

### **Estresse e estratégias de enfrentamento de homens em tratamento para o câncer de próstata**

### **Stress and coping strategies of men undergoing treatment for prostate cancer**

### **Estrés y estrategias de afrontamiento de los hombres sometidos a tratamiento para el cáncer de próstata**

 Evelyn Mendes Mendonça<sup>1</sup>

 Claudia Bomfim Dorneles<sup>1</sup>

 Rodrigo Marques da Silva<sup>1</sup>

1. Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires Sena Aires. Valparaíso de Goiás-GO, Brasil

#### **RESUMO**

**Objetivo:** analisar o estresse e estratégias de enfrentamento de homens em tratamento para o câncer de próstata segundo a literatura científica. **Método:** Trata-se de uma revisão bibliográfica realizada no período de setembro a novembro de 2022 na biblioteca eletrônica Scientific Electronic Library e nas bases de dados Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências Sociais e da Saúde. Para a busca, foram utilizadas as palavras-chave: Estresse Psicológico; Estratégias de Enfrentamento; Saúde do homem; e Câncer de Próstata. **Resultados:** Mudanças no estilo de vida, diagnóstico precoce, tratamentos eficazes e cirurgias menos invasivas e mutiladoras podem transformar o câncer em uma patologia possível de ser prevenida e permitir um melhor controle da doença. **Conclusão:** encontram-se diversas dificuldades para a sua prevenção, associadas a fatores como: falta de informação à população; crenças sobre o câncer e seu prognóstico; preconceito contra o exame preventivo e a carência de rotinas nos serviços para a prevenção do câncer de próstata, dentre outros.

**Descritores:** Estresse Psicológico; Estratégias de Enfrentamento; Saúde do homem; Câncer de Próstata.

#### **ABSTRACT**

**Objective:** to analyze stress and coping strategies of men undergoing treatment for prostate cancer according to scientific literature. **Method:** This is a bibliographic review conducted from September to November 2022 in the Electronic Library Scientific Electronic Library and in the Databases Latin American and Caribbean Literature on Social sciences and Health. For the search, the following keywords were used: Psychological Stress; Coping Strategies; Men's health; and Prostate Cancer. **Results:** Lifestyle changes, early diagnosis, effective treatments and less invasive and mutilating surgeries can transform cancer into a possible pathology to be prevented and allow better control of the disease. **Conclusion:** there are several difficulties for its prevention, associated with factors such as: lack of information to the population; beliefs about cancer and its prognosis; prejudice against preventive examination and the lack of routines in the services for the prevention of prostate cancer, among others.

**Descriptors:** Psychological Stress; Coping Strategies; Men's health; Prostate cancer.

#### **RESUMEN**

**Objetivo:** analizar el estrés y las estrategias de afrontamiento de hombres sometidos a tratamiento para el cáncer de próstata según la literatura científica. **Método:** Se trata de una revisión bibliográfica realizada de septiembre a noviembre de 2022 en la Biblioteca Electrónica Científica y en las Bases de Datos Literatura Latinoamericana y del Caribe sobre Ciencias Sociales y de la Salud. Para la búsqueda se utilizaron las siguientes palabras clave: Estrés Psicológico; Estrategias; Salud del hombre; y Cáncer de próstata. **Resultados:** Los cambios en el estilo de vida, el diagnóstico precoz, los tratamientos eficaces y las cirugías menos invasivas y mutilantes pueden transformar el cáncer en una posible patología a prevenir y permitir un mejor control de la enfermedad. **Conclusión:** existen varias dificultades para su prevención, asociadas a factores como: falta de información a la población; creencias sobre el cáncer y su pronóstico; prejuicios contra el examen preventivo y la falta de rutinas en los servicios para la prevención del cáncer de próstata, entre otros.

**Descritores:** Estrés Psicológico; Estrategias; Salud del hombre; Cáncer de próstata.

## Introdução

O diagnóstico de câncer pode ser uma crise para o indivíduo e para a sua família, pois nele estão envolvidos preconceitos, perdas, valores pessoais e sociais. Papéis pré-determinados e imposições sociais determinam como homens e mulheres devem se comportar diante da dor física e psíquica, bem como da doença. Sabe-se que as escolhas das estratégias de enfrentamento têm relação direta com a adaptação psicossocial.<sup>1</sup>

O câncer é uma doença carregada de preconceitos, na qual o indivíduo sente-se inadequado, muitas vezes, afastando-se ou sendo afastado de seu grupo e enfrentando a solidão. O diagnóstico de câncer ainda é visto como sentença de morte e está vinculado à dor, sofrimento e mutilações físicas e psíquicas.<sup>2</sup>

Nesse contexto, destaca-se o estresse apresentado pelo homem quando recebe o diagnóstico de câncer de próstata. Esta doença, além de já vir carregada de estigmas, pelo fato de envolver a sexualidade masculina, conta ainda com a possibilidade de tratamentos difíceis e dolorosos que, muitas vezes, também causam alterações físicas.<sup>3</sup>

Por tudo isso, há destaca-se a importância dos exames preventivos e da detecção precoce do câncer de próstata, como forma de possibilitar maiores chances de cura. O câncer é uma doença que traz muito questionamento e dúvidas, seja em qualquer área do corpo que se apresente o câncer e que for detectado, estando presente na vida do ser humano em variadas formas, e hoje em dia alcançando um grande público, levando o ser humano a um estresse alto, fato inevitável a parte humana até mesmo por expressar suas emoções diante do problema de ter que conviver e tratar do câncer.<sup>4</sup>

A longo prazo, ocorrências significativas de histórico de estresse ligado à família, ao trabalho e à saúde podem gerar modificações psiconeurofisiológicas com alterações no sistema imunológico, possibilitando o aparecimento de várias doenças graves.<sup>5</sup>

A cada ação que compõe o processo contínuo em combater o câncer, e de trabalhar em cima de ações sugestiva para a saúde do público-alvo, destaca dentro da saúde os vários instrumentos empregados a programas voltados a atender os problemas vindos com a doença que acompanha todas as etapas do controle ao câncer pontos que afetam a saúde dos homens uma doença que ganha destaque comprometendo várias funções sobre a saúde mental e do corpo.<sup>6</sup>

Pesquisas mostram que a psicoterapia de apoio é um tratamento eficaz para o paciente recuperar a autoestima e amenizar o sofrimento. Relatos de pacientes sobre sintomas somáticos são mais associados, principalmente, às suas preocupações emocionais e sociais mais do que ao seu estado geral de saúde.<sup>2</sup>

Nesse sentido, o objetivo dessa pesquisa foi analisar o estresse e estratégias de enfrentamento de homens em tratamento para o câncer de próstata segundo a literatura científica.

## **Método**

O presente estudo trata-se de revisão bibliográfica da literatura, cujos dados foram coletados no período de setembro a novembro de 2022 na biblioteca eletrônica Scientific Electronic Library Online (SciELO) e nas bases de dados Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências Sociais e da Saúde (LILACS). Para a busca, foram utilizadas as palavras-chave: Estresse Psicológico; Estratégias de Enfrentamento; Saúde do homem; Câncer de Próstata.

Foram incluídos artigos publicados, em língua portuguesa (Brasil) disponíveis online e na íntegra, bem como dissertações, livros, capítulos de livros, resenhas e teses. Foram excluídos aqueles anteriormente encontrados na mesma base de dados e aqueles sem relevância com o tema. Além disso, foram consultados livros, textos disponíveis nas bibliotecas de instituições públicas e privado

Inicialmente, realizou-se uma leitura exploratória dos títulos e resumos para reconhecimento dos artigos que atendiam os critérios de elegibilidade. Em seguida, foi realizada a leitura na íntegra dos artigos previamente selecionados, sendo esses submetidos novamente aos critérios de inclusão e exclusão. Por fim, extraíram-se, dos materiais selecionados, título, objetivo, resultados e conclusão a fim de obter os dados referentes ao objeto desta revisão.

## **Resultados e Discussão**

Os resultados obtidos no presente artigo, estão submetidos a várias observações sobre os mais diversos aspectos de pesquisas e soluções agregadas da qualidade de vida, o estresse e enfrentamento para o paciente com câncer de próstata, devido a ser um assunto muito importante e amplo de maneira crescente através da população e da realidade de vida, expandida através do meio social, aplicadas do acompanhamento e evolução dada a vida do indivíduo.

Com o acompanhamento e avanço da tecnologia nos dias de hoje, as intervenções de combate ao câncer ao controle do tumor, passa por melhorias e grandes alterações, oferecendo ao paciente meios de evitar mais sofrimento levando até à fase final que é a morte. Em observação ao gráfico abaixo e notório a importância de um acompanhamento de um profissional da saúde em acompanhar e orientar a prática de todos os recursos, que venha oferecer melhorias a prevenção do câncer de próstata.<sup>7</sup>

Nesse sentido, a prevenção se volta para uma ação orientada para que o sujeito não adoça e possa desfrutar de melhor qualidade de vida; para tal, é necessário envolvê-lo com informações relevantes para que se insira ativamente e possa incorporar hábitos preventivos.<sup>8</sup>

### **A prevenção, o tratamento precoce do câncer da próstata**

No entanto, um acompanhamento em longo prazo poderia causar modificação dos hábitos de vida e da cultura em relação à saúde, pois, de acordo com Santos, Lima, mudar o estilo de vida é uma tarefa difícil

e quase sempre acompanhada de muita resistência. A educação em saúde é um instrumento de transformação social, uma excelente alternativa para conduzir as pessoas às mudanças de hábitos e à aceitação de novos valores. Os resultados mostraram que houve mudanças significativas quanto ao nível de conhecimento sobre HAS, DM, CA de próstata e AVE.<sup>9</sup>

Ressalta a importância dos exames preventivos em detectar e tratar o câncer da próstata, uma ação preventiva e educativa no público masculino ao chegar à idade de realizar o exame de rotina aos cuidados com a saúde. O diagnóstico acontece através do exame de toque retal, e ainda se necessário e recomendado uma ultrassonografia pélvica.<sup>9</sup>

Mesmo trazendo vários problemas a saúde do homem, ainda sim encontra-se uma grande maioria sem procurar a ajuda de um profissional da saúde em realizar o exame, por motivos de resistência e pré-conceito vergonhoso devido a forma que se realiza o exame que é o toque retal.<sup>9</sup>

Na raiz desses preconceitos, dentre outros aspectos, se destacaria uma ignorância em pensar que o toque retal provocaria dor. Independentemente ao fato de haver ou não dor nesse tipo de exame, as considerações sobre o medo infundado da dor parecem ignorar a dimensão subjetiva do problema, reduzindo-o apenas a sua dimensão física.<sup>6</sup>

### **Câncer da próstata: a melhor prevenção e o diagnóstico.**

O câncer da próstata é o segundo maior tumor agente no meio masculino, depois do câncer de pele. De acordo com dados do Instituto Nacional de Câncer (INCA), são previstos 68.220 novos casos da doença no país para cada ano do biênio 2018-2019.<sup>10</sup>

Como apoio e orientação e promovido o novembro azul, um incentivo sobre a saúde do homem trabalhada no mês inteiro, um alerta importante para o diagnóstico precoce do câncer de próstata. Além disso a prevenção também é uma ação ativa do homem em adaptar-se a rotinas que promova a qualidade de vida e bem-estar, cuidando da alimentação diminuindo a ingestão carne vermelha, a praticar exercícios físicos evitando a obesidade.<sup>6</sup>

### **O tratamento do câncer da próstata**

No entanto, o melhor tratamento é a prevenção. Diante da sua grande eficiência para promover a saúde, prevenir doenças e diminuir repercussões econômicas, os programas de educação em saúde podem ser utilizados como estratégia para a redução do absenteísmo e a mudança no estilo de vida dos indivíduos do sexo masculino, que apresentam baixa adesão e estão pouco inseridos em políticas públicas de saúde. Além disso, o local de trabalho tem se mostrado um ambiente propício para o desenvolvimento de programas de educação em saúde, pois, por estarem ativos profissionalmente, os homens acabam dispondo de pouco tempo para praticar atividade física e lazer, manter uma alimentação saudável e ir periodicamente ao médico.<sup>9</sup>

Após o diagnóstico, o tratamento segue com radioterapia ou a prostatectomia radical, que consiste na remoção de toda a próstata, removendo todo o tumor, tendo o acompanhamento do médico, e seguindo todas as orientações necessárias provenientes do combate ao câncer, quando chega neste estágio mais grave a cirurgia, por isso se torna tão necessário a prevenção, o diagnóstico precoce estratégias recomendadas para o tratamento ao câncer da próstata.<sup>9-10</sup>

## **Conclusão**

Vale ressaltar a importância de ações provenientes de conscientização e combate ao câncer da próstata, como o Novembro azul, um ato de valorização e melhoria que os governantes e os profissionais da saúde promovem sobre a vida do homem, um laço afetivo entre o paciente, o médico, e a família que se torna indispensável ao apoio e tratamento, visto que com o diagnóstico a sua grande maioria se submete aos agravos da doença por uma queda na autoestima, e a chagada de todo estresse causado até mesmo pelo tratamento.

Conclui-se que o profissional da saúde altera a rotina e as questões de manter a qualidade de vida sobre a população masculina, com o emprego de seu trabalho e orientações de prevenção, no caso e uma reeducação de hábitos positivos a qualidade de vida e da saúde e tudo isso fez com que a recriação e inovação de soluções em amenizar a busca ativa em realizar a prevenção, e posteriormente se necessário o tratamento do câncer da próstata, ajudando as pessoas mais vulneráveis, que aos poucos as ações vêm ganhando espaço e ensinadas que com esforço e possível prevenir e cuidar do impacto que a doença traz a rotina de vida do indivíduo, não somente sobre os homens, mais para com os cuidados do mundo inteiro.

## **Agradecimento**

Essa pesquisa não recebeu financiamento para sua realização.

## **Referências**

1. Andrade LHS e Gorenstein C. Aspectos gerais das escalas de avaliação de ansiedade. *Revista Psiquiatria Clínica*. 2002; 25 (6):285-90.
2. Kovács MJ. Avaliação de qualidade de vida em pacientes oncológicos em estado avançado da doença. In: *Psico-oncologia no Brasil – Resgatando o viver*, org: M. M. J. Carvalho, cap. 3, pp.159-85. Ed. Summus, São Paulo; 1998.
3. Gonzalez H. *Enfermagem em oncologia*. Série Apontamentos Saúde, Senac, São Paulo, 1994.
4. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. *Detecção precoce do câncer / Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva*. – Rio de Janeiro: INCA; 2021.

5. Tavares JSC. O processo de enfrentamento do câncer em famílias de mulheres com câncer de mama. Dissertação de Mestrado apresentado à Universidade Federal da Bahia; 2002.
6. Gomes R, Nascimento EF, Rebello LEFS, Araújo FC. As arranhaduras da masculinidade: uma discussão sobre o toque retal como medida de prevenção do câncer prostático. Ciênc Saúde Colet. 2008;13(6):1975-84.
7. Instituto Nacional de Câncer. Rastreamento para o Câncer da Próstata: Diretrizes. 2009. Disponível em: [http://www1.inca.gov.br/inca/Arquivos/publicacoes/diretriz\\_rastreamento\\_prostata.pdf](http://www1.inca.gov.br/inca/Arquivos/publicacoes/diretriz_rastreamento_prostata.pdf) . Acesso em: 10 de setembro de 2009.
8. Czeresnia D. Ações de promoção à saúde e prevenção de doenças: o papel da ANS. [texto na Internet]. 2003. Disponível em: <http://www.ans.gov.br/> . Acesso em: 25 de agosto de 2009.
9. Leite DF; ET al. A influência de um programa de educação na saúde do homem. O Mundo da Saúde. 2010; 34(1): 50-6.
10. Ministério da Saúde. Instituto Nacional do Câncer. Câncer de próstata: consenso. Rio de Janeiro; 2002.

---

**Autor de Correspondência:**

Evelyn Mendes Mendonça  
Rua Acre, Quadra 02. Lotes 17/18. CEP: 72876-241- Setor  
de Chácra Anhanguera. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.  
[evelynmendes358@gmail.com](mailto:evelynmendes358@gmail.com)

**Recebido: 22/10/2022**  
**Aceito: 25/12/2022**