Unidade de Saúde do Vila América promove ação de saúde do homem

Date : 25-11-2013

A população masculina do bairro Vila América recebeu, na manhã de sábado, 23, atendimento especial, promovido pela equipe da Unidade Básica de Saúde. Foram realizados testes de glicemia, palestras, consultas, aferição de pressão arterial, atualização do cartão de vacinação, distribuição de lanche e sorteio de brindes.

Mariete Hipólito Anjos

“Nós escolhemos o sábado porque sabemos da dificuldade de os homens virem até a unidade durante a semana, por conta do trabalho. Então, essa foi uma oportunidade para conversamos sobre a importância de prevenir doenças, como diabetes e câncer de próstata”, explicou a

enfermeira da unidade, Mariete Hipólito Anjos.

A atividade faz parte do “Novembro Azul” e da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem, que busca incentivar os homens quanto ao cuidado com a saúde e à prevenção primárias de algumas doenças, como o câncer de próstata. Além do atendimento na unidade, quando necessário, os homens têm acesso a exames complementares, como ultrassonografias, exames de laboratório e consulta com médico especialista.

Evilson Ferreira

Evilson Ferreira Paiva, 42 anos, assistiu à palestra sobre câncer de próstata. “É muito importante prevenir as doenças como o câncer de próstata e fazer os exames. Hoje fiz o teste de glicemia, já evito comer açúcar e gordura”, explicou Evilson, que, além desses cuidados, realiza atividade esportiva uma vez por semana.

José Batista Reis

Para José Batista Reis, 82 anos, ir à unidade e trabalhar é a receita para boa saúde. “Sempre procuro vir ao posto de saúde e, apesar de aposentado, continuo trabalhando. Sei que quanto mais trabalho mais saúde tenho”, ressaltou José Batista.

Prevenção - Já está comprovado que uma dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais, e com menos gordura, principalmente as de origem animal, ajuda a diminuir o risco de câncer, como também de outras doenças crônicas não transmissíveis. Nesse sentido, outros hábitos saudáveis também são recomendados, como fazer, no mínimo, 30 minutos diários de atividade física, manter o peso adequado à altura, diminuir o consumo de álcool e não fumar. *(Com informações Instituto Nacional do Câncer/INCA)*