

Estresse pode matar, sim!



Pesquisadores da Universidade de Yale, nos EUA, divulgaram um estudo provando que, por raiva ou emoções negativas, a pessoa pode sofrer até mesmo um infarto. É a primeira vez que se consegue provar a relação dos efeitos das emoções fortes e os distúrbios do coração.

A Sociedade Brasileira de Cardiologia garante que o homem deve aprender a conviver com o estresse, já que ele estará sempre presente no seu dia-a-dia. A melhor maneira é administrar o que estiver ao seu alcance, com planejamentos de atividades, hábitos saudáveis, busca pelo lazer e, principalmente, identificar o que é irritante ou causa impaciência. O Vita Check-up Center alerta que o estresse pode contribuir para o surgimento de doenças, como hipertensão arterial, além das doenças do coração. Quando o problema cardíaco já existe, ele pode ser agravado ou até mesmo ter o seu tratamento prejudicado por conta do estresse. Associados a outros fatores, o estresse também pode contribuir para o desencadeamento de gastrite, úlcera, alguns tipos de câncer e várias doenças dermatológicas.

Cirurgia menos agressiva. Mais alívio para o coração

O check-up cardiológico, porém, continua insubstituível

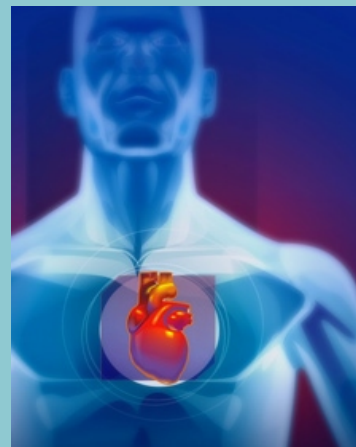
Quem sofre de problemas cardíacos de tratamento cirúrgico já pode se sentir mais aliviado. O Instituto Nacional de Cardiologia (INC) informa que está realizando operações menos agressivas, tendo a tecnologia a seu favor.

Além de menos invasivo, o novo método reduz o risco do paciente na operação. Antes, era comum uma incisão de pelo menos 30 cm, tendo o osso do esterno serrado para que a equipe cirúrgica chegasse ao coração. Hoje com esse novo procedimento, o corte varia entre 6 e 8 cm, e com a ajuda do aparelho de vídeo se consegue chegar até o coração.

A necessidade de transfusão de sangue também é reduzida, pois a perda sanguínea é bem menor. O tempo de internação foi encurtado para a rápida recuperação, sem falar na diminuição da dor do pós-operatório, que não se pode comparar. Todas estas vantagens diminuem o risco de mortalidade e aumentam a esperança de muitos.

Este tipo de cirurgia pode ser a conduta indicada para pessoas que sofrem de problemas como alguns tipos de arritmia cardíaca, doenças da artéria aorta e reconstrução ou troca de válvulas cardíacas. É contra-indicada, porém, se for a segunda operação, devendo então neste caso ser usado o método tradicional. É particularmente indicada, também, para pacientes com fibrilação atrial crônica, que não respondem mais a remédios. Em 90% dos casos, os pacientes operados ficam livres da doença, contra 50% curados pelo tratamento convencional.

O acompanhamento médico deve ser frequente. Como também o mais importante no tratamento de qualquer doença do coração continua sendo a prevenção. Porque, como lembra o cardiologista Antonio Carlos Till, diretor do Vita Check-up Center, "cada vez mais é reconhecida a importância de antecipar-se às doenças, detectando de modo precoce alterações no funcionamento do organismo". Para alcançar este objetivo, completa ele "a ferramenta utilizada pela medicina moderna tem sido o check-up periódico".



Check-up com massagem

O Vita Check-up tem uma novidade para combater o estresse, problema enfrentado por boa parte de seus clientes. Trata-se da poltrona japonesa Sogno, uma novidade no Brasil. Ela funciona através de almofadas que se inflam massageando o pescoço, os braços, os quadris, tronco e membros inferiores, e de roletes que percorrem os pontos de maior tensão muscular, correndo ao longo da coluna vertebral. Uma verdadeira massagem integral que conduz à sensação de alívio e bem-estar.

"A cadeira é usada geralmente no final do check-up ou eventualmente no intervalo entre uma avaliação e outra, quando o cliente quer experimentar sensação de descanso e conforto" diz Antonio Carlos Till, diretor do Vita.

A cadeira também combina movimentos circulares e recursos do shiatsu. Esta função denominada "Dream Wave Technology" simula a massagem de terapeutas durante uma sessão de shiatsu, proporcionando sensação de bem-estar. A cadeira identifica o perfil da pessoa que a utiliza e programa uma sessão específica para cada usuário. Por isto, é recomendada para todas as idades. O design é único, tendo sido premiado em Milão, um dos berços do design mundial, e permite uma sensação de total acolhimento como se fosse uma concha.