ATIVIDADE DE CIÊNCIAS

Estudante: _____ Data: ___/___/_____

Professor (a): _____ Turma: _____

Escola: _____

TUDO SALA DE AULA

NOVEMBRO AZUL

O Novembro Azul é uma campanha de conscientização dedicada à saúde do homem, que busca ampliar o debate sobre os cuidados preventivos e a importância da identificação precoce do câncer de próstata. Durante esse período, instituições como o Sesc e os serviços públicos de saúde promovem, em diversas localidades do país, ações e atendimentos gratuitos direcionados ao público masculino.

Câncer de próstata

O câncer de próstata é o tumor que afeta a próstata, glândula localizada abaixo da bexiga e que envolve a uretra, canal que liga a bexiga ao orifício externo do pênis. A doença é o mais frequente entre os homens, depois do câncer de pele. Embora seja uma doença comum, por medo ou por desconhecimento muitos homens preferem não conversar sobre esse assunto. Na presença de sinais e sintomas, recomenda-se a realização de exames.

Estimativa de novos casos: **71.730** (2022 - INCA) e número de mortes: **16.301** (2021 - Atlas de Mortalidade por Câncer - SIM).

A doença é confirmada após fazer a biópsia, que é indicada ao encontrar alguma alteração no exame de sangue (PSA) ou no toque retal, que somente são prescritos a partir da suspeita de um caso por um médico especialista. As células são as menores partes do corpo humano. Durante toda a vida, as células se multiplicam, substituindo as mais antigas por novas. Mas, em alguns casos, pode acontecer um crescimento descontrolado de células, formando tumores que podem ser benignos ou malignos (câncer).

Próstata

A próstata é uma glândula presente apenas nos homens, localizada na frente do reto, abaixo da bexiga, envolvendo a parte superior da uretra (canal por onde passa a urina). A próstata não é responsável pela ereção nem pelo orgasmo. Sua função é produzir um líquido que compõe parte do sêmen, que nutre e protege os espermatozoides. Em homens jovens, a próstata possui o tamanho de uma ameixa, mas seu tamanho aumenta com o avançar da idade.

Sinais e sintomas

Na fase inicial, o câncer de próstata pode não apresentar sintomas e, quando apresenta, os mais comuns são:

- Dificuldade de urinar;
- Demora em começar e terminar de urinar;
- Sangue na urina;
- Diminuição do jato de urina;
- Necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou à noite.

Esses sinais e sintomas também ocorrem devido a doenças benignas da próstata. Por exemplo:

- Hiperplasia benigna da próstata é o aumento benigno da próstata. Afeta mais da metade dos homens com idade superior a 50 anos e ocorre naturalmente com o avançar da idade;
- Prostatite é uma inflamação na próstata, geralmente causada por bactérias.

Fatores de risco

Existem alguns fatores que podem aumentar as chances de um homem desenvolver câncer de próstata. São eles:

- Idade: o risco aumenta com o avançar da idade. No Brasil, a cada dez homens diagnosticados com câncer de próstata, nove têm mais de 55 anos;
- Histórico de câncer na família: homens cujo o pai, avô ou irmão tiveram câncer de próstata antes dos 60 anos, fazem parte do grupo de risco;
- Sobrepeso e obesidade: estudos recentes mostram maior risco de câncer de próstata em homens com peso corporal mais elevado.

Prevenção

Já está comprovado que uma dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais, e com menos gordura, principalmente as de origem animal, ajuda a diminuir o risco de câncer, como também de outras doenças crônicas não-transmissíveis. Nesse sentido, outros hábitos saudáveis também são recomendados, como fazer, no mínimo, 30 minutos diários de atividade física, manter o peso adequado à altura, diminuir o consumo de álcool e não fumar. Entre os fatores que mais ajudam a prevenir o câncer de próstata estão:

- Ter uma alimentação saudável;
- Manter o peso corporal adequado;
- Praticar atividade física;
- Não fumar;
- Evitar o consumo de bebidas alcoólicas.

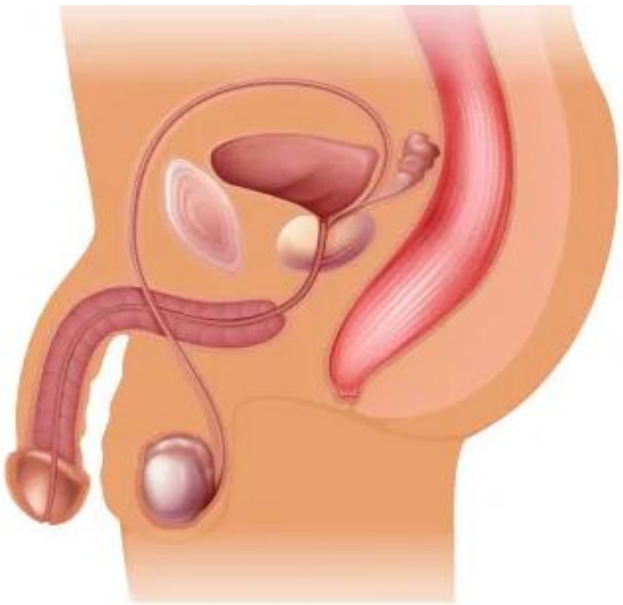
Fonte: gov.br (Adaptado por Tudo Sala de Aula)

Atividades _____

1. Qual é a finalidade da campanha Novembro Azul?

_____
_____
_____
_____
_____

2. No aparelho reprodutor masculino ilustrado abaixo, identifique a localização da próstata e marque-a.



3. Leia as sentenças e identifique os exames utilizados na investigação do câncer de próstata, conforme descrito em cada uma delas.

I. Mede a quantidade de uma proteína produzida pela próstata - Antígeno Prostático Específico. Níveis altos dessa proteína podem significar câncer, mas também doenças benignas da próstata.

_____

II. Avalia tamanho, forma e textura da próstata, introduzindo o dedo protegido por uma luva lubrificada no reto. Este exame permite palpar as partes posterior e lateral da próstata.

_____

4. Veja com atenção as ilustrações abaixo e descreva os hábitos que previnem o câncer de próstata.



_____



_____



_____



_____

5. Leia com atenção a tirinha abaixo.



Fonte: revistapublicitta.com.br

O exame de próstata, que pode incluir o toque retal, é um importante aliado na prevenção e no diagnóstico precoce do câncer de próstata. No entanto, ainda existe preconceito em relação a esse exame, o que pode levar muitos homens a evitá-lo. Qual alternativa expressa corretamente o impacto desse preconceito?

a) Ele não interfere na saúde, pois o exame é apenas opcional.

b) Pode atrasar o diagnóstico do câncer de próstata, reduzindo as chances de tratamento eficaz.

c) É justificável, pois o exame é doloroso e sempre causa complicações.

d) Não existe preconceito sobre o exame de próstata na sociedade atual.

6. Quais são os fatores de risco que aumentam as chances de desenvolver câncer de próstata?

_____
_____
_____
_____
_____

Leia com atenção o texto abaixo para responder às questões 7 e 8.

O Ministério da Saúde, assim como a Organização Mundial da Saúde (OMS), não recomenda que se realize o rastreamento do câncer de próstata, ou seja, não é indicado que homens sem sinais ou sintomas façam exames. Procure conhecer os riscos e os benefícios que envolvem a realização desses exames de rotina e converse com um profissional de saúde da sua confiança para decidir se deseja ou não os realizar.

Fonte: gov.br

7. Por que o Ministério da Saúde não recomenda a realização rotineira de exames para rastreamento do câncer de próstata em homens sem sintomas?
a) Porque homens sem sintomas não podem desenvolver câncer de próstata.
b) Porque o diagnóstico de um câncer que não evoluiria pode levar a tratamentos desnecessários, causando impotência sexual e incontinência urinária.
c) Porque o câncer de próstata não apresenta possibilidade de tratamento.
d) Porque os exames de PSA e toque retal não possuem nenhuma utilidade médica.

8. Quais são os benefícios da realização de exames de rotina em homens assintomáticos?

_____
_____
_____
_____

Leia com atenção o texto abaixo.

Câncer de próstata: conheça as principais formas de tratamento

A principal forma de tratamento do câncer de próstata, é a cirurgia, que pode ser aplicada junto com radioterapia e tratamento hormonal, conforme cada caso. Quando localizado apenas na próstata, o câncer de próstata pode ser tratado com cirurgia oncológica, radioterapia e até mesmo observação vigilante, em alguns casos especiais.

No caso de metástase, ou seja, se o câncer da próstata tiver se espalhado para outros órgãos, a radioterapia é utilizada junto com tratamento hormonal, além de tratamentos paliativos. A escolha do melhor tratamento é feita individualmente, por médico especializado, caso a caso, após definir quais os riscos, benefícios e melhores resultados para cada paciente, conforme estágio da doença e condições clínicas do paciente. Todas as modalidades de tratamento são oferecidas, de forma integral e gratuita, por meio do Sistema Único de Saúde (SUS).

Fonte: gov.br

9. Relacione cada tipo de tratamento do câncer de próstata à sua respectiva característica, de acordo com o texto.

1. Cirurgia oncológica.
2. Radioterapia.
3. Tratamento hormonal.
4. Observação vigilante.
5. Tratamento paliativo.

( ) Acompanha a evolução da doença, sem iniciar imediatamente um tratamento ativo, em casos selecionados.
( ) Busca aliviar sintomas e melhorar a qualidade de vida do paciente.
( ) Consiste na remoção cirúrgica do tumor na próstata.
( ) Utiliza radiação para combater as células cancerígenas.
( ) Atua por meio do bloqueio ou controle da ação dos hormônios que estimulam o crescimento do câncer.

10. Elabore uma frase para uma campanha do Novembro Azul.

_____
_____
_____
_____

Apoio pedagógico para este material.

TUDO SALA DE AULA

Para acessar o **gabarito**, o **planejamento** e as **demais orientações,** escaneie o QR Code **ou** clique no botão ao lado. Ao abrir, role a página para baixo.

CLIQUE AQUI

Mais opções de materiais e suportes gratuitos para professores:

Acesse nosso **site** e encontre milhares de atividades gratuitas para enriquecer suas aulas. ACESSE	Entre em grupos de **WhatsApp** e fique por dentro das novidades e lançamentos. ENTRE	Acesse o nosso **Instagram** e acompanhe conteúdos, dicas e novidades para professores. SIGA

© Tudo Sala de Aula – Todos os direitos reservados

Este material é protegido pela legislação de direitos autorais e destina-se exclusivamente ao uso pedagógico em sala de aula ou em casa. É permitida a utilização e impressão para fins educacionais, sendo proibida a reprodução, comercialização, distribuição, publicação em livros ou disponibilização deste material, integral ou parcialmente, em sites, redes sociais, plataformas ou outros meios, sem autorização prévia do Tudo Sala de Aula.