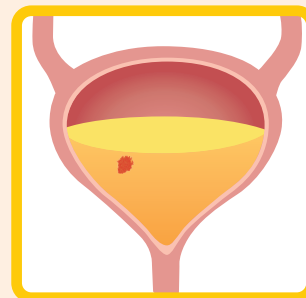


# Entendendo os fatores de risco do câncer de bexiga

O câncer de bexiga começa nas células da bexiga, o órgão que armazena a urina. Afeta principalmente adultos mais velhos, mas pode aparecer em qualquer idade. Os sinais mais típicos incluem sangue na urina, urgência e frequência para urinar e dor pélvica. Tanto o sangue visível na urina como vestígios microscópicos, chamados micro-hematúria, devem sempre ser investigados. Reconhecer fatores de risco como tabagismo, exposição a produtos químicos industriais e inflamação crônica da bexiga é essencial para a detecção precoce e tratamento eficaz.



## Fatores de risco primários

Entender os principais fatores de risco para o câncer de bexiga pode ajudar na prevenção e na detecção precoce.

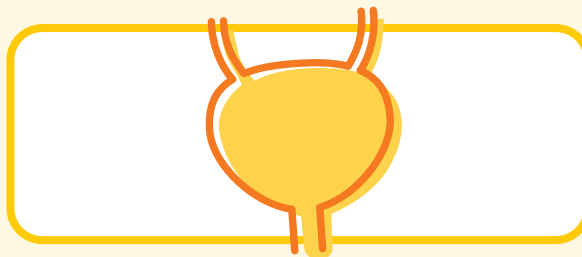
- **Tabagismo e uso de outros produtos do tabaco** O tabagismo é a principal causa de câncer de bexiga. Fumantes e consumidores de outros produtos de tabaco têm pelo menos três vezes mais probabilidade de desenvolver a doença em comparação com não fumantes.



- **Exposição prévia à radiação** A exposição à radiação, especialmente durante tratamentos anteriores contra o câncer, pode aumentar o risco de desenvolver câncer de bexiga mais tarde na vida.



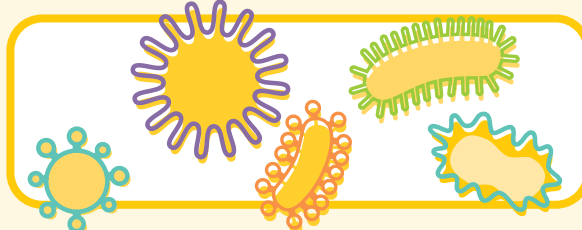
- **Inflamação crônica da bexiga** Infecções urinárias repetidas ou irritação prolongada da bexiga podem aumentar o risco.



- **Exposição a produtos químicos, especialmente no trabalho** O contato com determinados produtos químicos usados em tintas, borracha, couro, têxteis e corantes aumenta significativamente o risco de câncer de bexiga.



- **Infeções parasitárias** Em algumas partes do mundo, infecções parasitárias como a esquistossomose são conhecidas por causar câncer de bexiga.





## Fato interessante

Os homens têm mais probabilidade de desenvolver câncer de bexiga do que as mulheres, mas as mulheres muitas vezes recebem o diagnóstico em estágios mais avançados, o que pode afetar o prognóstico.



Melhor

Pior

Probabilidade de desenvolver câncer

Tempo até o diagnóstico, podendo afetar o prognóstico



Probabilidade de desenvolver câncer

Tempo até o diagnóstico, podendo afetar o prognóstico

## Como reduzir o seu risco?

Passos proativos para melhores resultados de saúde.



**Evitar fumar:** se você fuma, parar é a forma mais eficaz de reduzir o risco de câncer de bexiga. Evitar a exposição ao fumo passivo também ajuda a reduzir o risco.



**Mudanças na alimentação:** inclua mais frutas e vegetais na sua alimentação e reduza o consumo de carnes processadas, que estão associadas a maior risco de câncer.



**Hidratação:** aumentar a ingestão de água pode diluir substâncias cancerígenas presentes na urina, reduzindo potencialmente o risco.



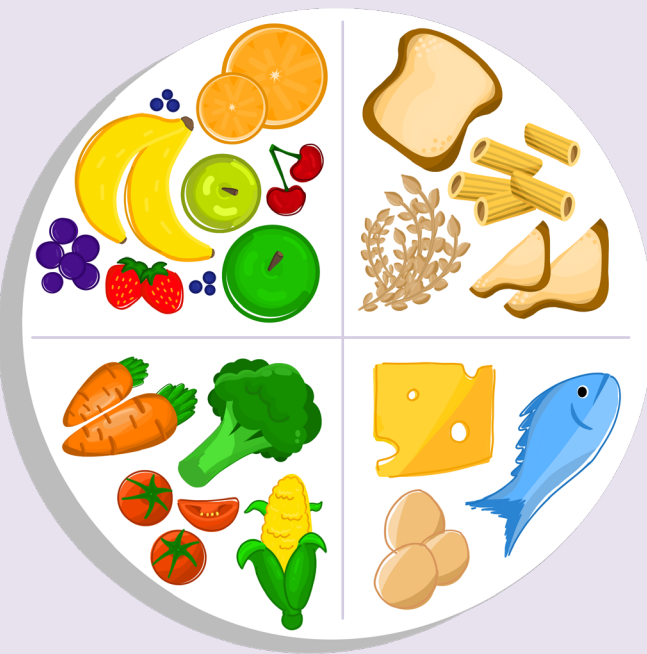
**Segurança no trabalho:** defenda auditorias regulares de saúde e segurança no seu local de trabalho. Certifique-se de que todas as normas de segurança estão atualizadas e são rigorosamente seguidas.



**Exames médicos:** consultas regulares, especialmente quando há sintomas ou outras preocupações de saúde, podem ajudar a identificar o câncer de bexiga precocemente, o que é crucial para um tratamento bem sucedido.

## Você sabia?

Alguns estudos sugerem que uma dieta rica em frutas e vegetais pode reduzir o risco de câncer de bexiga, enquanto uma dieta rica em carne vermelha e frituras pode aumentá-lo.



Compreender e abordar os fatores de risco para o câncer de bexiga são passos essenciais para prevenir esta doença ou melhorar o prognóstico. Ao reconhecer estes fatores, você pode tomar medidas ativas para proteger a sua saúde.

**Mantenha-se informado, vigilante e no controle da sua saúde para reduzir o seu risco e garantir uma intervenção precoce para melhores resultados.**