

Cancro da Próstata – Instituto de Terapia Focal alerta para os sinais que muitos homens continuam a ignorar

written by José Sanches Magalhães | 18 de Novembro, 2025

OCIDADÃO
Jornalismo Livre

OPINIÃO

José Sanches Magalhães



O Instituto de Terapia Focal da Próstata associa-se novamente à campanha Novembro Azul para chamar a atenção dos homens para os sinais que podem indicar cancro da próstata e para a relevância do diagnóstico precoce.

O Instituto de Terapia Focal da Próstata está a participar ativamente no Novembro Azul, com o objetivo de reforçar a importância de reconhecer sinais que muitas vezes passam despercebidos e de sublinhar a necessidade de deteção precoce.

A iniciativa pretende sensibilizar para um problema que continua a ter forte impacto em Portugal, onde o cancro da próstata representa milhares de novos casos anuais e cerca de 2000 mortes por ano, muitas delas decorrentes de diagnóstico tardio.

Entre os sinais que os homens tendem a ignorar encontram-se o aumento da frequência urinária, a dificuldade em iniciar a micção, o fluxo urinário fraco, a sensação de bexiga não totalmente esvaziada, a dor ao urinar e a presença de sangue na urina ou no sémen. Podem ainda ocorrer dores persistentes na zona lombar, coxas ou quadris. Estes sintomas não devem ser atribuídos apenas ao envelhecimento ou a causas benignas, já que, quando persistentes, justificam avaliação médica. Quanto mais cedo for identificado o cancro da próstata, maior é a probabilidade de sucesso terapêutico.

A relevância do diagnóstico precoce volta a ser confirmada pelo maior estudo europeu de rastreio, o ERSPC, que completou 23 anos de seguimento e foi divulgado em outubro de 2025. Este estudo, iniciado em 1993, acompanhou 162 236 homens entre os 55 e os 69 anos, em oito países europeus, avaliando os efeitos do rastreio através do PSA. Os resultados mostram uma redução de 13% na mortalidade e uma redução absoluta de 0,22%, confirmando que o rastreio contínuo ao longo dos anos desempenha um papel significativo na diminuição de mortes causadas pela doença. Apesar de evidenciar algum sobrediagnóstico, o estudo demonstra benefícios consistentes quando comparado com análises feitas aos 16 anos de seguimento. Segundo os autores, é necessário convidar 456 homens para rastreio para evitar uma morte, sendo que entre os diagnosticados a proporção é de uma morte evitada por cada doze homens identificados com a doença.

Em Portugal, as estimativas mais recentes da Global Cancer Observatory indicam que, em 2022, ocorreram 7 529 novos casos de cancro da próstata, o que corresponde a 19,9% de todos os diagnósticos de cancro em homens no país, mantendo esta

neoplasia como a mais frequente no sexo masculino. De acordo com o Perfil do Cancro por País 2025 da OCDE e da Comissão Europeia, isto traduz-se numa incidência na ordem dos 140 novos casos por 100 mil homens, valor próximo da média europeia, enquanto dados de estudos nacionais recentes apontam para cerca de 2 083 mortes por cancro da próstata em 2022, com uma taxa de mortalidade padronizada de 11,1 óbitos por 100 mil homens.

A idade continua a ser o principal fator de risco, com maior incidência a partir dos 65 anos, embora a doença possa surgir a partir dos 50. O histórico familiar, nomeadamente em presença de mutações como a BRCA2, aumenta de forma relevante a probabilidade de desenvolvimento da doença, e fatores como etnia afrodescendente, obesidade, inflamação crónica, hábitos alimentares são reconhecidos como elementos adicionais a considerar no risco global.

Os homens devem procurar vigilância regular, sobretudo a partir dos 50 anos, ou desde os 40 quando existe histórico familiar de cancro da próstata, mama ou ovário no lado materno. O teste PSA estabelece um valor de referência que permite acompanhar eventuais variações ao longo dos anos. Em caso de elevação persistente, a realização de ressonância magnética pode ajudar a detetar lesões suspeitas antes da necessidade de biópsia.

Com a evolução das técnicas de imagem e das terapias minimamente invasivas, incluindo a electroporação irreversível, tecnologia onde o Instituto de Terapia Focal da Próstata foi pioneiro em Portugal, o tratamento do cancro da próstata tornou-se mais preciso e menos agressivo, preservando a qualidade de vida dos doentes.

O Instituto de Terapia Focal da Próstata reafirma, no âmbito deste Novembro Azul, o compromisso de promover a literacia em saúde e de incentivar uma cultura de prevenção. A atenção aos sinais e o diagnóstico precoce continuam a ser as armas mais

eficazes no combate ao cancro da próstata.