

Educação para o autocuidado: um grande “remédio” para a saúde

Pandemia despertou interesse por questões relacionadas à saúde e chamou a atenção da população para a importância do autocuidado

Nos últimos meses, temos observado consultórios e hospitais lotados de pacientes retomando tratamentos ou buscando avaliação médica e filas de espera para a realização de exames ou check-ups. Para dar uma ideia desse cenário, vale citar alguns números do Einstein. Em relação a 2021, que já foi um ano de retomada, tivemos nestes primeiros meses de 2022 um aumento de cerca de 30% nos check-ups, 12% nas consultas com médicos especialistas, 18% nos atendimentos com médicos de saúde de família e 8% nos exames de medicina diagnóstica. Atendimentos multidisciplinares (estilo de vida, atividade física e psicologia positiva) mais que triplicaram.

O que tem provocado esse aumento da demanda? Entre outros motivos, esse é um positivo efeito colateral da pandemia. Ou pelo noticiário ou por acompanhar ocorrências com familiares e conhecidos, as pessoas viram quem eram as vítimas dos casos mais graves de Covid-19: os portadores de doenças crônicas que não estavam sendo tratadas adequadamente, os obesos e aqueles com hábitos nada saudáveis, como sedentarismo, má alimentação e tabagismo. Isso despertou na sociedade um maior interesse por questões relacionadas à saúde e chamou a atenção da população para a importância do autocuidado.

[Leia aqui na íntegra](#) .

Fonte: Futuro da Saúde, em 28.06.2022
