Após um Diagnóstico de Câncer de Próstata

O câncer de próstata é um tipo de câncer que começa na próstata. A próstata é uma glândula encontrada apenas nos homens. Ela produz parte do líquido que compõe o sêmen. A próstata está localizada abaixo da bexiga (o órgão oco onde a urina é armazenada) e à frente do reto (a última parte do intestino). Se você foi diagnosticado com câncer de próstata, provavelmente já fez um exame de sangue de antígeno prostático específico (PSA) e uma biópsia (um exame que coleta tecido para verificar a presença de câncer). Outros testes podem ter sido realizados nas células cancerígenas para verificar a presença de certas proteínas e alterações genéticas chamadas biomarcadores. Você também pode ter passado por outros procedimentos para determinar se o câncer se espalhou. Esses exames ajudam seu médico a identificar o tipo de câncer de próstata, seu grau e estágio, e qual tratamento pode ser eficaz.

Tratamento para o câncer de próstata

O câncer de próstata nem sempre precisa ser tratado imediatamente. Se for detectado precocemente e for um tipo que cresce lentamente, seu médico pode sugerir observação, espera vigilante ou vigilância ativa. Isso significa que você será acompanhado regularmente para verificar se o câncer cresce ou causa problemas. Durante esse período, nenhum tratamento para o câncer será realizado.

Se necessário, existem muitas formas de tratar o câncer de próstata, incluindo cirurgia, radioterapia e medicamentos, assim como quimioterapia, terapia hormonal, terapia-alvo ou imunoterapia. O tratamento depende do tipo, estágio e grau do câncer de próstata, dos resultados dos exames nas células cancerígenas, da sua saúde e das suas preferências pessoais. Muitas vezes, mais de um tipo de tratamento é necessário.

Alguns tratamentos podem causar impotência (incapacidade de ter uma ereção) e afetar o controle da bexiga. Se você ainda desejar ter filhos, o tratamento também pode afetar sua fertilidade (capacidade de engravidar alguém), mas existem maneiras de proteger isso. É importante conversar com seu médico primeiro, antes de iniciar o tratamento. Eles podem ajudar você a entender o que esperar.

Certifique-se de perguntar:

- Qual é o objetivo do tratamento?
- Que tipo de câncer de próstata eu tenho?
- Qual é o estágio do meu câncer de próstata e o que isso significa?
- Quais são os resultados dos testes de biomarcadores?
- O que mais você descobriu a partir dos resultados dos meus exames?
- Vou precisar de mais exames?
- Preciso ser tratado imediatamente?
- Se decidirmos esperar, o que acontece a seguir?
- Vou precisar de cirurgia?
- Preciso de testes genéticos?

O que esperar antes e durante o tratamento

Sua equipe de tratamento do câncer explicará seu plano de tratamento. Essa equipe pode incluir diferentes médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde, dependendo do tipo de tratamento necessário. Por exemplo, se você for fazer uma prostatectomia (cirurgia para remover a próstata), você conversará com um cirurgião para saber o que esperar antes, durante e depois da cirurgia. Se você precisar de outros tipos de tratamento, sua equipe de tratamento do câncer explicará como eles serão administrados, ajudará você a se preparar, acompanhará sua evolução e auxiliará com os efeitos colaterais. Você também poderá fazer exames de sangue, tomografias ou outros exames em determinados momentos para verificar a eficácia do tratamento.

Nem todos os pacientes em tratamento de câncer de próstata terão os mesmos efeitos colaterais. Por exemplo, os efeitos colaterais de uma cirurgia são diferentes dos de quimioterapia, terapia hormonal, terapia-alvo, imunoterapia ou radioterapia. E pessoas que recebem o mesmo tratamento podem ter efeitos colaterais distintos.

Certifique-se de perguntar:

- Quais são minhas opções de tratamento? O que você acha que é melhor para mim e por quê?
- Existem ensaios clínicos para meu tipo de câncer?
- Que efeitos colaterais posso ter e o que posso fazer a respeito?
- Como saberemos se o tratamento está funcionando?
- Com que frequência receberei o tratamento? Quanto tempo ele vai durar?
- Onde receberei o tratamento? Posso ir dirigindo sozinho?
- Poderei continuar fazendo minhas atividades normais, como trabalhar e me exercitar?

- O tratamento afetará minha vida sexual? Se sim, de que forma e por quanto tempo? O que posso fazer para lidar com isso?
- Preciso tomar alguns cuidados para não engravidar alguém durante o tratamento?

O que esperar após o tratamento

Após o tratamento, solicite ao seu médico um resumo do tratamento e um plano de acompanhamento. Isso é chamado de plano de cuidados de sobrevivência. Seu médico trabalhará com sua família ou com seu médico de cuidados primários para ajudar a gerenciar os efeitos colaterais do tratamento e monitorar sua saúde geral. Você fará exames regulares para verificar se o câncer voltou ou se um novo câncer começou em outra parte do corpo.

Para algumas pessoas, o câncer pode não desaparecer completamente. Elas podem continuar recebendo tratamento e precisarão realizar exames para verificar sua eficácia.

Você pode enfrentar mudanças no seu corpo após o tratamento. Por exemplo, pode ter problemas intestinais, urinários ou dificuldades sexuais. Você também pode ter cicatrizes de cirurgia ou alterações na pele causadas por radiação ou quimioterapia.
Pergunte ao seu médico o que esperar e informe-o se tiver algum problema.

Se o seu tratamento causou impotência, converse com sua equipe de tratamento do câncer sobre medicamentos que possam ajudar, terapia sexual e suporte para planejamento familiar.

Pessoas que tiveram câncer de próstata têm risco de ter o mesmo câncer novamente ou de desenvolver outros tipos de câncer. Mesmo que você se sinta bem após terminar o tratamento, é importante perguntar à sua equipe de tratamento do câncer sobre um cronograma regular de exames de acompanhamento para verificar se o câncer de próstata voltou.

Certifique-se de perguntar:

- Onde posso obter uma cópia do resumo do meu tratamento e do plano de acompanhamento?
- Com que frequência preciso ver minha equipe de tratamento do câncer?
- Quando e como devo contatá-los?
- Vou precisar de exames para verificar se meu câncer voltou ou para identificar problemas relacionados ao tratamento?
- Devo fazer exames de rastreamento, como colonoscopia, para detectar outros tipos de câncer precocemente?
- Existem efeitos colaterais tardios ou de longo prazo do tratamento que devo observar?
- Preciso tomar alguns cuidados para não engravidar alguém depois do tratamento?
- Onde posso encontrar meus registros médicos após o tratamento?

Mantendo-se saudável

Informe seu médico ou equipe de tratamento do câncer se algum efeito colateral do tratamento persistir ou se você tiver novos sintomas.

Há coisas que você pode fazer para se manter saudável durante e após o tratamento. Não fumar pode ajudar as pessoas com câncer de próstata a viver mais e reduzir as chances de recorrência. Manter um peso saudável, ter uma alimentação equilibrada, beber líquidos suficientes, e evitar o consumo de álcool também podem ajudá-lo a se manter saudável e diminuir o risco de desenvolver um novo câncer de próstata ou outros tipos de câncer.

Lidando com seus sentimentos

Ter câncer de próstata pode fazer você se sentir com medo, triste ou nervoso. Esses sentimentos são normais, e há maneiras de ajudá-lo a lidar com eles.

- Não tente lidar com seus sentimentos sozinho. Fale sobre eles, não importa o que sejam.
- É normal sentir-se triste ou desanimado às vezes, mas informe sua equipe de tratamento do câncer se esses sentimentos persistirem por mais de alguns dias.
- Se seu médico permitir, faça atividades que você gosta, como passar tempo ao ar livre, ir ao cinema ou a eventos esportivos, ou jantar fora.
- Peça ajuda com tarefas como cozinhar e limpar.

Você pode querer procurar amigos, familiares ou líderes ou grupos religiosos. Aconselhamento também pode ajudar. Algumas pessoas acham útil conversar com outras que passaram pelas mesmas experiências. Um grupo de apoio pode oferecer isso. Informe sua equipe de tratamento do câncer sobre como você está se sentindo. Eles podem ajudá-lo a encontrar o apoio certo.

Para mais informações e suporte, visite o site da American Cancer Society em cancer.org/portuguese ou ligue para **1-800-227-2345**. Estamos aqui quando você precisar.

American Cancer Society®

©2025, American Cancer Society, Inc.
No. POR083409 Rev. 3/25

BBB ACCREDITED CHARITY bbb.org/charity