

PREVENÇÃO DE PROBLEMAS NA PRÓSTATA

A próstata é parte do sistema reprodutivo masculino. Localizada abaixo da bexiga, é do tamanho de uma noz e constituída de tecido glandular e muscular. Em sua região central localiza-se a uretra, um sistema tubular transportador da urina proveniente da bexiga. A principal função da glândula é produzir o líquido prostático, componente do esperma, responsável pelo transporte dos espermatozoides, produzidos nos testículos.

Embora muitos homens já tenham ouvido falar sobre a próstata e suas complicações, poucos procuram fazer os exames urológicos e conversar com médicos para saber quais devem ser os cuidados tomados com essa glândula. Geralmente, a decisão de procurar o urologista só acontece ao aparecer algum incômodo. Contudo, visitas anuais a este médico, incluindo o exame digital retal da próstata, são básicas para o bem-estar da saúde masculina.

Sintomas:

- 1) Jato urinário enfraquecido;
- 2) Dificuldade para iniciar o jato;
- 3) Freqüência miccional;
- 4) Urgência (dificuldade para retardar a urina);
- 5) Freqüentemente acordar à noite para urinar;
- 6) Jato urinário intermitente (para e recomeça);
- 7) Sangue na urina;
- 8) Dor e queimação para urinar (Hiperplasia Benigna da Próstata).

O crescimento benigno da próstata é a causa na maioria das vezes para a dificuldade de urinar.

Problemas que mais afetam a próstata

Existem três problemas comuns que afetam a próstata, com sintomas semelhantes mas tratamentos diferentes. São eles:

- Prostatite Crônica (inflamação)
- Câncer de Próstata
- Hiperplasia Prostática Benigna ou HPB

Sobre a Hiperplasia Prostática Benigna

- Não pode ser prevenida e é comum aos homens com mais de 50 anos;
- Não é câncer, mas pode coincidir com ele;
- Pode não apresentar sintomas;
- Pode causar problemas urinários.

Mais da metade dos homens com mais de 60 anos têm HPB, e após os 80 anos 80% deles apresentam a doença. Pouco menos que a metade de todos os homens com HPB apresenta algum sintoma da doença.

A Hiperplasia causa estreitamento do jato urinário pela compressão da uretra devido ao crescimento da glândula prostática. Alguns homens são mais afetados pelos sintomas do que outros. Os afetados devem modificar seus hábitos diários, conforme indicação médica, e devem buscar a cura.

Como detectar essas doenças

Dois testes podem ajudar a detectar os problemas da próstata: exame digital da próstata e o antígeno prostático específico, ou teste de PSA. Por se localizar em parte interna do corpo, é impossível um contato visual, mas o médico pode senti-la digitalmente através do reto. É o que se chama de toque retal.

Com esse procedimento, o urologista percebe se ela está maior que o normal, sua consistência, se há dor durante o manuseio, entre outras características. Embora seja desconfortável, o exame é rápido. O preconceito e o orgulho machista têm sido grandes empecilhos para a realização desse exame, postergando o tratamento que acaba sendo prejudicado.

O teste do PSA é um exame de sangue que mede o nível de antígeno prostático específico. Essa proteína é produzida apenas por células epiteliais da próstata e tem a função de liquefação do sêmen. Se o PSA está alto, sugere doença prostática e não necessariamente câncer de próstata.

A testosterona e outros andrógenos produzidos pelas glândulas supra-renais estimulam a produção de PSA e o crescimento da próstata. Quanto mais o homem envelhece, maior é o seu nível de PSA, mas isto é comum e pode não ser um problema.

Se o exame digital da próstata ou o PSA estão anormais, seu médico poderá fazer outros testes para detectar o problema.

Todo homem com mais de 40 anos, principalmente negros ou com casos de câncer prostático na família, deve realizar o exame anualmente, como parte do seu check-up.