



MARIALVA

Médico debate preconceitos sobre cuidados com a saúde do homem

23 de novembro de 2016

Data	Fonte	Crédito da Imagem
23 de novembro de 2016	Assessoria de Imprensa da Câmara Municipal de Marialva	



MARIALVA

Data	Fonte	Crédito da Imagem
------	-------	-------------------

Antes da abertura oficial da 35ª sessão ordinária desta segunda-feira, dia 21, o Dr. Mateus Koth Menegon, Coordenador da Atenção Básica à Saúde de Marialva e Médico do Programa Saúde da Família do Jardim Regência, fez uso da tribuna do plenário para falar sobre a importância da prevenção do câncer de próstata, em alusão à campanha nacional “Novembro Azul”.

No Brasil, o Instituto Nacional do Câncer (Inca) estima que 61 mil homens desenvolvam a doença só neste ano, e para confirmar o diagnóstico é preciso fazer o exame de toque. Por isso é importante vencer o preconceito. “O fato de fazer o exame não tem a ver com a masculinidade. Temos que quebrar o mito de que fazer exame de toque não é coisa de homem. Isso não tem a ver com masculinidade ou com sexualidade. Homem é quem vai, faz o exame de próstata e não tem medo ou vergonha de cuidar da própria saúde”, disse.

Nas Unidades Básicas de Saúde, além do exame de toque retal, é oferecido o exame de sangue, conhecido como PSA. De acordo com Menegon, a nova orientação da Secretaria de Saúde é que apenas quem tem histórico familiar da doença deva fazer estes exames regularmente. Os demais devem realizar os procedimentos somente quando tiverem sintomas, como dificuldade ou dor para urinar. “Antigamente nós incentivávamos todos os homens com mais de 40 ou 50 anos a ir ao urologista e fazer o exame de sangue e o de toque anualmente. Mas, os estudos científicos atuais estão mostrando que isso não é o suficiente para prevenir o aparecimento do câncer de próstata”, alertou.

A melhor prevenção é evitar alguns fatores que predispõem o homem a esta doença. A má alimentação é um dos principais fatores. Alimentos muito gordurosos são prejudiciais à saúde. Obesos também fazem parte de um grupo de risco ainda maior. O tabagismo e o sedentarismo completam a lista. “Ter uma alimentação saudável, beber moderadamente, não fumar, ser fisicamente ativo e não hesitar em procurar o médico quando algum sinal aparecer, são hábitos essenciais para se viver com saúde”.

Menegon ressaltou que o primeiro pilar da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem, instituída por meio de Portaria em 2009, é o incentivar a procura por serviços médicos. “Os homens, em geral, consideram a doença um sinal de fragilidade e, justamente, para não admitir fraqueza, são reticentes em realizar exames clínicos ou fazer uma consulta. Sofrem calados e só vão ao consultório por ordem da mulher ou dos filhos”, comentou. Além de serem mais reticentes em procurar ajuda médica, os homens também são mais vulneráveis em desenvolver pressão alta e diabetes, doenças que aumentam os riscos de ocorrências de infarto e AVC.

Segundo o médico, o argumento de que falta acesso à saúde pública municipal, não pode ser usado como desculpa. “Marialva tem 94% de cobertura do Programa da Saúde da Família, tanto na zona urbana como na rural. Pode ser que aconteça de não ter todos os exames ou que demore o agendamento, mas nenhuma cidade no Brasil consegue oferecer uma assistência médica perfeita”, disse.

Outra justificativa comum é a falta de tempo. “O homem provedor da família, diz que por conta do trabalho não tem tempo para cuidar da própria saúde. Mas, vejam só o exemplo das mulheres: elas têm jornada dupla, trabalham fora de casa, lavam roupa, fazem comida, cuidam dos filhos e ainda fazem mamografia, colhem o preventivo – exames ginecológicos muito mais invasivos, até mesmo mais constrangedores, do que o exame de toque”, compara.