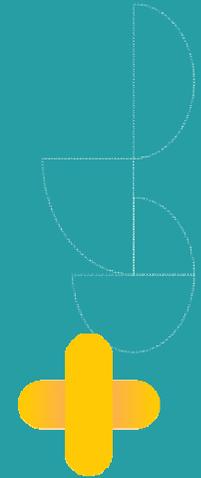


# A SAÚDE DO HOMEM, DOENÇAS CARDIOVASCULARES E O CÂNCER

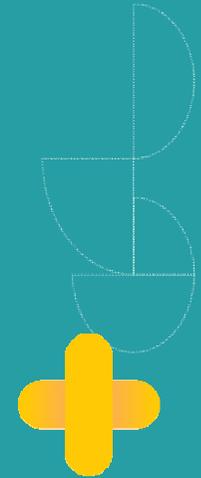


Dr. Marcelo Sampaio

Dr. em Ciências Médicas pela FMUSP

Coordenador de Ensino e Pesquisa em Cardiologia- BP

# Promoção da saúde no homem

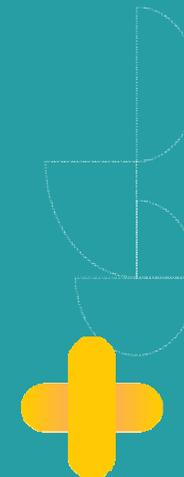


- **Homens morrem mais que mulheres nas faixas entre 10 e 69 anos**
- **Entre 70% e 89% mortes súbitas ocorrem em homens**

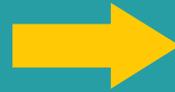
## **Doença cardiovascular: 12 milhões de óbitos/ano no mundo**

**Estima-se para 2026 elevar valores entre 35 e 40 milhões**

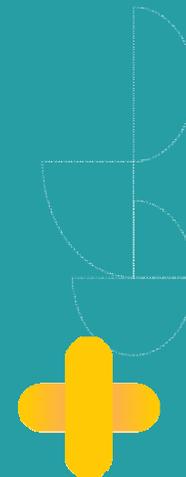
**E que 36 em cada 100 pessoas serão vítimas do infarto do miocárdio em 2026**



**Covid prolongado**



**Aumento incidência  
das doenças  
cardiovasculares**



**MANTER-SE SAUDÁVEL  
HOJE EM DIA NÃO É TAREFA FÁCIL**

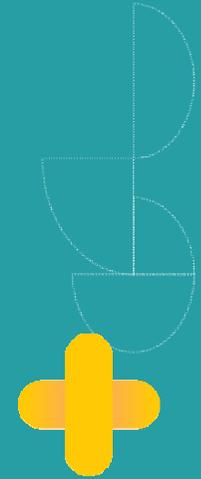
# Dificuldades de atingir a saúde

Sistema de  
Saúde

Médicos

Homem

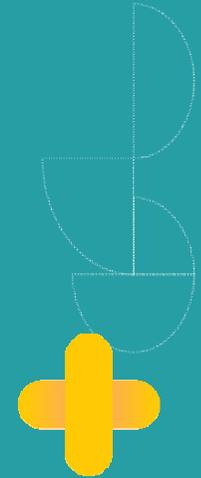




# PROBLEMAS NO SISTEMA DE SAÚDE VIGENTE

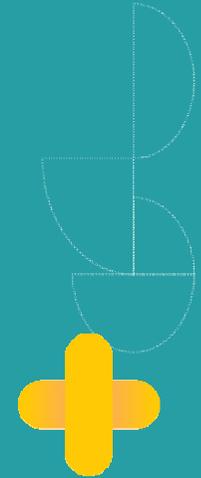
# Dificuldades atuais do sistema de saúde público

1. Marcação de consultas e retornos em consultórios
2. Marcação de exames em laboratórios e hospitais
3. Vagas para internações

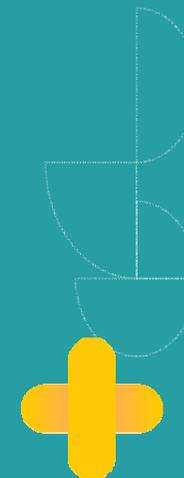


# Dificuldades atuais do sistema de saúde privado

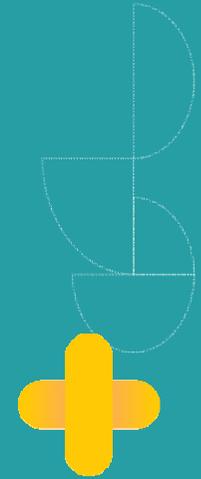
1. Marcação de consultas e retornos em consultórios
2. Marcação de exames em laboratórios e hospitais
3. Vagas para internações



# Causas do sistema de saúde deficiente

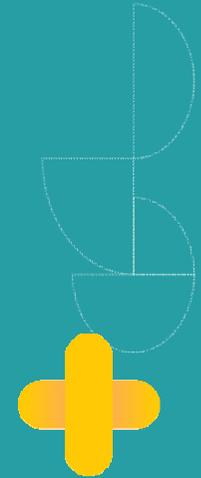


1. **Baixa Remuneração**
2. **Alto Custo**
3. **Desperdício**
4. **Investimento Tecnológico**
5. **Falta de políticas apropriadas**
6. **Controle do sistema**



# PROBLEMAS NA FORMAÇÃO E ATUAÇÃO MÉDICA

# Erros comuns de abordagem médica



## 1. Visão objeto parcial

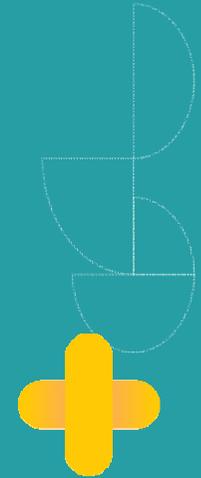
Ex. Consulta urológica → foco principal e único → próstata.

Não se mede a pressão arterial na consulta

## 2. Medicina defensiva

↳ Excesso de exames

**Trata-se o exame e não o paciente**

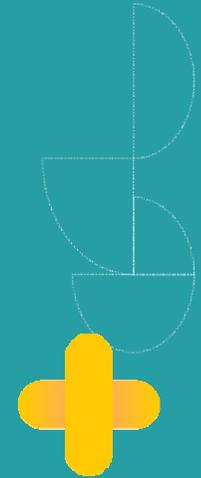


# CARACTERÍSTICAS MASCULINAS QUE AFETAM A SAÚDE

# Características culturais negativas do homem em relação a sua saúde

1. Ideal do inatingível (comigo não)
2. Ideal do descuido (presença familiar)
3. Ideal da não priorização (desconhecimento)



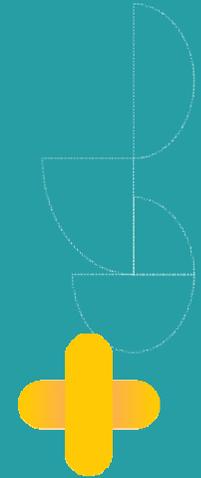


# SAÚDE DO HOMEM

**Pesquisa - 2.405 homens entrevistados**

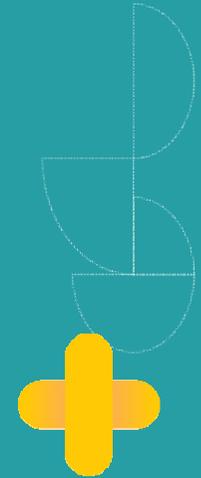
# Quanto você considera que sua saúde cardiovascular está bem?

1. 5% Razoavelmente mal
2. 51% Razoavelmente bem
3. 44% Muito bem

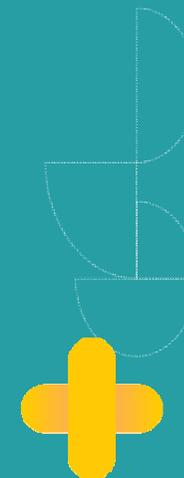


## Com que frequência você faz exames cardiológicos?

1. 43% não costumo fazer
2. 29% A cada ano
3. 19% A cada dois ou três anos
4. 9% a cada seis meses ou menos



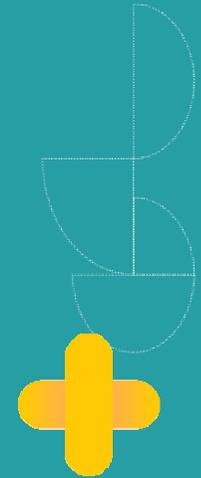
## Você considera que se excede regularmente em algum tipo de nutrientes ou alimento



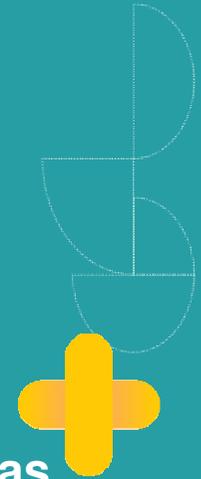
1. 43% açúcar
2. 37% alimentos industrializados em geral
3. 36% gordura
4. 24% sal
5. 21% nenhum desses

# A respeito do seu peso, o que diria?

1. 7% Estou abaixo do peso
2. 45% Estou dentro do peso ideal
3. 42% Estou acima do peso
4. 6% Estou muito acima do peso



# Você tem ou teve os sentimentos abaixo?



45% Dificuldade para relaxar

56% Preocupações financeiras excessivas

33% Dificuldade para sentir prazer

23% Depressão

63% Ansiedade

56% Estresse

55% Desânimo

33% Pressão excessiva no trabalho/escola

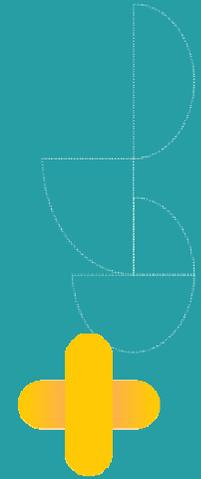
11% Pânico

46% Tristeza

5% Nenhum desses

61% Preocupações com tema familiares/afetivos

**COMO OBJETIVAR A SAÚDE**



**ENTENDENDO O MECANISMO DA DOENÇA**

# Periodo pré-doença

## AÇÕES PREVENTIVAS

Hábitos Saudáveis

Alimentação

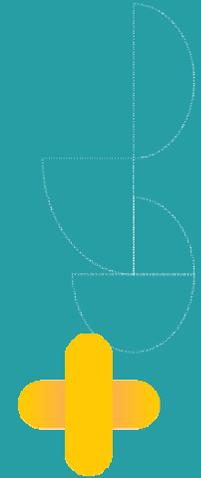
Higiene Pessoal

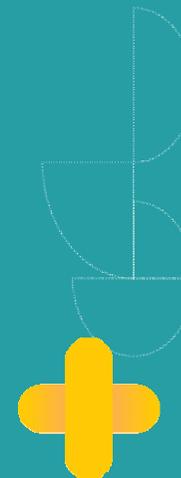
## AÇÕES PROTEÇÃO

Imunoprofilaxia

Ambiente de trabalho

Exames médicos periódicos

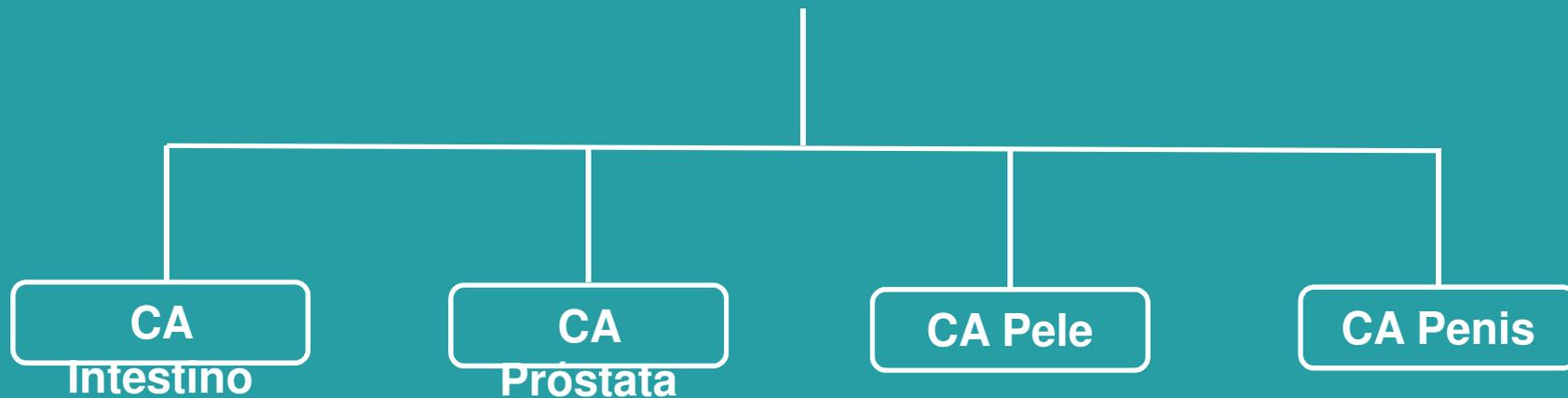
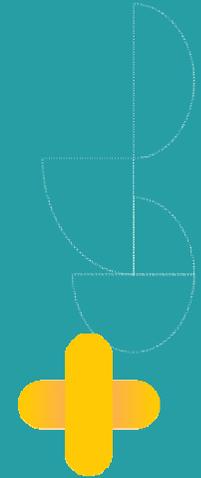




# AÇÕES PREVENTIVAS EFECIENTES

## O homem e as neoplasias

- Detecção das lesões precursoras de uma neoplasia ou da própria neoplasia em estagio inicial em paciente assintomático





# ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

## O PAPEL DA DIETA

## A dieta como ferramenta de saúde

30% Gordura

30% Proteína

40% Carboidrato

Frutas

Vegetais

Legumes

Grãos

Integrais

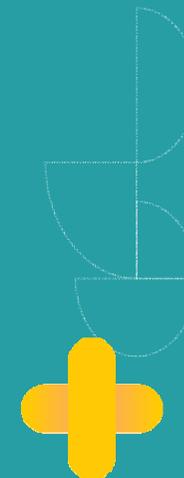
Aves

Peixes

Azeite de oliva



dieta anti-  
inflamatória



# Exercícios e efeitos na saúde

Prevenção



Tratamento

Diabetes Tipo II

Disfunção Imunológica

Alterações Musculoesqueléticas

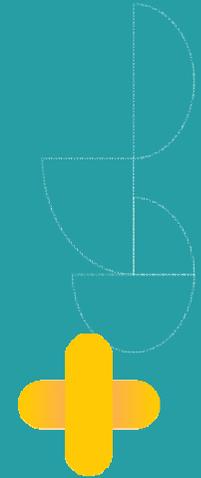
Doenças Neurológicas Degenerativas

Cânceres

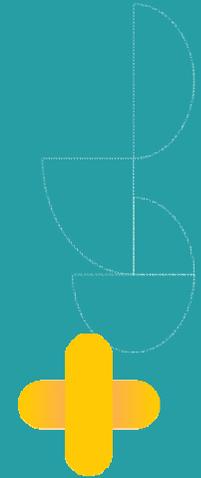
Infecção

Doença Respiratória

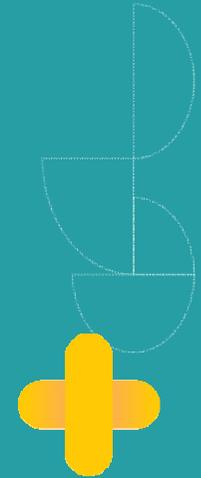
Doenças Cardiovasculares



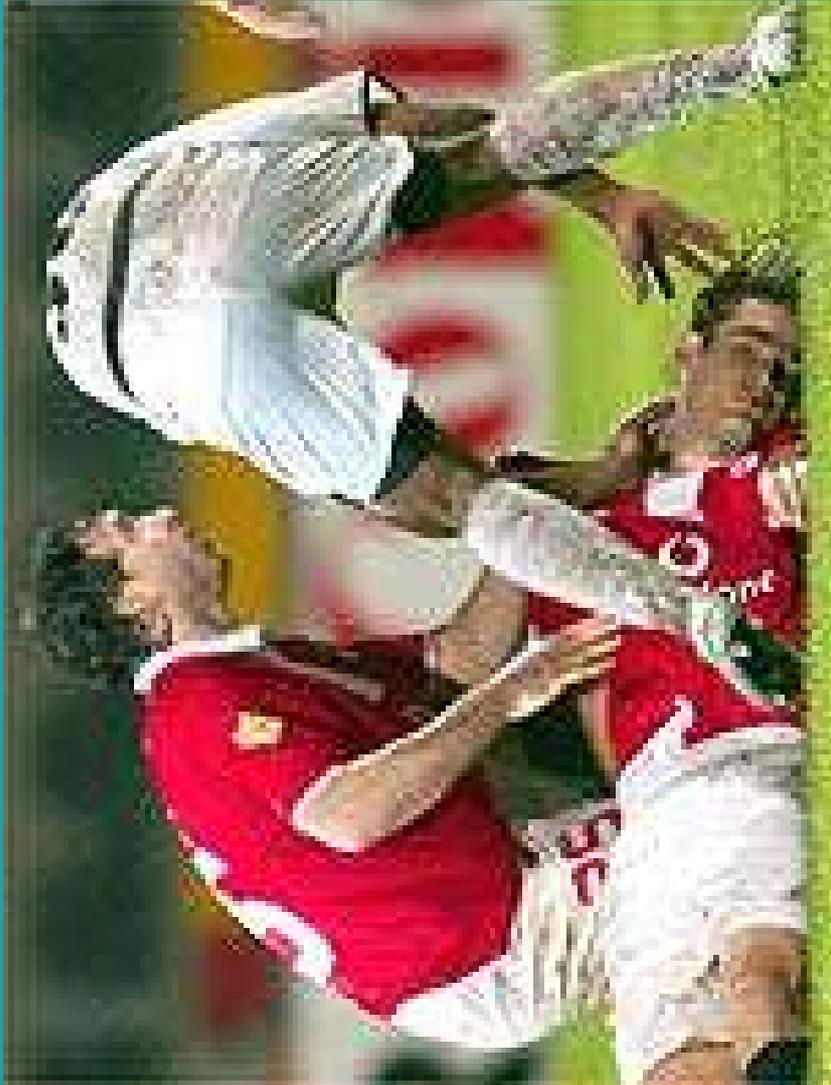
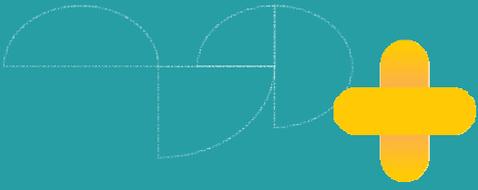
**CHECK UP**



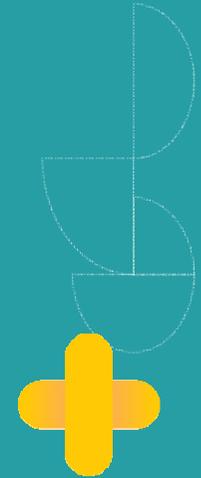
**PEÇA FUNDAMENTAL NA MANUTENÇÃO DA  
SAÚDE DO HOMEM**



# **“Check UP” em candidatos a prática esportiva**



**Pelo sistema atual de saúde,  
quem pode fazer "Check Up"?**

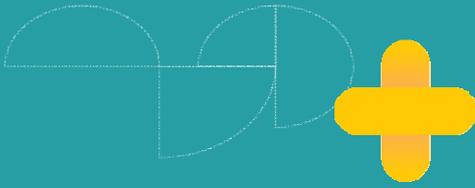


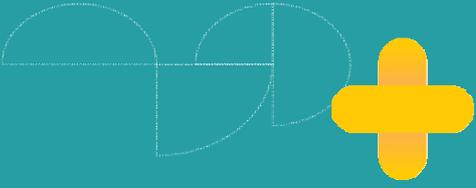
**Ninguém**

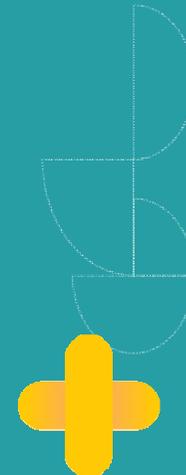
## Por que ninguém pode fazer "Check Up"?



- Seguros e planos não cobrem
- Não há no SUS infraestrutura compatível em relação a exames subsidiários para "Check Up"
- Particular o custo é elevado
- O médico de um paciente que esta realizando "Check Up" é mal visto (cultura da doença)

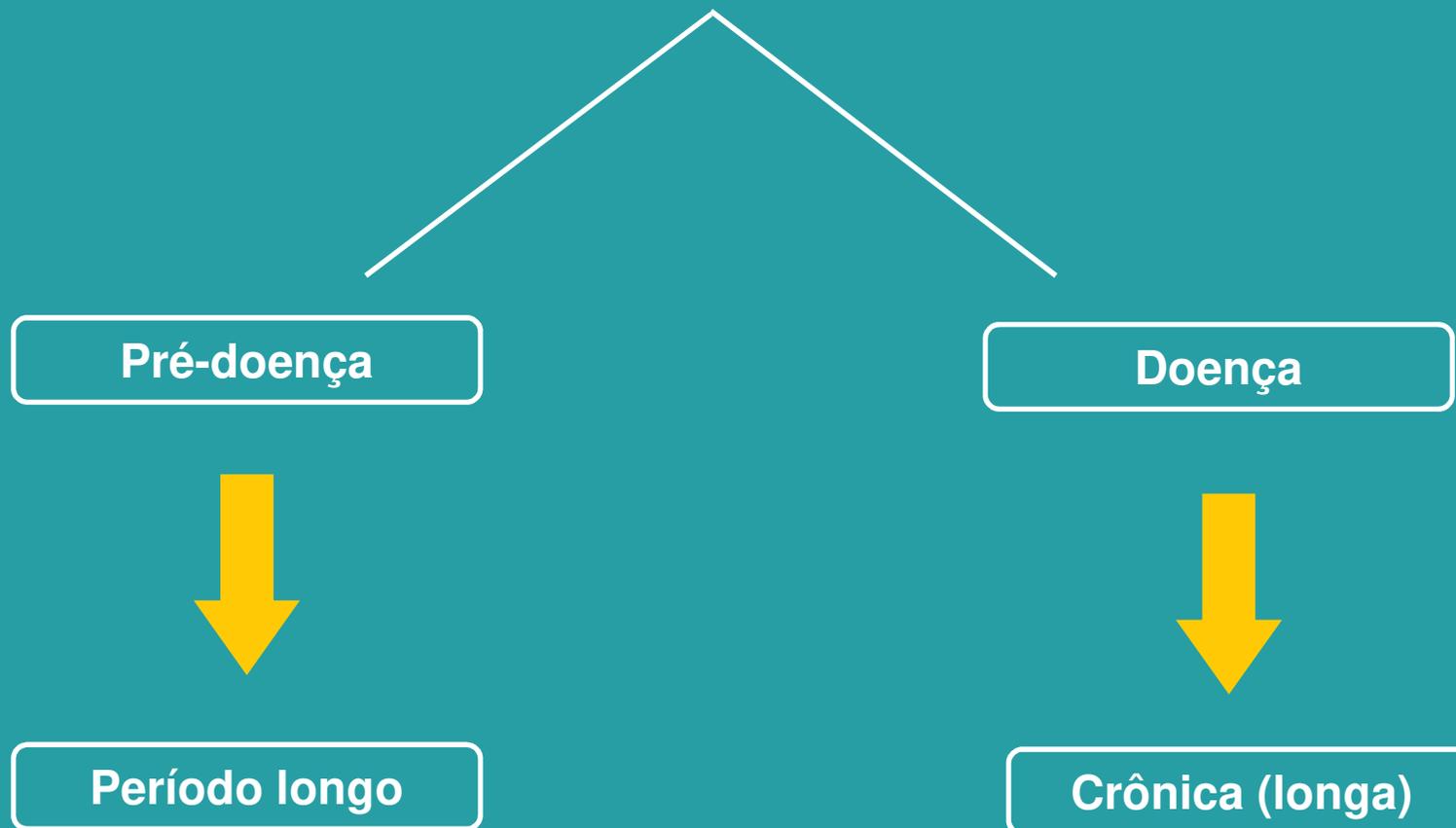
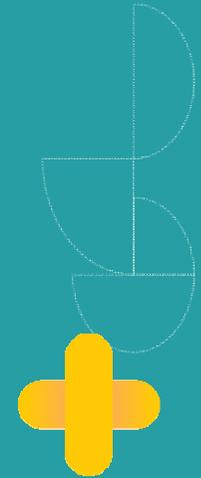




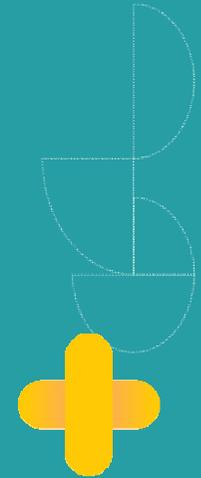


**“Antes prevenir do que remediar”**

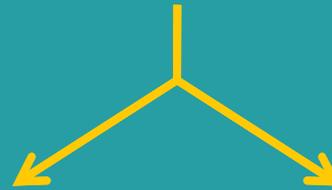
# Mecanismo gerador da doença



# Quem sustenta o "Check Up" no Brasil?



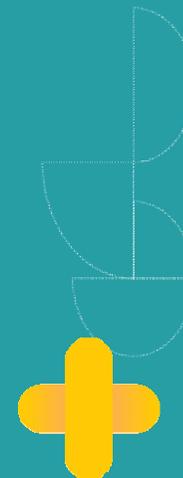
**Empresas corporativas**



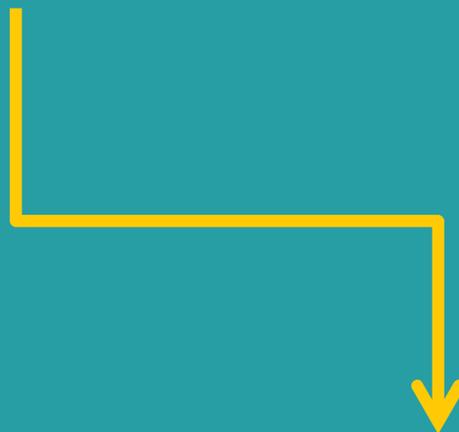
Hospitais  
Particulares

Laboratórios  
Clinicas Privadas

# CHECK-UP



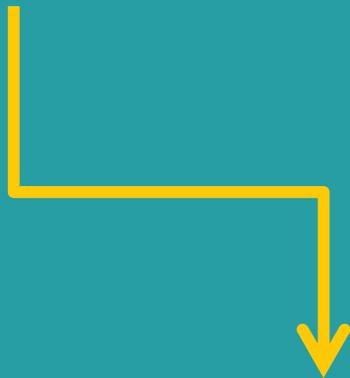
Fase inicial



Doenças do coração

# CHECK-UP

Fase atual

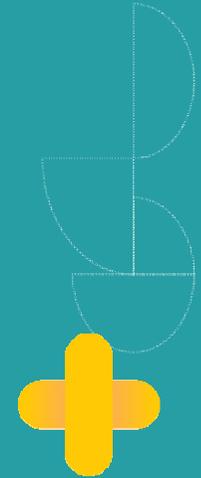


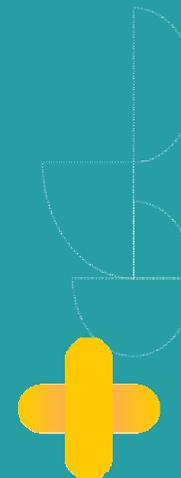
Saúde Global



Coração

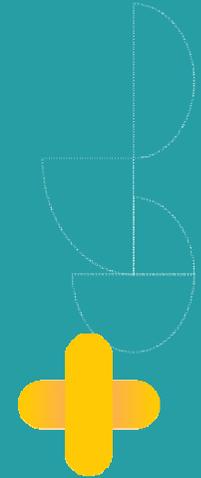
Rastreamento  
doenças sistêmicas





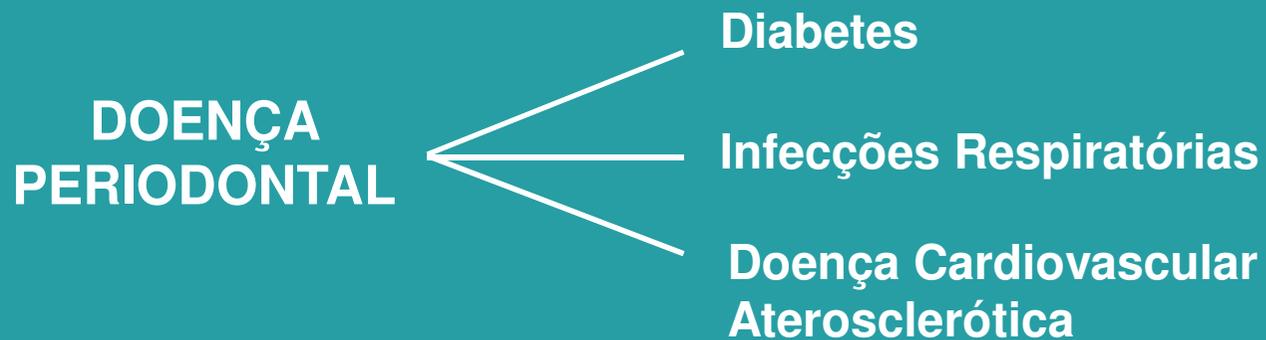
# SAÚDE BUCAL

# Importância do check up oral



- Algumas lesões orais têm correlação com doenças sistêmicas.

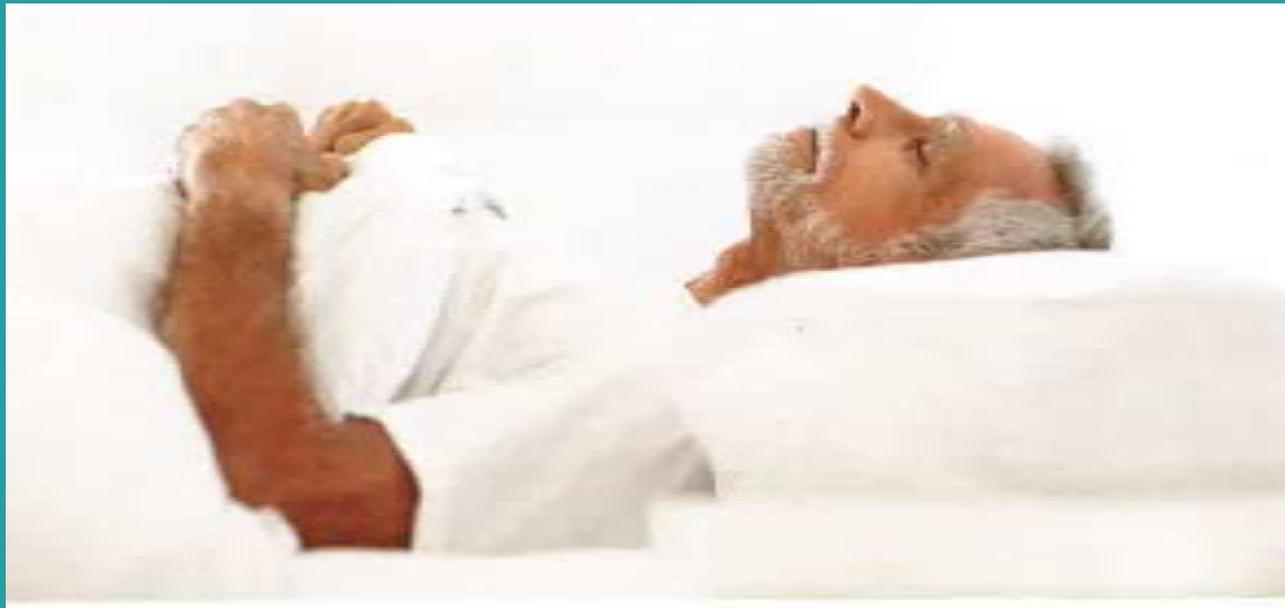
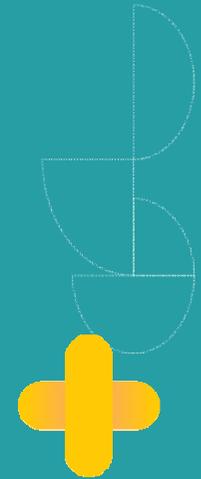
Ex: Líquen Plano e Hepatite C





# O HOMEM E O SONO

# O HOMEM E O SONO

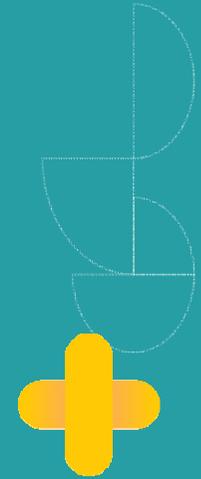


# Saúde do homem

Você dorme bem a noite?

Você ronca?

Tem sono durante o dia?



**Distúrbios do Sono (apnéia)**

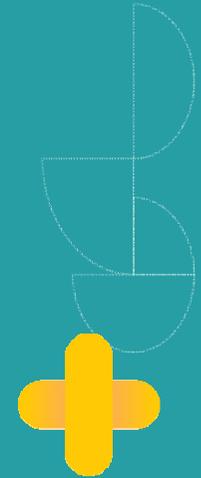
**AVC**

**Arritmias**

**Hipertensão Arterial**

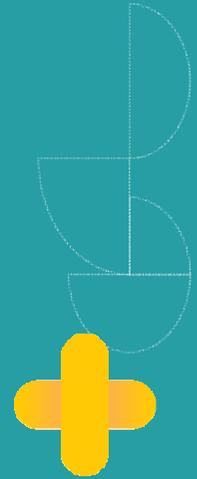
**Infarto Agudo do Miocárdio**

**Síndrome Metabólica (Diabetes)**

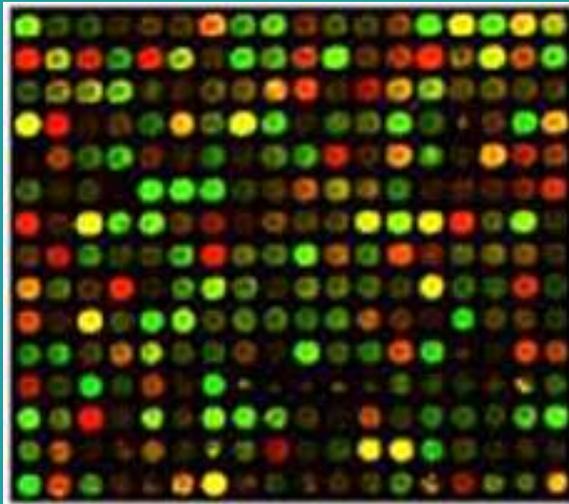
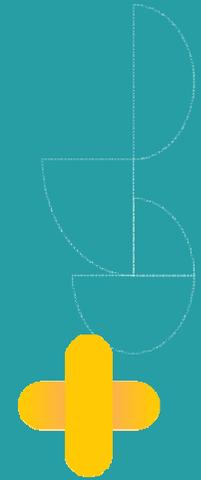


**Check-up cardiológico**

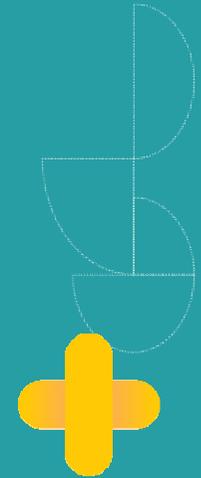
**O FUTURO**



# Em um futuro próximo



# Analise Genética de indivíduos em risco



- **Confirmação diagnóstica**
- **Predizer a gravidade da doença**
- **Determinar o risco de familiares do paciente**
- **Plano de acompanhamento**
- **Plano terapêutico**