



MUNICÍPIO DE IÚNA-ES

PREFEITURA MUNICIPAL

## IDOSOS DO SCFV PARTICIPAM DE PALESTRAS SOBRE A SAÚDE DO HOMEM

O NOVEMBRO AZUL É APENAS PARA ALERTAR OS HOMENS SOBRE OS CUIDADOS COM A SAÚDE, MAS A ATENÇÃO COM O CORPO DEVE OCORRER DURANTE TODO O ANO.



Publicado em 24/11/2022 às 12:48 (Atualizado em 13/04/2024 às 07:42), postado por Assessoria de Comunicação, Fonte: Prefeitura de Iúna

A campanha Novembro Azul tem seu foco principal na prevenção do câncer de próstata, no entanto, a campanha abrange toda a saúde do homem, afinal, em todas as fases da vida podem surgir diversas doenças.

O Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculo do Idoso (SCFV) realizou uma palestra nesta quinta-feira (24) para todos os idosos cadastrados no Serviço.

A palestra foi ministrada pelo Enfermeiro Sérgio Raposo e pela Educadora Física Lívia Xavier, com temas que vão desde a alimentação balanceada e saudável, atividade física regular, uso moderado de bebidas alcoólicas e fazer exames de rotina ao menos uma vez ao ano. A identificação precoce de doenças aumenta as chances de um tratamento eficaz. É preciso prestar atenção no corpo e ficar atento aos sinais que ele envia, o cuidado deve ser diário.

Sobre a prevenção do câncer de próstata, é recomendado que os homens comecem o acompanhamento com um urologista a partir dos 45 anos. No caso de ter algum parente de primeiro grau com câncer de próstata, o ideal é começar aos 40 anos.

Aferir a pressão com frequência e acompanhar as taxas de colesterol são importantes para evitar doenças crônicas como a diabetes e a hipertensão. Outros testes importantes a serem realizados dizem respeito às doenças sexualmente transmissíveis (DST), como o teste de HIV, Sífilis, Hepatite B e C.



MUNICÍPIO DE IÚNA-ES

Infelizmente, o homem acessa o sistema de saúde por meio da atenção especializada, já com o problema de saúde instalado e evoluindo de maneira insatisfatória. E as consequências vão desde agravo da morbidade, maior sofrimento e menor possibilidade de resolução.

"É preciso chamar atenção dos homens para o auto cuidado. Homem não é super herói, eles precisam quebrar o mito de serem fortes o tempo todo. Essa cultura do não se olhar é que faz com que os homens morram antes das mulheres". (Angelita Herrmann, coordenadora de Saúde do Homem do Ministério da Saúde).

David P. Florenço  
Assessoria de Comunicação  
Email.: comunicacao@iuna.es.gov.br  
Tel.: (28) 3545-4750 Ramal 2001

GALERIA



AUTENTICAÇÃO

bf15c200296bf62cdb0e0197699e7ff2

<https://iuna.es.gov.br/noticia/2022/11/dosos-do-scfv-participam-de-palestras-sobre-a-saude-do-homem.html>