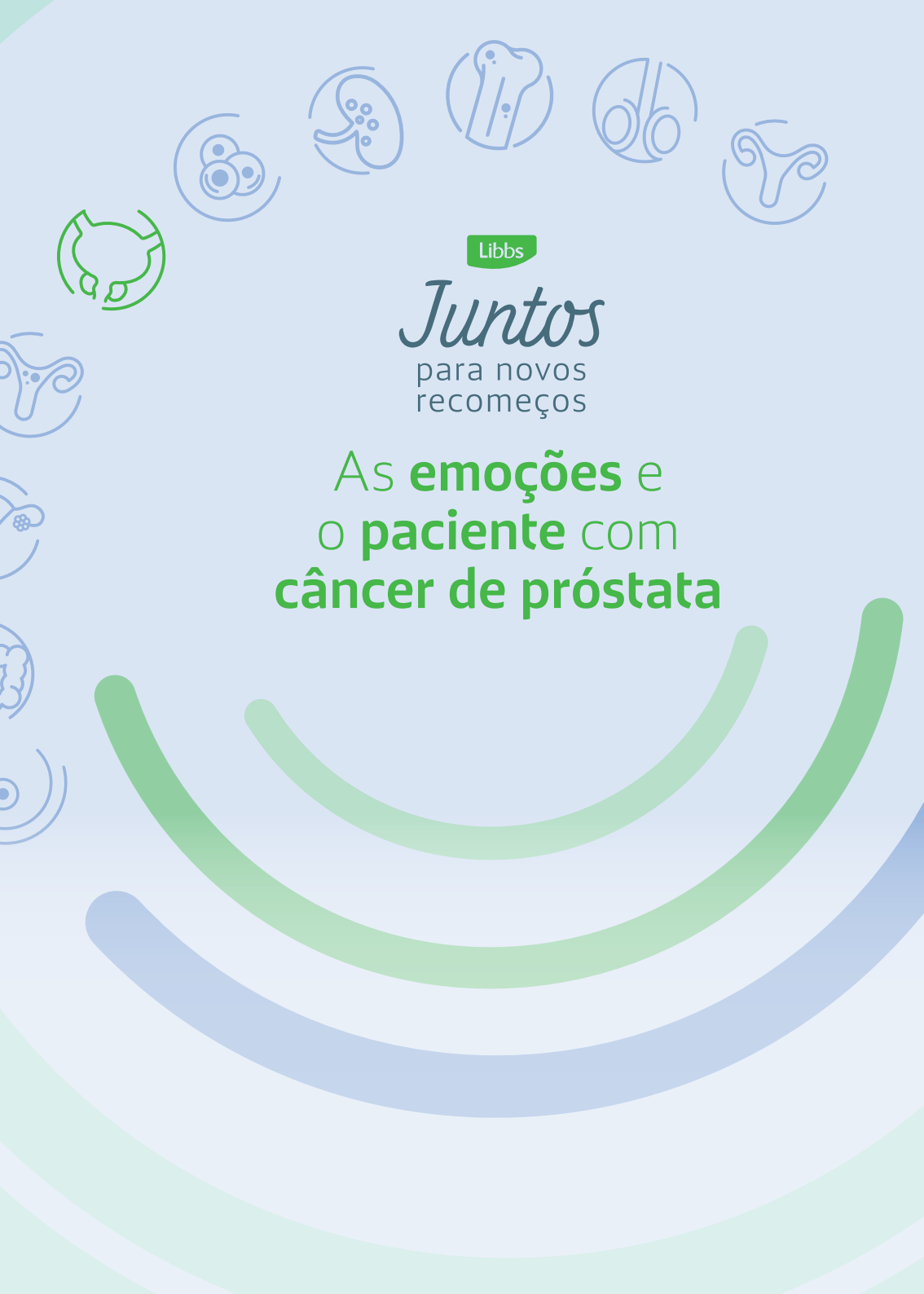




Libbs

Juntos

para novos
recomeços

As **emoções** e
o **paciente** com
câncer de próstata



As emoções e o paciente com câncer de próstata

Caio Henrique Vianna Baptista | CRP: 06/116554



Psicólogo e Psico-Oncologista.

Mestre em Ciências pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP); Especialista em Psicologia Hospitalar pelo Instituto Central (IC) do Hospital das Clínicas (HC) da FMUSP; Certificado em Psico-Oncologia pela Sociedade Brasileira de Psico-Oncologia (SBPO); Coordenador do Comitê de Atenção à Família da SBPO; Coordenador do Núcleo Estadual de São Paulo da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar (SBPH).

Quando o diagnóstico chega

As emoções fazem parte da nossa vida e ajudam a dar sentido ao que vivemos. Têm a função de imprimir significado ao que expressamos e nos ajudam a lidar com a vida em sociedade. Contudo, quando enfrentamos situações mais difíceis, essas emoções podem assumir características atípicas, fazendo com que sentimentos como tristeza, medo, culpa, raiva, entre outros, se tornem predominantes.

O “processo de adoecimento” é um termo muito utilizado na psicologia da saúde e nas ciências do comportamento, pois se refere à maneira como lidamos com a vinda de uma doença para nossa vida. Esse processo se inicia quando sentimos que nosso corpo não está se comportando da maneira habitual (saudável), o que causa um estranhamento inicial e nos leva a buscar ajuda médica.



É muito comum pensarmos em nossa vida como uma série de bons planos, como trabalhar para ganhar algum dinheiro, viajar para uma praia bonita, marcar um jantar romântico com a pessoa amada, ter filhos e netos, entre tantas outras situações e sonhos. No entanto, quando adoecemos, percebemos que esses planos podem não se concretizar ou precisamos interrompê-los em alguma medida. Ninguém coloca em sua linha de vida a possibilidade de viver um câncer, afinal o adoecimento não pode ser planejado e não tem dia ou hora marcada para chegar.

Diante disso, podemos dizer que a pessoa passa a viver a experiência do adoecimento ao procurar ajuda médica. A busca por informações após o surgimento de sintomas pode estar associada a insegurança, confusão e ansiedade em alguns pacientes.¹

Porém, quando esses sintomas persistem mesmo com medicações ou recomendações médicas, as preocupações aumentam, e o paciente começa a conviver com a intensificação de suas emoções, até que o resultado de um exame traz um diagnóstico difícil de lidar: câncer!^{2,3}

É nesse momento que o impacto do diagnóstico começa a ser sentido pelo paciente. Esse impacto normalmente está relacionado à descoberta do diagnóstico em si e traz uma verdadeira avalanche de emoções. Após a confirmação diagnóstica, alguns pacientes podem apresentar aumento de ansiedade, insegurança e sintomas depressivos.^{3,4}

Aqui vale lembrar também que muitos pacientes podem vivenciar apenas o impacto do diagnóstico, pois algumas descobertas podem não ter ocorrido em conjunto com sintomas específicos.^{3,4}

O impacto do diagnóstico de câncer pode se manifestar de maneiras distintas em cada paciente. Reações como choque, choro, inquietação, isolamento, raiva e irritabilidade são comuns nesse momento, afinal, receber o diagnóstico de uma doença não costuma ser fácil para a maioria das pessoas.⁴ Esse cenário tende a adiar planos de vida, pressupõe uma mudança de rotina e irá requerer tratamentos que, por vezes, são invasivos e difíceis.^{2,4}

O tratamento e seus impactos no dia a dia

Ainda pensando na saúde mental, o paciente com câncer de próstata pode apresentar algumas particularidades. Nesse contexto, a localização do tumor, os tratamentos propostos (como cirurgia, radioterapia, tratamento medicamentoso e outras abordagens indicadas pela equipe de saúde) e a forma como o paciente vivencia o tratamento e sua rede de apoio podem influenciar o enfrentamento ao longo do processo.^{2,5,6}

No que diz respeito ao enfrentamento, ainda é possível observar, mesmo na atualidade, muitos tabus em relação à masculinidade e ao câncer de próstata. Esses tabus não se manifestam apenas no momento dos exames de rastreamento, mas se prolongam durante todo o tratamento, podendo deixar marcas emocionais mesmo após o seu término.^{2,4,7}

Ainda temos a ideia de que a virilidade está muito atrelada à imagem do homem, como se esse aspecto ditasse as regras sobre como um homem pode ser e se comportar.^{3,8} Nesse contexto, preocupações relacionadas à disfunção erétil e à sexualidade podem assumir um papel importante na experiência do paciente.^{2,4,7}

Sexualidade, autoestima e intimidade

Embora muitos tratamentos possam afetar a vida sexual, pouco se fala sobre os demais efeitos emocionais que eles podem causar.⁴ Medo da morte, de depender de familiares e cuidadores, receio de não poder realizar atividades, preocupações com a imagem corporal (como perda de cabelos, barba, pelos, emagrecimento ou inchaço), perdas financeiras e de status social são questões que podem afetar profundamente as emoções do paciente e seu enfrentamento durante o tratamento oncológico.^{2,4,8}



No que diz respeito à sexualidade, muitos pacientes podem se sentir emocionalmente instáveis por questões como disfunção erétil, incontinência urinária ou necessidade de ajuda de parceiro(a) na hora de receber cuidados.^{2,9} Nesse sentido, é importante pensar que a sexualidade é um conjunto de fatores que podem envolver desde o ato sexual em si até a identidade do paciente. Quando comprometida por uma doença, a sexualidade pode suscitar inseguranças e reações emocionais atreladas à depressão e à ansiedade.^{2,4,9}

Como conversar com o(a) parceiro(a) e com a família

Falar sobre o que está acontecendo nem sempre é fácil, mas a comunicação com o(a) parceiro(a) e com a família pode



ajudar o paciente a enfrentar o tratamento com mais acolhimento e compreensão.^{5,10,11}

Os cônjuges, por exemplo, também podem ser impactados pelo diagnóstico, bem como pela vida conjugal e pela sexualidade, o que pode demandar cuidados especializados.^{10,11}

Diante desses fatos, é importante destacar que as pessoas próximas ao paciente também podem apresentar dificuldades emocionais e experimentar sofrimentos significativos, pois ter um ente querido passando por processos dolorosos tende a impactar a dinâmica familiar e social, promover mudanças de papéis no âmbito familiar e gerar uma série de ônus relevantes na vida pessoal daqueles que acompanham o paciente, mostrando-se como sua principal rede de suporte e apoio.^{10,11}

A importância da rede de apoio

Quando se fala em “rede de apoio” do paciente, automaticamente pensamos na família. Sabe-se que, na maioria dos casos, a família funciona como uma rede de apoio para pacientes em tratamento. No entanto, a rede de apoio pode ir além da família e ser constituída por amigos, comunidade, outros pacientes ou cuidadores formais (aqueles que recebem uma remuneração para auxiliar o paciente em seus cuidados diários).^{5,12}

Um dos fatores que pode tornar a rede de apoio mais segura e acolhedora para o paciente é o vínculo emocional que ele

mantém com ela.¹² Não é incomum encontrarmos pacientes acompanhados de amigos, colegas de trabalho e até mesmo da ex-companheira ou do ex-companheiro durante o tratamento. Os vínculos emocionais e afetivos costumam se efetivar nos momentos mais desafiadores da vida de uma pessoa, e no momento do tratamento esse fato pode se mostrar, mais uma vez, consumado.¹²

A rede de apoio do paciente pode ter muitas funções, entre elas a de promover cuidados com a saúde global do paciente, inclusive os de ordem emocional. No entanto, essa rede também pode apresentar reações emocionais intensas diante do adoecimento.¹⁰⁻¹²

Nesse sentido, vale destacar que familiares, amigos e entes queridos do paciente também podem sofrer emocionalmente e, por vezes, necessitar de cuidados psicológicos para se tornarem fonte de apoio ao paciente.^{10,11}

Os familiares e pessoas próximas do paciente podem apresentar sintomas de ansiedade e depressão diante da sensação de impotência ao verem o paciente atravessar o processo de adoecimento e tratamento.¹⁰

Outra fonte importante de apoio para o paciente e sua família pode ser a própria equipe de saúde ou organizações sociais que auxiliem o paciente nessa jornada. Essa rede, por sua vez, tem uma função importante no que diz respeito à compreensão mais ampla do significado do termo “rede de apoio”. A equipe de saúde, por exemplo, pode ser uma grande fonte de informação e acolhimento.^{5,6} Uma equipe acolhedora e preparada é aquela que se mostra disponível para fornecer informações adequadas, se comunica de forma clara e assertiva sobre as etapas do tratamento e pro-

move um ambiente de acolhimento e proteção ao paciente, à família, aos cuidadores e aos entes queridos que o acompanham, constituindo-se assim como parte fundamental da rede de apoio.^{5,6}

O que pode ajudar a lidar com as emoções

Nesse contexto, é útil apresentar algumas estratégias para auxiliar o paciente a lidar com as emoções frente ao diagnóstico, durante o tratamento e diante de situações potencialmente estressantes:

- **A busca por informações de qualidade:** é muito comum que pacientes e familiares utilizem a internet para buscar informações. No entanto, isso pode ser potencialmente estressante e piorar o impacto de possíveis notícias difíceis.¹ Por esse motivo, é importante que a busca por informações seja feita em conjunto com a equipe médica que acompanha o paciente. O câncer se manifesta de diferentes maneiras em cada pessoa, e as reações aos tratamentos, são individuais e variam de acordo com cada etapa. Mesmo as buscas na internet devem levar em conta a orientação do profissional responsável pelo paciente.^{2,5,6}
- **Validação das emoções:** um dos pontos mais importantes para lidar com as emoções é reconhecê-las e validá-las. Há momentos em que o paciente pode se sentir mais triste, irritado ou estressado. Reconhecer e acolher essas emoções é parte importante do processo de adaptação ao tratamento. Por mais que pareça contraditório, pacientes que conseguem expressar o que sentem tendem a superar momentos difíceis com mais facilidade.^{4,13,14}

- **A saúde do corpo pode afetar as emoções:** pacientes que praticam exercícios físicos e de respiração tendem a regular melhor suas emoções. Exercícios físicos e técnicas de respiração podem ajudar no manejo da ansiedade e de sintomas emocionais durante o tratamento.¹⁵⁻¹⁷
- **Espiritualidade e religiosidade:** a espiritualidade é a forma como uma pessoa acessa o que é sagrado para ela. Cada pessoa tem sua própria forma de expressá-la, que por vezes se manifesta por meio de uma religião específica. Estudos indicam que a espiritualidade e a prática religiosa podem funcionar como bons recursos de enfrentamento, auxiliando o paciente a lidar de maneira mais positiva com toda a sua jornada de tratamento.¹⁸⁻²⁰
- **Acionamento da rede de apoio:** a busca por pessoas, instituições e cuidadores adequados faz toda a diferença. Quando o paciente pode contar com uma boa rede de apoio, ela pode se constituir como uma fonte importante de recursos emocionais para o enfrentamento.^{5,6,12} Apesar de não constituir um atendimento psicológico (“amigo não é psicólogo”), os efeitos de boas relações afetivas podem trazer conforto emocional, segurança e motivação ao paciente em tratamento.¹⁰⁻¹²
- **Busca por profissionais de saúde mental especializados:** sempre que possível, o cuidado em saúde mental deve ser acompanhado por profissionais com experiência em psico-oncologia. A psico-oncologia é uma área do conhecimento que integra saberes da oncologia e da psicologia para propiciar um tratamento adequado a pacientes, familiares e à equipe de saúde. É de suma importância procurar psicólogos e psiquiatras especializados a fim de que o paciente

encontre recursos emocionais adequados para lidar com o impacto do diagnóstico, com as reações psicológicas ocasionadas pelo tratamento e com aquelas que podem surgir nos desfechos clínicos.^{13,14,21}

Quando buscar ajuda psicológica

Vale lembrar que centros de oncologia, hospitais, clínicas e ONGs podem contar com esses profissionais para realizar o diagnóstico e o devido acompanhamento. No entanto, pode ser necessário que o paciente manifeste ao seu médico e à equipe de cuidados o desejo de ter tais avaliações, para que o profissional especialista seja devidamente acionado.

Se essas reações persistirem por muito tempo ou inviabilizem a adesão ao tratamento, é de extrema importância buscar suporte especializado em saúde mental (psicólogos e, em alguns casos, psiquiatras especializados em oncologia).^{13,14,21}

Quanto às demais demandas emocionais, o paciente com câncer de próstata pode apresentar sintomas que exigem atenção da equipe de saúde, da família e do próprio paciente.^{21,22}

A depressão e a ansiedade podem estar presentes nesse contexto e precisam ser devidamente tratadas por profissionais especializados, como psicólogos e psiquiatras com especialização em psico-oncologia, bem como pela articulação da equipe com a família.^{3,22}

Quando a tristeza é recorrente e o paciente não apresenta melhoras, demonstrando apatia e dificuldade em encontrar satisfação ou reconhecer situa-



ções potencialmente positivas, é possível que alguns sintomas depressivos estejam presentes. Já quando observamos inquietação, agitação, preocupação excessiva com o futuro, medos intensificados, estresse, entre outros sintomas, podemos pensar em sintomas de ansiedade. Contudo, para que o diagnóstico adequado seja realizado, é necessário o cuidado de psicólogos e psiquiatras especializados.^{3,21,22}

Referências bibliográficas

1. Ross L, Preston MA, Lee TC, et al. Exploring Information Seeking Anxiety Among Localized Prostate Cancer Patients. *Am J Mens Health*. 2024;18(2):35579883241240339.
2. Mallmann LJ, Roza SA, Freitas JL. O impacto do câncer de próstata na vida dos pacientes: uma revisão de escopo. *Psicologia: Teoria e Prática*. 2025;27(3):ePTPSP1781.
3. Watts S, Leydon G, Birch B, et al. Depression and anxiety in prostate cancer: a systematic review and meta-analysis of prevalence rates. *BMJ Open*. 2014;4(3):e003901.
4. Bloch S, Love A, Macvean M, et al. Psychological adjustment of men with prostate cancer: a review of the literature. *Biopsychosoc Med*. 2007;1:2.
5. King AJL, Evans M, Moore THM, et al. Prostate cancer and supportive care: a systematic review and qualitative synthesis of men's experiences and unmet needs. *Eur J Cancer Care (Engl)*. 2015;24(5):618-34.
6. Prashar J, Schartau P, Murray E. Supportive care needs of men with prostate cancer: a systematic review update. *Eur J Cancer Care (Engl)*. 2022;31(2):e13541.
7. Michael C, Barnett F, Gray M. The experiences of prostate cancer survivors: Changes to physical function and its impact on quality of life. *International Journal of Therapy and Rehabilitation*. 2016;23(7):323-31.
8. Chowdhury E, Horrocks T, McAteer G, et al. Examining the impact of androgen deprivation therapy, masculine self-esteem, and psychological flexibility on distress and quality of life in men with prostate cancer. *Psychooncology*. 2024; 33(1):e6277.
9. Tozzi M, Jannello L, Silvaggi M, et al. Anxiety, depression, urinary continence, and sexuality in patients undergoing radical prostatectomy: preliminary findings. *Support Care Cancer*. 2024;32(5):294.
10. Lehto US, Aromaa A, Tammela TLJ. Experiences and psychological distress of spouses of prostate cancer patients at time of diagnosis and primary treatment. *Eur J Cancer Care (Engl)*. 2018;27(1).
11. Northouse LL, Mood DW, Schafenacker A, et al. Randomized clinical trial of a family intervention for prostate cancer patients and their spouses. *Cancer*. 2007;110(12):2809-18.
12. Nelson K, Bennett P, Rance J. The experiences of giving and receiving social support for men with localised prostate cancer and their partners. *Ecancermedicalscience*. 2019;13:989.
13. Vartolomei L, Shariat SF, Vartolomei MD. Psychotherapeutic Interventions Targeting Prostate Cancer Patients: A Systematic Review of the Literature. *Eur Urol Oncol*. 2018;1(4):283-91.
14. Chambers SK, Hyde MK, Smith DP, et al. New Challenges in Psycho-Oncology Research III: A systematic review of psychological interventions for prostate cancer survivors and their partners: clinical and research implications. *Psychooncology*. 2017;26(7):873-913.
15. Charalambous A, Giannakopoulou M, Bozas E, et al. A Randomized Controlled Trial for the Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation and Guided Imagery as Anxiety Reducing Interventions in Breast and Prostate Cancer Patients Undergoing Chemotherapy. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2015;2015:270876.
16. Midtgaard J, Rørth M, Stelter R, et al. The impact of a multidimensional exercise program on self-reported anxiety and depression in cancer patients undergoing chemotherapy: a phase II study. *Palliat Support Care*. 2005 Sep;3(3):197-208.
17. Rogers LQ, Courneya KS, Anton PM, et al. Effects of a multicomponent physical activity behavior change intervention on fatigue, anxiety, and depressive symptomatology in breast cancer survivors: randomized trial. *Psychooncology*. 2017;26(11):1901-6.
18. Krupski TL, Kwan L, Fink A, et al. Spirituality influences health related quality of life in men with prostate cancer. *Psychooncology*. 2006;15(2):121-31.
19. Walker SJ, Chen Y, Paik K, et al. The relationships between spiritual well-being, quality of life, and psychological factors before radiotherapy for prostate cancer. *J Relig Health*. 2017;56(5):1846-1855.
20. Neves NM, Queiroz LA, Cuck G, et al. Prostate cancer and spirituality: a systematic review. *J Relig Health*. 2024;63(2):1360-1372.
21. Druten EJ, Hoover WJ, Bardell J, et al. The clinical impact of depression and anxiety on complications after prostate cancer treatment: a retrospective cohort study. *J Urol Oncol*. 2025;23(1):14-19.
22. Xiang J, Dai LX, Tan L, et al. Psychosocial experiences of prostate cancer survivors after treatment: a systematic review of qualitative studies. *Front Public Health*. 2025;13:1625611.

Parágrafos não referenciados correspondem a uma opinião e/ou prática clínica do autor.

O conteúdo deste material é de responsabilidade exclusiva de seu autor e não reflete, necessariamente, o posicionamento da Libbs Farmacêutica, que apenas patrocina sua divulgação.

PARTNERS
PUBLISHERS

© 2026. Todos os direitos reservados. OS 26038.

Rua Jacinta Pereira de Lima, 251 | Cond. Harmonia 1 | Itui | SP | CEP 13308-712 | 55 11 97048-0904

partners@partnerspublishers.com.br | É proibida a reprodução total ou parcial sem a autorização por escrito dos editores.

Clínica &
Experiência

Código 511903 | Julho/2026.



libbs.com.br



0800-0135044
libbs@libbs.com.br