

Autoexame dos testículos: como fazer e o que observar

Por Cristiano Ricardo · Publicado em 15/04/2009

Passo a passo simples para realizar o autoexame testicular mensal e identificar alterações precocemente.

Versão online e eventuais atualizações:

<https://farmaceutico.cristianorichardo.com/post/autoexame-dos-testiculos-como-fazer-e-o-que-observar>

O câncer de testículo é mais frequente em homens jovens, entre 15 e 35 anos. A boa notícia é que, quando identificado no início, as taxas de cura superam 95%. O autoexame mensal é a melhor ferramenta de prevenção.

Quando e onde fazer?

O melhor momento é logo após um banho morno, quando a pele do escroto está relaxada e permite uma palpação mais precisa.

Passo a passo da palpação

Segure cada testículo entre o polegar e os dedos indicador e médio, rolando suavemente. Observe o tamanho, a consistência e a presença de nódulos endurecidos ou áreas dolorosas.

O que é normal e o que não é

É normal que um testículo seja ligeiramente maior ou mais baixo que o outro, bem como sentir o epidídimo na parte de trás. Ao notar qualquer caroço novo ou alteração rígida, procure uma avaliação clínica.

Conteúdo educativo Dr. Cristiano · Farmácia Clínica e Saúde Preventiva.