

Câncer: a importância do diagnóstico precoce e do estilo de vida

Especialista do INCA recomenda prevenção de doenças e hábitos de vida saudáveis

O câncer é uma doença que provoca grande receio na população brasileira. No entanto, as chances de cura chegam a 90% quando diagnosticada precocemente, conforme revelou a apresentação da coordenadora de ensino do INCA, Alessandra Siqueira, durante o 7º Encontro com a Prevenção, realizado na sede da Med-Rio Check-up, em Botafogo.

Durante a palestra, a especialista afirmou que a detecção precoce ajuda a evitar custos físicos, emocionais e financeiros.

— O câncer é a segunda maior causa de morte no mundo, e 60% dos diagnósticos são realizados em estágio já avançado da doença. Descobrir precocemente faz toda a diferença no tratamento e na cura. Devemos investir

na saúde, no check-up, e não na doença — disse.

Professora de gestão em saúde da Fundação Getúlio Vargas, Alessandra recomendou o estilo de vida saudável como o melhor caminho para evitar vários tipos de câncer. Segundo ela, o tabagismo e o excesso de álcool são fatores de risco para câncer de pulmão, bexiga, esôfago, mama e colorretal, entre outros.

A especialista também defendeu a prática de atividade física regular para melhorar a imunidade do paciente e reduzir as chances de obesidade, outro fator de risco.

— Segundo pesquisa realizada pela Med-Rio Check-up, 60% dos brasileiros são sedentários. Apenas 23% praticam atividade física diariamente. E temos uma quantidade enorme de praças, orlas marítimas

e lugares abertos ideais para fazer exercício físico! — comentou.

Alessandra recomendou que o consumo de alimentos ultraprocessados, ricos em óleo, sal e açúcar seja reduzido. Outra sugestão é realizar as refeições com atenção, evitando distrações.

— Priorize alimentos naturais, como os da feira, e cozinhe a sua própria comida. Coma com regularidade e atenção. E seja crítico em relação à publicidade dos alimentos — disse ela.

O diretor da Med-Rio Check-up, clínica líder em saúde preventiva do país, Gilberto Ururahy, reforçou a necessidade de o paciente realizar o check-up médico e receber orientações adequadas no pós-check-up para evitar doenças como o câncer.

— Em nossas clínicas, não tratamos doenças, mas levantamos fatores de



Alessandra Siqueira, coordenadora de ensino do INCA, foi palestrante do 7º Encontro com a Prevenção, promovido pela Med-Rio Check-up

risco e, quando necessário, encaminhamos o paciente para um especialista. Em seguida, desenvolvemos programas individuais para corrigir os possíveis problemas identificados nos exames — explicou.

RESULTADOS EM ATÉ 24 HORAS

A Med-Rio Check-up apresenta uma abordagem de check-up físico e emocional com equipamentos de última geração. Em mais de 33 anos de existência, a

clínica já atingiu a marca de 250 mil check-ups realizados em brasileiros e estrangeiros, levando o conceito da Med-Rio para fora do estado e também do Brasil.

Os resultados são emitidos em até 24 horas úteis por meio do aplicativo da clínica. Cada cliente possui um prontuário digital, podendo ter acesso ao atendimento pós-check-up via telemedicina. Todos os dados dos pacientes são protegidos segundo a Lei Geral de Proteção de Dados.

ALGUNS DIFERENCIAIS DA MED-RIO CHECK-UP

- Em mais de 33 anos, a Med-Rio realizou 250 mil check-ups médicos em brasileiros e estrangeiros e disponibiliza dias exclusivos para homens e mulheres.
- Os resultados dos exames são emitidos em até 24 horas úteis no app.
- Cada cliente possui um prontuário digital, podendo realizar a consulta pós-check-up de forma presencial ou via telemedicina.
- Os dados são protegidos segundo a LGPD.
- As unidades da Med-Rio Check-up estão integradas à pauta ESG.

Venha conhecer a Med-Rio Check-up, líder em medicina preventiva no país, e escolha a melhor prevenção para o seu cliente.



Accesse pela câmera do seu celular e conheça os seguros planos de saúde/Med-Rio

FALE COM A MED-RIO

(21) 2546-3000 e 3252-3000
medrio.com.br