

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



Masculino

IDADE



30-39

PESO



68 Kg

ALTURA



1,60 m

IMC

26,5

CONCENTRAÇÃO DE GORDURA CORPORAL



CARGA TABÁGICA

-

(*unidades
maço/ano)

Nº DE ANOS SEM FUMAR

-

- + Na sua idade, deve controlar anualmente os valores dos principais fatores de risco (peso, colesterol, diabetes e pressão arterial), ter atenção aos excessos (alimentares, tabágicos, consumo de álcool) e gerir os níveis de stress.
- + O valor do seu IMC (Índice de Massa Corporal) indica que está acima do peso, em pré-obesidade. 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.
- + De acordo com a imagem escolhida, identificou-se com uma imagem de magreza. Se está preocupado com o facto de estar abaixo do peso normal, deve consultar o seu médico. 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.



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.



Gravidez atual



Histórico familiar de doença

- Doença oncológica (cancro)
- + Na presença de doença oncológica na sua família próxima, deve avaliar o seu risco individual junto do seu médico.

Programa de Redução do Risco
Oncológico

Saber mais



Factores de risco cardiovascular

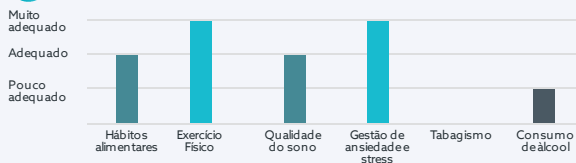
- + Não foi indicada a presença de fatores de risco cardiovascular.

Programa de Prevenção de
Risco cardiovascular

Saber mais



Hábitos e estilo de vida



- + As suas respostas indicam ter um estilo de vida globalmente saudável e adequado, com aspeto(s) que pode melhorar. As suas escolhas diárias contribuem para que tenha saúde e qualidade de vida.



O que gostaria de melhorar na sua saúde?

- + Dormir melhor



Escolha aqui a sua equipa de saúde

Promova a sua saúde para ter qualidade de vida e longevidade, 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. +

HOSPITAL DA LUZ

+ 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.

