado, diminuindo as chances de cura. Por isso, o melhor caminho é o da prevenção.



É no preconceito que mora o perigo

No Brasil, essa neoplasia maligna é a segunda mais comum na população masculina. Isso significa que um homem morre a cada 38 minutos de câncer de próstata no Brasil, segundo os dados mais recentes do Instituto Nacional de Câncer (Inca).

A recomendação é de que homens a partir dos 40 anos (que apresentem um ou mais fatores de risco) e com 50 anos ou mais, sem fatores de risco, façam, anualmente, os exames que auxiliam na detecção da doença, entre eles o do toque retal.

O exame do toque permite ao médico avaliar o tamanho, a forma e a textura da próstata.

Diagnosticado precocemente, o câncer de próstata tem cerca de 90% de chances de cura.

**O tabu é um aliado da
falta de informação.**

**Por isso, troque o
preconceito pela
prevenção!**

Homens, cuidem-se!



MÊS MUNDIAL DE COMBATE
AO **CÂNCER DE PRÓSTATA**

NOVEMBRO
AZUL

NÓS APOIAMOS

