

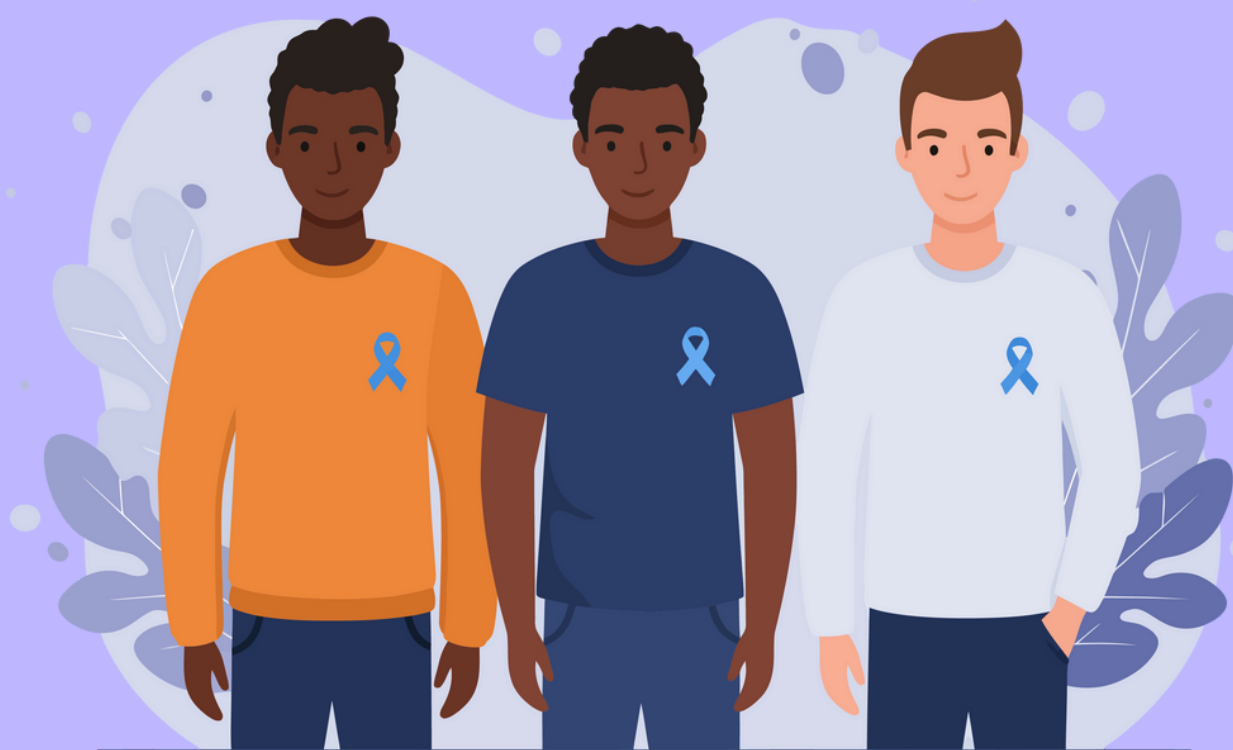


@cuidados.alzheimer

Novembro Azul: Homens Idosos também precisam se cuidar



A campanha do **Novembro Azul** abre os olhos para a importância de falar sobre a saúde do homem, focando principalmente na prevenção e no **diagnóstico precoce do câncer de próstata**, o mais comum entre os homens no Brasil.



O Novembro Azul é um grande lembrete sobre a importância do **autocuidado masculino**, principalmente para os homens idosos, que muitas vezes deixam a saúde de lado por vergonha, medo ou por acreditarem que “**procurar ajuda, é um sinal de fraqueza**”. Como resultado desse pensamento, vemos o grande número de homens que só descobrem este **câncer em estágios avançados** ou em que as chances de cura são muito pequenas.



A importância da prevenção e do rastreio!

A **próstata** é uma pequena glândula que fica logo abaixo da bexiga, que tende a crescer ao longo dos anos e com isso aumentam as chances de surgir um câncer. O **diagnóstico precoce**, ou seja, antes do tumor se espalhar para outras partes do corpo ou crescer a ponto de não ser possível ser removido cirurgicamente, é o **principal fator para o sucesso no tratamento e a cura.**





Um simples exame como **o toque retal ou o PSA (exame de sangue)**, podem te permitir identificar o tumor em um estágio inicial e permitir um envelhecimento com saúde ao lado de sua família e até mesmo dos netinhos. Homens com histórico familiar de câncer de próstata devem **começar o rastreio a partir dos 45 anos de idade**, os demais, aos 50 anos!



O cuidado com a saúde ainda é visto como sinal de fraqueza por muitos homens. **Esse tabu precisa ser superado.** Procurar um profissional da saúde, conversar sobre sintomas e **realizar exames não diminui a masculinidade**, demonstra responsabilidade e coragem necessárias para **ser um suporte a sua família por muitos anos!**

Quer saber mais sobre o assunto?

Acesse o nosso **blog** e o nosso **site**!

Os link se encontram na bio do nosso instagram e na descrição da publicação.

Lá você vai encontrar o material completo e muitas outras informações!



<https://cicacamacho.blogspot.com/>



<http://cuidadosalzheimer.uff.br/>

Gostou da publicação?



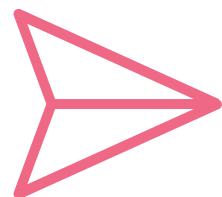
Salve



Curta



Comente



Compartilhe

Autores:



Alessandra Conceição L. F. Camacho
Enfermeira. Prof.^a Associada da Escola
de Enfermagem Aurora de Afonso
Costa



Paola Paiva Monteiro
Enfermeira



Carolina Arcanjo dos Santos
Acadêmica de Enfermagem 7^o período



Gustavo Martins Lemos Tavares
Acadêmico de Enfermagem do 8^o
Período



Referências Bibliográficas:

BRASIL. Instituto Nacional do Câncer - INCA. Novembro Azul 2023. Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/campanhas/2023/novembro-azul>

Secretaria de Saúde do Paraná. Câncer de Próstata. Governo do Estado do Paraná , 2024?. Disponível em: <https://www.saude.pr.gov.br/Pagina/Cancer-de-prostata>