

Bem-vindo ao Centro de Medicina Preventiva.
Este é o resumo das suas respostas ao
Avaliador de Saúde.

- + Os resultados do Avaliador de Saúde baseiam-se nas suas respostas. Este relatório não é um diagnóstico médico nem pretende substituir a avaliação clínica realizada por um profissional de saúde.

+ Dados biométricos e outras informações



Feminino

IDADE



50-59

PESO



80 Kg

ALTURA



1,55m

IMC

33,2

CONCENTRAÇÃO DE GORDURA CORPORAL



CARGA TABÁGICA

0,6

(*unidades maço/ano)

NºDEANOS SEM FUMAR

-

- + Na sua idade, é essencial cumprir os rastreios oncológicos e ginecológicos recomendados para uma deteção e intervenção precoce na doença (mama, útero, ovário e cólon), mantendo o controlo dos níveis de stress e de risco cardiovascular (colesterol, diabetes e pressão arterial).
- + O valor do seu IMC (Índice de Massa Corporal) indica que está acima do peso normal, em obesidade - classe 1. Tenha em conta que o IMC não distingue a massa magra da massa gorda, densidade óssea ou líquidos, nem a distribuição das mesmas. A sua interpretação deve ser associada a outros indicadores como: perímetro abdominal, alguma condição de saúde ou outros estados fisiológicos (exemplo: gravidez ou pós-parto).
- + De acordo com a imagem escolhida, apresenta de gordura localizada nos membros inferiores, situação que deve ser controlada e, quando necessário, vigiada. O risco de doença cardiovascular e metabólica aumenta quando o perímetro abdominal é superior a 80 cm na mulher e a 94 cm no homem.
- + Qualquer carga tabágica é prejudicial à sua saúde. O tabagismo está associado às principais causas de morte no mundo. Quanto maior a carga tabágica, maior o risco. Um fumador ativo de longa duração perde em média 10 anos de vida.



Condições de saúde

- + Respondeu que tem problemas/preocupações de saúde. Assinalou Gravidez, sendo este um estado fisiológico que deve ter acompanhamento médico especializado. Qualquer condição (ou sintoma) deve ser discutida com o médico que acompanha a sua gravidez.



Pressão arterial elevada



Diabetes



Colesterol elevado



Gravidez atual



Histórico familiar de doença

- Cardíaca / AVC

- + Na presença de doença cardiovascular na sua família próxima, deve avaliar o seu risco individual junto do seu médico.



Factores de risco cardiovascular



Diabetes



Colesterol elevado



Pressão arterial elevada



Tabagismo



História Familiar

- + Na presença de 1 fator de risco, já se considera existir risco cardiovascular.

Programa de Prevenção de Risco cardiovascular

Saber mais



Hábitos e estilo de vida



- + As suas respostas indicam que deve rever alguns dos seus hábitos e estilos de vida. As suas escolhas diárias são essenciais para que tenha saúde e qualidade de vida.



O que gostaria de melhorar na sua saúde?

- + Não escolheu nenhuma opção
- O Hospital da Luz tem equipas multidisciplinares que o podem acompanhar e orientar da melhor forma em todos os aspetos relacionados com a sua saúde.

+ Escolha aqui a sua equipa de saúde +

Promova a sua saúde para ter qualidade de vida e longevidade e mantendo o equilíbrio entre a saúde física, mental e emocional.

- + Médico de família
- + Médico dentista
- + Nutricionista
- + Fisiologista
- + Mental coach





+ Baseado nas suas respostas o Hospital da Luz tem +
várias soluções para si.

+ O Centro de Medicina Preventiva do Hospital da Luz tem Programas de Saúde e de Bem-Estar que o podem ajudar a melhorar a sua saúde e qualidade de vida. No seu caso:

Na presença do estado de Gravidez recomenda-se que realize o acompanhamento médico adequado a este período. Qualquer condição sintoma ou alteração de estilo de vida deve ser discutida com o médico que acompanha a sua gravidez.

Este Relatório tem por base a informação básica que decidiu fornecer na resposta às questões previamente colocadas. O seu objetivo é orientar e proporcionar informação geral de saúde. O mesmo não configura um relatório clínico, nem deve ser utilizado em substituição de orientações e/ou tratamentos indicados por médico assistente ou profissional de saúde. Os resultados nele apresentados não constituem diagnósticos, nem recomendações de tratamento, nem pretendem substituir uma consulta/avaliação médica. Os resultados apresentados neste Relatório podem ser influenciados por alguma patologia relevante, exames médicos, tratamentos, medicação, história clínica e outros fatores que carecem de avaliação prévia por profissional de saúde. Em caso de dúvida ou tomada de decisão importante com base nos resultados fornecidos neste Relatório, recomendamos que consulte um profissional de saúde e confirme os resultados apresentados neste Relatório.

 HOSPITAL DA LUZ

