

Fonte:

LabPasteur Medicina Diagnóstica: <http://www.labpasteur.med.br/>

Med-Rio Check-up: <http://www.medriochek-up.com.br>

Instituto Nacional do Câncer: <https://www.inca.gov.br/search/conteudo/papanicolau>

<https://fazumhilab.com.br/> - Acessado em 16/04/2021

<http://www.laboranalise.com.br> - Acessado em 16/04/2021

<https://www.hospitalsiriolibanes.org.br/sua-saude> - Acessado em 16/04/2021

<https://clinividaorleans.com.br/> - Acessado em 16/04/2021

<https://laboratoriocamati.com.br/?menu=home> - Acessado em 16/04/2021

AMS-SP-384377

versão 2.0 - revisado em maio/2021



Espaço Viver Bem

Av. Cesário Alvim, 3521 - Bairro Brasil

(34) 3239-6937

programabemtever@unimeduberlandia.coop.br

COS - Central de Orientação em Saúde

0800 772 8988



[@unimeduberlandia](https://www.facebook.com/unimeduberlandia)

[/unimeduberlandia](https://www.instagram.com/unimeduberlandia)

www.unimeduberlandia.coop.br

PROGRAMA

Bem te ver



SABA MAIS

Exames

Cuidar de você

#esseéoplano

Exames

Você sabia?

Os exames de check-up atrelados a mudanças no estilo de vida aumentam a possibilidade de prevenção e tratamento de doenças.

Exames em dia: tranquilidade certa

Os exames de rotina constituem uma ferramenta importante para avaliação do estado geral de saúde e diagnóstico precoce de doenças.

Nas avaliações de check-up, é possível identificar condições que surgem de forma silenciosa como, por exemplo, hipertensão, diabetes, colesterol alto e alguns tipos de câncer.

Além disso, o check-up médico ajuda a direcionar formas de prevenção de doenças por meio de orientações sobre a adoção de uma alimentação equilibrada, prática de atividade física regular, vacinação, etc.

Conheça a seguir os exames de rotina mais comuns:

Hemograma: É um dos exames de sangue mais solicitados. Serve para avaliar a quantidade e a forma de alguns elementos do sangue como hemácias, leucócitos e plaquetas, identificando, por exemplo, a presença de anemia e infecções, entre outras doenças.

TSH: É outro importante exame de sangue que mede o nível de hormônio produzido pela hipófise e possibilita verificar se a glândula tireoideana está funcionando corretamente. Por meio dele, podem ser diagnosticadas doenças como hipotireoidismo e hipertireoidismo.

Glicemia de jejum: Este exame é útil para avaliar se a glicemia (taxa de açúcar no sangue) está normal ou alterada. Auxilia tanto no diagnóstico quanto no acompanhamento do tratamento do diabetes. O seu médico poderá solicitar também o exame de glicemia pós-prandial (duas horas após as refeições), para avaliar a presença de alterações na glicemia após você se alimentar.

Colesterol e frações: Avalia os níveis de colesterol HDL (o “colesterol bom”) e LDL (o “colesterol ruim”) na corrente sanguínea. Alto nível de colesterol LDL é um fator de risco importante para doenças cardiovasculares, como infarto do miocárdio, AVC (derrame cerebral) e insuficiência cardíaca. Já o HDL é um fator

protetor contra essas doenças.

Triglicérides: Avalia os níveis de triglicerídeos no sangue. Os triglicerídeos são uma forma de gordura e fontes de energia importante para o corpo. A maior parte dos triglicerídeos se encontra no tecido gorduroso (adiposo) do corpo, mas uma quantidade circula no sangue para fornecer combustível para os músculos.

Ácido úrico: O ácido úrico é uma substância produzida naturalmente no organismo em decorrência do processamento de purinas (moléculas que ajudam a formar o DNA) e do consumo excessivo de alimentos ricos em proteínas como carnes vermelhas e frutos do mar. Somente 10% dos pacientes com ácido úrico aumentado têm gota.

Ureia e Creatinina: A Creatinina e Ureia são duas substâncias presentes na corrente sanguínea, que podem ser dosadas através de exames de sangue quando se pretende fazer uma avaliação da função dos rins. Quando os rins do paciente começam a funcionar de forma inadequada e a sua capacidade de filtrar o sangue fica afetada, as concentrações de ureia e a creatinina no sangue tendem a se elevar. Quanto mais alta for a creatinina sanguínea, mais grave é a insuficiência renal.

Transaminase oxalacética (TGO) e Transaminase pirúvica (TGP): Estas enzimas estão presentes em grande quantidade no fígado. O fígado é uma espécie de estação de tratamento, sendo o órgão responsável pela metabolização de todas as substâncias presentes no sangue. Toda vez que uma célula que contenha TGO ou TGP sofre uma lesão, essas enzimas “vazam” para o sangue, aumentando a sua concentração sanguínea. Portanto, é fácil entender por que doenças do fígado cursam com níveis sanguíneos elevados de TGO e TGP.

Fosfatase Alcalina (FA) e GAMA GT (GGT): A GGT e a fosfatase alcalina são enzimas presentes nas células das vias biliares. O fígado produz a bile, que é drenada pelas vias biliares, portanto, a lesão dessas células causa a elevação de suas enzimas no sangue. Em geral, o que sugere lesões das vias biliares é a elevação concomitante de ambas as enzimas.

Bilirrubina: As bilirrubinas são restos da destruição das hemácias velhas e defeituosas pelo baço. A bilirrubina produzida no baço é transportada pelo sangue até o fígado, onde é processada e eliminada na bile. A bile é jogada no intestino, participa da digestão, e posteriormente é eliminada nas fezes. A bilirrubina do baço é chamada de bilirrubina indireta, e a transformada no fígado é a bilirrubina direta.

Urina rotina: O exame de urina rotina é importante para avaliações da função renal e afecções do trato urinário, podendo auxiliar no diagnóstico e avaliação da eficácia do tratamento.

Mamografia: Principal aliada das mulheres no combate ao câncer de mama. A partir dos 50 anos toda mulher deve realizar a mamografia a cada dois anos, que funciona como uma radiografia das mamas, permitindo a detecção de nódulos ou outras lesões mamárias.

Papanicolau: É realizado para detectar alterações nas células do colo do útero. O exame preventivo é indolor, simples e rápido. Deve ser feito preferencialmente pelas mulheres entre 25 e 64 anos, que têm ou já tiveram atividade sexual. Os dois primeiros exames devem ser feitos com intervalo de um ano e, se os resultados forem normais, o exame passará a ser realizado a cada três anos.

Toque retal: Esse exame é imprescindível para a prevenção e identificação do câncer de próstata, segundo tipo de tumor mais comum entre os homens no Brasil. É indicado a partir dos 50 anos.

PSA (Antígeno Prostático Específico): Complementar ao exame do toque prostático. A verificação do índice desse antígeno no sangue é importante para a detecção do câncer de próstata ou prostatite.

Eletrocardiograma: A saúde cardíaca deve ser acompanhada regularmente. O eletrocardiograma pode ser usado para detectar ou acompanhar irregularidades no ritmo cardíaco (arritmia), defeitos cardíacos, problemas com as válvulas do coração, artérias bloqueadas, entre outros.

Quando realizar o check-up

A idade recomendada para a realização da bateria de exames anualmente é a partir dos 40 anos, tanto para homens quanto mulheres. No entanto, pessoas mais jovens também podem realizar os exames periódicos. Basta pedir orientações ao médico.

Uma ação importante é levar os exames anteriores na consulta, pois ajuda o médico a identificar a necessidade de exames complementares, tratamentos ou encaminhamento a outro especialista, além de evitar a solicitação de exames que tenham sido realizados recentemente. Aproveite também para levar a carteirinha de vacinação e verificar se tem vacinas pendentes.