



Depois de um diagnóstico de câncer de próstata

Se você foi informado que tem câncer de próstata, é provável que já tenha feito exame de sangue (PSA) e uma biópsia de próstata (exame em que parte do tecido é retirado para verificar se há câncer). Quando câncer é encontrado na biópsia de próstata, as células cancerosas são examinadas para descobrir o grau do tumor. Isto é chamado de pontuação Gleason ou Grupo de Notas, que é a medida da rapidez com que o câncer pode crescer. Outros exames também podem ter sido feitos nas células cancerosas. Você também pode ter feito mais exames para descobrir se o câncer se espalhou. Se não se espalhou, você pode ter sido informado de que está em determinado grupo de risco de que isso aconteça.

Os tratamentos para os diferentes estágios, graus e grupos de risco de câncer de próstata podem ser muito diferentes. O câncer de próstata nem sempre precisa ser tratado imediatamente. Se for encontrado cedo e for de um tipo que cresce lentamente, seu médico poderá sugerir a observação, observação vigilante, ou vigilância ativa, o que significa que você fará exames regularmente para ver se o câncer está crescendo ou causando problemas. Você poderá então ser tratado se isto acontecer.

Se necessário, existem muitas maneiras de tratar o câncer de próstata, que envolvem cirurgia, radiação e medicamentos, tais como quimioterapia, terapia hormonal, terapia direcionada ou imunoterapia. Muitas vezes, mais de um tipo de tratamento é necessário. Alguns tratamentos também podem ser feitos se o câncer se espalhar para os ossos. As opções de tratamento também dependem do tipo e estágio de câncer que você tem, dos resultados dos exames nas células cancerosas, dos problemas de saúde que você possa ter, da sua idade e de suas escolhas pessoais.

É importante saber que alguns tratamentos podem causar impotência (não conseguir ter ereção) e podem afetar o controle da bexiga (incontinência). Se você ainda

quiser ter filhos, o tratamento também pode afetar sua fertilidade (capacidade de engravidar alguém). Ao falar sobre isso antes do início do tratamento, o médico pode ajudá-lo a decidir qual o melhor tratamento(s) e o que pode ser feito para proteger sua fertilidade.

Não deixe de perguntar:

- Qual é a probabilidade de meu câncer de próstata crescer rapidamente?
- Qual é o estágio do câncer de próstata, e o que isso significa?
- O que mais pode me dizer sobre meu câncer de próstata com base no resultado dos exames?
- Vou precisar fazer mais exames?
- Preciso começar o tratamento imediatamente?
- Se decidir esperar, o que acontecerá a seguir?
- Se decidir fazer tratamento, qual seria o melhor tratamento(s)?
- Quais são os efeitos colaterais mais prováveis do tratamento?
- Será que o tratamento afetará minha capacidade de ter filhos? Existe algo que eu deveria fazer?

O que esperar durante o tratamento

Se você decidir fazer tratamento, sua equipe de tratamento do câncer vai explicar seu plano de tratamento. Essa equipe pode incluir diferentes médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde, dependendo do tipo de tratamento que você precisar. Por exemplo, se você for fazer uma prostatectomia (cirurgia para remover a próstata) ou radioterapia, sua equipe de câncer informará sobre o que esperar antes, durante e depois do tratamento. Se você precisar de outros tipos de tratamento, seu médico ou equipe de atendimento explicará como o tratamento será feito, o ajudará a se preparar, fará acompanhamento para saber como está passando e ajudará com os efeitos colaterais. Você também pode precisar fazer exames de sangue, radiografias ou outros exames de imagem, em determinados momentos, para ver se o tratamento está funcionando.

Nem todo mundo que faz tratamento para câncer de próstata terá os mesmos efeitos colaterais. Por exemplo, os efeitos colaterais da cirurgia são diferentes dos efeitos colaterais da quimioterapia, da terapia hormonal, da terapia direcionada, da imunoterapia ou da radioterapia. E mesmo as pessoas que recebem o mesmo tratamento podem ter efeitos colaterais diferentes. Além disso, é importante saber se você precisará usar algum método anticoncepcional durante o tratamento.

Não deixe de perguntar:

- Quais são as minhas opções de tratamento? O que, na sua opinião, seria melhor para mim e por quê?
- Qual é o objetivo do tratamento?
- Que efeitos colaterais eu poderia ter, e o que posso fazer a respeito disso?
- Como vamos saber se o tratamento está funcionando?
- Com que frequência terei que fazer tratamento e quanto tempo dura?
- Onde devo ir para fazer o tratamento e posso eu mesmo dirigir?
- Poderei continuar a fazer minhas atividades regulares, como trabalhar, fazer exercício e ter sexo?
- Preciso usar algum método anticoncepcional durante o tratamento?

O que esperar após o tratamento

Após o tratamento, a equipe de tratamento do câncer o ajudará a lidar com quaisquer efeitos colaterais que ainda possa ter. Você também precisará fazer exames regulares para verificar se seu câncer voltou, ou se apareceu algum outro câncer em uma parte diferente do corpo.

Para algumas pessoas, o câncer pode não desaparecer completamente. Elas podem precisar continuar o tratamento, e mais exames serão necessários para saber se está funcionando.

Não deixe de dizer ao médico ou a alguém da equipe de tratamento do câncer se você estiver experimentando efeitos colaterais que não desapareçam após o tratamento ou qualquer outro sintoma diferente.

Você também pode ter dificuldades para lidar com alterações em seu corpo após o tratamento. Por exemplo, você pode ter problemas no intestino, bexiga, problemas sexuais, ou ter cicatrizes provenientes da cirurgia, ou alterações na pele devido à radiação ou quimioterapia. Se esta for uma preocupação, fale com sua equipe de tratamento de câncer sobre opções que estariam disponíveis para ajudá-lo a lidar com a situação.

Se o tratamento o fez ficar impotente, fale com sua equipe de tratamento do câncer sobre medicamentos que possam ajudar, aconselhamento sexual, a necessidade de usar algum método anticoncepcional e sobre como obter ajuda de planejamento familiar.

Mesmo que já tenha terminado o tratamento e esteja se sentindo bem, é importante perguntar à equipe de tratamento de câncer sobre com que frequência deveria fazer exames regulares de acompanhamento para saber se o câncer de próstata voltou.

Não deixe de perguntar:

- Com que frequência eu preciso consultar a equipe de tratamento do câncer?
- Preciso ter um plano de acompanhamento após o tratamento?

- Precisarei fazer exames para ver se o câncer voltou, ou para verificar se há algum problema com o meu tratamento?
- Preciso fazer algum exame de prevenção, como colonoscopia, para detectar outros tipos de câncer mais cedo?
- Existe algum efeito colateral tardio ou de longo prazo decorrente do tratamento que eu deveria saber?
- Precisarei usar algum método anticoncepcional após o tratamento?
- Quando e como devo entrar em contato com a equipe de tratamento?
- Onde poderei ter acesso a meus registros médicos após o tratamento?

Mantendo-se saudável

Há muitas coisas que você pode fazer para se manter saudável durante e após o tratamento do câncer de próstata. Comer bem, manter-se ativo, perder peso e manter um peso saudável, não fumar e evitar bebidas alcoólicas podem ajudar. Algumas dessas coisas também podem ajudar a diminuir seu risco de contrair um novo câncer de próstata ou outros tipos de câncer.

Lembre-se de que precisa fazer exames para detectar outros tipos de câncer e verificar outros problemas de saúde. Fale com seu médico sobre o plano de acompanhamento e exames mais adequados para você.

Lidando com os sentimentos

Ter câncer de próstata pode fazer você se sentir assustado, triste ou nervoso. Você também pode ter dificuldades para lidar com o câncer de próstata, com mudanças em sua função sexual, controle da bexiga ou outras alterações no corpo após o tratamento. É normal se sentir assim, e existem maneiras que ajudam a lidar com isso.

- Não tente lidar com esses sentimentos sozinho. Converse sobre o que está sentindo, não importa o que seja.
- Não há problema em se sentir triste ou abatido de vez em quando, mas informe a sua equipe de tratamento de câncer se você continuar assim por algum tempo.
- Faça coisas que você gosta, como ir ao cinema, jantar fora, passar tempo ao ar livre, ou ir um evento esportivo, se seu médico disser que você pode.
- Consiga alguém para ajudar com tarefas domésticas como cozinhar e limpar.

Pode ser que você queira entrar em contato com os amigos, familiares ou líderes ou grupos religiosos. Algumas pessoas acham útil conversar com outras pessoas que passaram pelas mesmas coisas. Um grupo de apoio pode ajudar com isso. Outras pessoas precisam de terapia/ aconselhamento. Diga à sua equipe de tratamento de câncer como você está se sentindo. Eles podem ajudar você a encontrar o apoio que precisa.

Para informações sobre câncer, ajuda no dia a dia e apoio, ligue para American Cancer Society no número **1-800-227-2345** ou visite o nosso site **cancer.org/prostatecancer**.

Estamos aqui quando você precisar.



cancer.org | 1.800.227.2345

PORTUGUESE
©2022, American Cancer Society, Inc.
No. 080818-Rev. 8/22

