

Artigo de opinião

Carlos Rabaça

Diretor do Serviço de Urologia do IPO de Coimbra
Presidente da Sociedade Portuguesa de Urologia Oncológica
Docente da Faculdade de Medicina de Coimbra

A próstata: um pequeno órgão com grandes impactos

A próstata é um órgão importante para o homem. É fundamental no papel reprodutivo, pois é responsável pela produção de grande parte do líquido seminal, tem um papel de defesa contra as infeções urinárias e é determinante para a continência urinária.

No entanto, à medida que os homens envelhecem este órgão pode tornar-se fonte de problemas, sendo a Hiperplasia Benigna da Próstata (HBP) e o Cancro da Próstata (CAP) as condições mais comuns.

É essencial que os homens percam o medo ou o desconforto de falar sobre a próstata. Consultar um urologista regularmente a partir dos 40 anos e fazer os exames recomendados são passos simples, mas cruciais, para detetar problemas precocemente. Lembre-se: a prevenção é sempre o melhor remédio.

Mas será que os homens estão devidamente informados? A literacia em saúde é fundamental e é muito importante que os homens cuidem cada vez mais da sua saúde. O cancro da próstata é o 4º cancro com maior incidência no mundo e 2º cancro com maior incidência no homem. Em Portugal, dados de 2022 estimam que: em média, por ano, cerca de 7529 homens são diagnosticados com cancro da próstata, mas que a maioria não irá falecer devido à doença.

O que é relevante saber?

A Hiperplasia Benigna da Próstata: quando começamos a “molhar as botas”.

Esta é uma das condições mais frequentes em homens com mais de 50 anos. Trata-se de um processo obstrutivo progressivo (nem sempre associado a um aumento de volume) que condiciona queixas urinárias. Embora seja uma doença benigna, pode interferir de forma significativa na qualidade de vida. O tratamento é normalmente feito através de medicamentos que são bastante eficazes, reservando-se os tratamentos invasivos, como a cirurgia, para os casos que não cedem ao tratamento médico. Ao contrário do que se pensa, estes tipos de cirurgias não removem a próstata, mas apenas a sua parte interna, permitindo ao doente retomar o seu fluxo urinário. Ou seja, a próstata continua lá e outras doenças, como o cancro, podem na mesma aparecer.

No cancro da Próstata: o diagnóstico precoce salva vidas. Este é o cancro mais comum entre os homens e a segunda causa de morte por cancro, pelo que a sua deteção precoce é fundamental. Na fase inicial, costuma ser assintomático, o que reforça a importância de rastreios regulares a partir dos 40-50 anos, dependendo da história familiar e de outros fatores de risco.

Quando diagnosticado em estágio inicial, o cancro da próstata pode ser tratado de forma curativa, seja com cirurgia, radioterapia externa ou braquiterapia. Tem-se verificado um interesse crescente nos tratamentos focais, muito menos invasivos e cada vez mais utilizados. Nos casos de doença metastizada, embora não haja cura, avanços recentes como novas terapias hormonais e novos medicamentos, têm transformado o cancro da próstata numa doença crónica. Estes tratamentos aumentam significativamente a sobrevivência e melhoram a qualidade de vida dos doentes.

Por isso, se é homem e já tem mais de 40 lembre-se: a saúde masculina começa na prevenção; não espere pelos sintomas!