

ULSNE CONSIGO 

Cancro da próstata: é possível prevenir?

O tumor da próstata é um dos mais frequentes no homem. No mês em que se assinala o Dia Europeu das Doenças da Próstata – a 15 de setembro o Olho Clínico deixa-lhe alguns conselhos sobre como prevenir, detetar e tratar estas doenças.

As doenças da próstata são pouco habituais antes dos 50 anos de idade. Contudo, vai aumentando significativamente a sua ocorrência com o avanço da idade.

O tumor da próstata, um dos mais frequentes no homem, representa uma importante causa de morte. No entanto, o número de mortes por este tipo de cancro está bastante abaixo do número de novos casos diagnosticados, o que significa que esta doença é bastante tratável e/ou que tem uma evolução muito arrastada. Muitas vezes acontece que o doente com cancro da próstata acaba por falecer de uma outra causa, especialmente se for idoso.

Há formas de prevenir o cancro da próstata?

Como em todas as doenças oncológicas, existem alguns fatores que podem ser considerados como tendo uma ação preventiva. O estilo de vida e a dieta parecem ter, de

algum modo, uma influência preventiva. Uma alimentação rica em antioxidantes, vitaminas A, D, E e selénio, que podem ser encontrados na dieta mediterrânica (pão, cereais, fruta, cenoura, espinafres, melancia, alho e cebola), tomate cozinhado e vinho tinto parecem ter algum papel protetor contra o cancro da próstata.

O diagnóstico precoce é, contudo, fundamental, como em todas as doenças oncológicas, pois aumenta as possibilidades de maior sucesso nas terapêuticas.

Todas as doenças da próstata são malignas?

Não. Os tipos de patologia prostática mais frequentes são:

- Infecção ou prostatite: situação de infecção da glândula, que se manifesta por grande dificuldade em urinar, ardor ou dor à micção, febre e queda do estado geral, por vezes de surgimento súbito que obriga

terapêutica com antibióticos. É, por vezes, o primeiro sinal de doença prostática.

- Hipertrofia benigna da próstata (HBP): uma patologia que surge a partir dos 50 anos. É uma doença benigna, que tem como consequências a diminuição do jato urinário, urinar frequentemente e em pequenas quantidades de dia e de noite, urgência miccional ou mesmo grande dificuldade em começar a micção, podendo mesmo chegar à retenção urinária (impossibilidade de urinar) e levar à algaliação. Trata-se da doença mais frequente da próstata, benigna, que pode requerer tratamento médico ou cirúrgico.

- Cancro da próstata: em fase inicial não tem qualquer sintoma, podendo ser detetado em associação com um quadro de HBP ou porque em análises de rotina foi detetado um aumento de valores de PSA ou alteração do toque retal que leva à realização de uma biopsia prostática.

Quais são as características principais do cancro da próstata?

A quase totalidade dos casos de cancro da próstata é um carcinoma. Entre diversas características que se podem encontrar no carcinoma, salienta-se a semelhança que ainda existe, ou não, entre o tumor e a glândula prostática de onde se origina. O grau de semelhança é medido pelo chamado score de Gleason: um Gleason baixo significa que o tumor é mais semelhante à glândula prostática, enquanto um Gleason alto (máximo 10) significa o contrário. A um Gleason baixo corresponde habitualmente um melhor prognóstico.

Outra característica fundamental é medida pelo estágio da doença, isto é, se a doença se encontra confinada à próstata ou, pelo contrário, se se espalhou a outros órgãos.

O PSA, a idade e o estado geral do doente são ainda fatores determinantes da caracterização da doença e, portanto, com consequente implicação terapêutica.

Como se faz o diagnóstico de cancro da próstata?

O diagnóstico é estabelecido com base no exame prostático, no PSA e na biópsia prostática. Outros exames poderão ser realizados no caso de o médico considerar adequado.

Que terapêuticas se podem usar no cancro da próstata?

Existem basicamente as seguintes alternativas:

- Cirurgia
- Radioterapia
- Hormonoterapia
- Quimioterapia

Qual a terapêutica mais adequada?

A indicação da terapêutica mais adequada deverá ser estabelecida pelo médico tendo em conta:

- O tipo de tumor
- O estágio da doença
- A idade do doente
- As preferências do doente, nomeadamente tendo em consideração os possíveis efeitos secundários decorrentes de cada uma das opções terapêuticas e que serão detalhadas pelo médico.

Fonte: Portal da Saúde