

Nome _____

Turma _____

N.º _____

2minutos.pt/episodios/22

Testículos como o aço?

Vê o episódio e lê atentamente o texto que se segue.

Quando se fala de prevenção de cancro, nem sempre se dá muita atenção ao cancro do testículo – o mais comum nos homens jovens. Como conhecer os sinais de alerta e evitar riscos?

Tal como acontece com os restantes órgãos do nosso corpo, é possível desenvolver cancro nos testículos. Aliás, o cancro do testículo é o cancro mais comum nos homens com idades entre os 15 e 34 anos, e cerca de metade dos casos deste cancro ocorre em homens com menos de 35 anos. Estes dados devem colocar todos os homens em alerta para a saúde dos seus testículos, mas sem dramatismos – o cancro do testículo continua a ser um cancro pouco incidente e com uma mortalidade muito baixa.



A palpação deve ser feita segurando o testículo e deslizando os dedos cuidadosamente.

Para não correr riscos, é importante que todos os homens conheçam bem a forma e tamanho dos seus testículos. Só assim poderão detetar alterações fora do normal. O procedimento não é complicado, basta inspecionar os testículos 1 vez por mês. A melhor altura para o fazer é após o banho, quando a pele está mais relaxada e se torna mais fácil sentir alterações nos testículos. Começa-se por segurar o testículo e deslizar os dedos cuidadosamente, dando particular atenção ao aparecimento de protuberâncias ou inchaços, ou outras alterações da forma ou consistência. Depois, repete-se o procedimento no outro testículo.

Quando se detetam alterações suspeitas, o que é raro, deve procurar-se um médico, que poderá fazer exames de diagnóstico para a eventual deteção de um cancro numa fase inicial, um cenário ainda menos provável.

A verificação periódica dos testículos deve iniciar-se na puberdade, e é especialmente aconselhável para homens com testículo não descendente ou com história pessoal ou familiar deste tipo de cancro.

Questões*

1. O cancro do testículo é o cancro mais comum nos homens com idades entre...

- 0 e 14 anos. 15 e 34 anos.
 35 e 49 anos. 50 e 64 anos.

2. A palpação testicular deve ser realizada...

- diariamente. semanalmente.
 mensalmente. anualmente.

3. Durante a palpação do testículo é importante estar atento a sinais de alerta como...

- aparecimento de inchaços. alterações da forma.
 aparecimento de protuberâncias. todas as opções anteriores.

4. É importante realizar o palpação testicular porque...

- é simples de realizar. é o único exame disponível para detetar o cancro testicular.
 permite conhecer a forma e tamanho normal dos testículos, facilitando a deteção atempada de alterações. é o exame mais eficaz na deteção de cancro testicular.

5. Caso detete algo na palpação deve...

- ir à urgência do hospital. ignorar, o mais provável é que não seja nada de grave.
 falar com o seu médico de família. marcar um exame médico num centro de diagnóstico.

6. Explica por que razão é importante fazer a palpação testicular regularmente, mesmo em idade jovens.
