

Conheça os principais exames do check-up anual e comece o ano novo cuidando da saúde

*A avaliação possibilita a detecção de doenças em estágio inicial e a prevenção de fatores da hipertensão, problemas cardíacos e alguns tipos de câncer*

Ainda sem estar na rotina dos brasileiros, o check-up anual é uma das melhores formas de prevenção e identificação precoce de doenças, aumentando consideravelmente as chances de diagnóstico preciso, tratamento adequado e de cura. O check-up anual pode detectar doenças como diabetes, hipertensão, colesterol alto, triglicérides, doenças respiratórias, irregularidades cardíacas, infecções urinárias, anemias e cânceres.

O cardiologista da Rede de Hospitais São Camilo de São Paulo, Dr. Humberto Freitas, destaca que “a lista de exames do check-up possibilita a análise de fatores de risco para a saúde, além de trazer orientações quanto à necessidade de mudanças no estilo de vida da pessoa avaliada, sendo essa considerada a forma mais eficaz de prevenção de doenças, vale aproveitar o período de festas ou o início do ano novo para começar este hábito”.

Ele alerta ainda que a identificação de doenças graves e que se instalam de forma silenciosa, como o diabetes, a hipertensão, o colesterol alto e alguns tipos de câncer são realizadas durante o check-up anual. “Detectar essas doenças em estágio inicial ou investigar tendências podem evitar o surgimento delas. Também podemos corrigir hábitos e orientar rotinas que promovem qualidade de vida. É fundamental a adoção do check-up na agenda das pessoas uma vez ao ano”, explica.

### **Confira os exames típicos do Check-up anual**

Os exames realizados durante o check-up podem variar de acordo com a idade, histórico familiar e de doenças de cada pessoa. No entanto, alguns exames são comuns na lista do check-up:

- Hemograma;
- Aferição de pressão arterial, verificação de peso e cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC);
- Exame de urina e fezes;
- Colesterol total e frações;

Conheça os principais exames do check-up anual e comece o ano novo cuidando da saúde

- Glicemia de jejum;
- Ureia e creatinina;
- Ácido úrico;
- TGO e TGP (enzimas hepáticas);
- Eletrocardiograma;
- Ecocardiograma;
- Teste ergométrico;
- Teste de pressão arterial;
- Mamografia e Papanicolau (para mulheres);
- Colonoscopia (para homens e mulheres acima de 50 anos);
- PSA e Exame de próstata (para homens acima de 50 anos);
- Ultrassom de abdome total (para tabagistas e pessoas com histórico de aneurisma de aorta abdominal).

O médico também pode realizar exames físicos, de imagem ou específicos de acordo com o paciente e histórico. “O check-up médico anual é um processo contínuo e requer uma comunicação aberta com o médico, quaisquer preocupações ou problemas de saúde devem ser discutidos durante as consultas”, enfatiza o Dr. Humberto Freitas. Além disso, sempre é recomendado seguir um estilo de vida saudável, manter-se fisicamente ativo e alimentação equilibrada.

### **Sobre a Rede de Hospitais São Camilo**

Especializada na assistência em saúde baseada em valor, a Rede de Hospitais São Camilo de São Paulo conta com 5 unidades, que prestam atendimentos em mais de 60 especialidades, cirurgias de alta complexidade e transplantes de medula óssea. São 3 unidades de hospital geral, 1 especializada em oncologia e 1 em reabilitação e cuidados paliativos. A Rede conta também com um Núcleo de Pesquisa Clínica que é referência no país, sendo considerado Top Recruitment – o maior recrutador de pacientes com mais de 40 estudos patrocinados na área de Oncologia.

Os hospitais privados da Rede subsidiam as atividades de cerca de 40 unidades

Conheça os principais exames do check-up anual e comece o ano novo cuidando da saúde

administradas pela São Camilo e que atendem pacientes do SUS (Sistema Único de Saúde) em 15 Estados brasileiros. No Brasil, desde 1922, a Sociedade Beneficente São Camilo, que pertence à Ordem dos Ministros dos Enfermos, foi fundada por Camilo de Lellis e conta, ainda, com 25 centros de educação, dois colégios e dois centros universitários.