

NOVEMBRO AZUL

Confira o artigo escrito por nosso sócio-fundador, Mario Esequiel, falando sobre sua experiência com o câncer de próstata e a importância da prevenção!

NOVEMBRO AZUL, internacionalmente conhecido como **Movember**, termo que surgiu da combinação em inglês das palavras Moustache (Bigode) e November (Novembro). Por isto o bigode é o símbolo desta campanha.

Este movimento surgiu na Austrália em 2003 para conscientização e prevenção do câncer de próstata.

Desde a sua criação este movimento vem crescendo ano após ano no mundo, e no Brasil não é diferente.

Apesar deste crescimento, que tem sido significativo e louvável, ainda há muito preconceito. Não só com relação ao exame de toque, mas observamos preconceito em abordar o tema, apoiar e incentivar a campanha, tomar parte ou apenas conhecimento dela.

Às vezes, dá a impressão que alguns homens acham que só o fato de se interessar pelo tema já os colocam sob desconfiança.

Na minha percepção observo que alguns, que são muitos, não participam do movimento por total ignorância, por desconhecerem o que é o câncer de próstata e o risco que um diagnóstico positivo pode acarretar.

Neste grupo temos a ignorância pura, portanto o trabalho do estado e das agências de prevenção é esclarecer, é levar a informação para acabar com o desconhecimento.

E outros, que também não são poucos, por ignorarem, talvez por insegurança, por achar que a discussão, a abordagem do tema ou mesmo os exames, farão deles menos homens.

Neste grupo observo que não há desconhecimento do problema em si: sabem da gravidade da doença, que a falta de cuidado pode trazer sérias consequências e que a prevenção é o melhor caminho. Portanto, tomam o devido cuidado, fazem os exames para se prevenir, mas, agora sim por ignorância, fazem tudo para ninguém saber. Jamais falam abertamente ou mesmo deixam amigos ou parentes terem a menor desconfiança de que eles estão se prevenindo.

Existem ainda aqueles que também não ignoram a importância e gravidade do problema, mas adotam a "síndrome do avestruz" - não tocam no tema, nem permitem que toquem, por acharem que não falando nisto jamais acontecerá com eles. Neste caso, talvez seja a pior situação, porque não se cuidam e não permitem a outros, ao seu redor, abordarem e levarem conscientização a mais pessoas.

Talvez alguns devam estar perguntando porque eu, um profissional que não tem nada relacionado com a medicina ou correlato, estou abordando este tema.

Primeiro, por acreditar que todos, homens e mulheres, devem contribuir para a divulgação e prevenção, da mesma forma que participei do **Outubro Rosa**.

Segundo, porque acho que tenho a obrigação de compartilhar a minha experiência com o objetivo de contribuir para a campanha, de modo a engajar cada vez mais pessoas.

Sou economista, pai de duas filhas, atualmente com 60 anos e diagnosticado com câncer de próstata há 18 anos, ou seja, com 42 anos, razoavelmente jovem para este tipo de diagnóstico.

Qual a minha sorte?

Por fazer acompanhamento médico regular, desde os meus trinta e poucos anos, em virtude de problemas relacionados ao coração (herdado de meus pais), tive uma indicação de anomalia num exame de sangue que repetia anualmente, o PSA - Antígeno Prostático Específico (as iniciais vêm do inglês). Ele havia sofrido uma grande variação, foi quando o meu cardiologista me indicou um urologista para melhor avaliar o que poderia estar ocorrendo.

Foi aí que tive que fazer o famoso e malfadado exame de toque retal, que confirmou a existência de um tumor. A partir disto tínhamos que descobrir se era maligno ou benigno, para tanto fazer uma biópsia.

Exames concluídos, foi constatado que o tumor era maligno e, dentro da classificação existente, um dos mais agressivos. Porém, sempre tem um porém, e neste caso foi para o bem, pelo fato do diagnóstico ser precoce, o prognóstico foi muito bom. O tumor ainda era bem pequeno, bem localizado; a simples extração da próstata foi suficiente para cura, inclusive sem necessidade de quimioterapia ou radioterapia. Sem os exames preventivos eu teria demorado anos para ter sintomas e quando isto ocorresse as consequências seriam bem mais graves, inclusive com eventual risco de morte.

Poucas semanas após a cirurgia já tinha voltado às atividades físicas. Depois de três meses da extração da próstata já estava participando de corrida de rua - 5 km. E seis meses após esta prova, estava participando da minha primeira meia maratona.

Fiz um acompanhamento regular intenso durante os primeiros cinco anos, já se passaram dezoito e sou considerado curado deste câncer.

Continuei fazendo exames preventivos em geral, e novamente por sorte, há oito anos, foi diagnosticado outro câncer, porém nada relacionado ao da próstata, e era no rim. Novamente

diagnosticado preventivamente, ainda era bem pequeno e localizado. Passei por uma nova intervenção cirúrgica, mas sem necessidade de extração do rim, nem quimioterapia ou radioterapia... Bom, mas isso é papo para outra matéria.

A **prevenção está** me permitindo ver as minhas filhas crescerem, ter sucesso na carreira profissional, viajar muito, curtir a família e principalmente celebrar a vida!