

Homens seguem com menor adesão aos exames preventivos, dizem especialistas

Campanha Novembro Azul evidencia importância de combater o atraso nos cuidados com a saúde e fortalecer a cultura da prevenção entre eles

Estado de Minas

Apesar das campanhas de conscientização, muitos homens ainda resistem em procurar o médico ou realizar exames de rotina. As “desculpas” são conhecidas: falta de tempo, medo de descobrir alguma doença ou a crença de que “não é nada sério”. De acordo com dados da Sociedade Brasileira de Urologia (SBU), quase metade dos homens acima de 40 anos no país não faz exames preventivos regularmente, um hábito que pode custar caro quando o diagnóstico vem tarde demais.

Além disso, os homens vivem, em média, 7,1 anos a menos que as mulheres no Brasil, segundo o Ministério da Saúde, e apresentam risco entre 40% e 50% maior de morrer por doenças crônicas não transmissíveis, como as cardiovasculares, respiratórias ou metabólicas. Esses números reforçam a importância de adotar uma postura mais preventiva, com consultas regulares e exames de rotina.

“Quando o assunto é saúde, muitos homens ainda preferem adiar a consulta, mesmo sabendo da importância do cuidado preventivo. A medicina mostra que identificar alterações precocemente faz toda a diferença no tratamento, assim como na qualidade de vida. O ideal é encarar o check-up como um compromisso com o próprio bem-estar”, afirma Márcio Nunes, coordenador técnico do São Marcos Saúde e Medicina Diagnóstica.

SUS fará cirurgia de câncer de próstata por robô

O Novembro Azul nasceu para chamar a atenção para o câncer de próstata, mas hoje representa um movimento mais amplo: um convite para que os homens adotem uma postura ativa em relação à própria saúde. Esse cuidado vai além da próstata e inclui a realização periódica de exames laboratoriais e de imagem, que oferecem uma visão completa do funcionamento do organismo e ajudam a detectar precocemente condições silenciosas, como diabetes, hipertensão e disfunções

hepáticas ou renais.

Entre os principais exames recomendados estão:

- * Hemograma completo: avalia as células do sangue e ajuda a identificar anemias, infecções e inflamações.
- * Hemoglobina glicada: mostra a média dos níveis de glicose nos últimos meses, fundamental para o diagnóstico e controle do diabetes.
- * Triglicerídeos e colesterol total e frações (HDL e LDL): medem o equilíbrio das gorduras no sangue e ajudam a estimar o risco de doenças cardiovasculares.
- * Ácido úrico: avalia o metabolismo e pode indicar risco de gota e sobrecarga nos rins.
- * Creatinina: analisa a função renal, detectando precocemente insuficiências.
- * TGO (AST) e TGP (ALT): verificam o funcionamento do fígado e a presença de possíveis inflamações.
- * PSA total de início: são marcadores importantes para a avaliação da próstata e o rastreamento do câncer prostático.

Além dos exames laboratoriais, a ultrassonografia da próstata é um importante aliado na prevenção. Trata-se de um exame de imagem não invasivo que permite avaliar o tamanho e o formato da glândula, além de identificar possíveis alterações. Pode ser realizada por via abdominal ou transretal, conforme orientação médica, e é especialmente indicada em casos de sintomas urinários ou de histórico familiar da doença. A prevenção, porém, vai além dos exames. A vacina contra o HPV é outro recurso essencial na proteção da saúde masculina, prevenindo infecções que podem causar cânceres de pênis, garganta e ânus.

A importância desse acompanhamento se reflete nos números: de acordo com o Instituto Nacional de Câncer (INCA), o câncer de próstata é o tipo mais comum entre os homens no Brasil, com estimativa de 71,7 mil novos casos por ano entre 2023 e 2025. Quando detectado precocemente, as chances de cura ultrapassam 90%, reforçando o valor dos exames de rastreamento e do diagnóstico precoce.

Para o médico, o mais importante é transformar o cuidado em hábito. “O Novembro Azul é um lembrete, mas o cuidado precisa fazer parte da rotina. Quanto mais cedo o homem olhar para a própria saúde, maiores serão as chances de envelhecer bem e com qualidade de vida”, reforça.

<https://www.em.com.br/saude/2025/11/amp/7287788-homens-seguem-com-menor-adesao-aos-exames-preventivos-dizem-especialistas.html>

Veículo: Online -> Site -> Site Estado de Minas - Belo Horizonte/MG