

Mauro Sammarco

Presidente da Associação Comercial de Santos (ACS)



Um investimento precioso

Vivemos num mundo acelerado que nos exige ser multitarefa. São muitas as cobranças, inclusive por parte de nós mesmos. Queremos corresponder às expectativas e apresentar excelência e performance em todos os setores, dos profissionais aos relacionamentos pessoais. Quem consegue isso?

Encontramos caminhos quando entendemos o que é prioridade e vamos tentando equilibrar os pratos, mas daqui para a frente quero chamar a atenção para o quanto conseguimos reservar das 24 horas do dia um tempo para cuidarmos de nós mesmos.

Estamos no início de um mês conhecido no Brasil como Outubro Rosa, que faz um alerta especial para o público feminino quanto à prevenção do câncer de mama, o tipo mais comum entre as mulheres no mundo e no Brasil depois do câncer de pele não melanoma.

Segundo o Ministério da Saúde, ele responde, atualmente, por cerca

AGENDA ACS



DIAS 23 E 24/10

V Seminário Internacional Universidade - Empresa

Aplicações de IA para as organizações
Inscrições: bit.ly/seminarioUE2025

Exposição Livro de Ouro da ACS - Um Tesouro Santista de 150 anos

Na sede da ACS (Rua XV de Novembro, 137)
De segunda a sexta, das 8 às 18 horas

de 28% dos casos novos de câncer em mulheres brasileiras. Também acomete homens, porém é raro, representando menos de 1% do total de casos da doença.

Estatísticas indicam aumento da sua incidência tanto nos países desenvolvidos quanto nos emergentes, como o Brasil. Existem vários tipos de câncer de mama, alguns evoluem de forma rápida, outros, não. A maioria

dos casos apresenta bom prognóstico.

Nas campanhas educativas promovidas durante esse período os especialistas são unânimes em afirmar o quanto é importante que a mulher perceba seu corpo e possíveis alterações, ou seja, o que eles pedem é uma pausa para se olhar e se cuidar.

Claro que, além disso, é preciso ir regularmente às consultas médicas e realizar exames preventivos, como mamografia, ultrassonografia ou ressonância magnética. Com algumas limitações, sabe-se que o Sistema Único de Saúde (SUS) garante o acesso a esses procedimentos, assim como ao tratamento no caso das pacientes que tiveram um diagnóstico confirmado.

Vamos ver ao longo deste mês vários prédios públicos e particulares iluminados na cor rosa lembrando que, se você está adiando aquela consulta médica, é a hora de agendar. Muitas ações de conscientização como palestras, rodas de conversa e agendamentos de consultas e exames de rotina e prevenção acontece-

rão nas cidades da região, sendo amplamente divulgados nos mais diversos canais de comunicação.

É uma grande mobilização da sociedade que nos lembra da importância do autocuidado e isso vai além de gênero, porque os homens, culturalmente falando, são mais resistentes a procurar atendimento médico, tipo de atitude que precisa ser superada.

Quanto tempo se leva para agendar ou comparecer a uma consulta médica? Algumas horas? Sabia que os brasileiros passam em média cerca de 3 horas por dia nas redes sociais? E os índices de absenteísmo, ou seja, faltas em consultas médicas, por uma série de motivos, entre eles, esquecimento, fica em torno de 30%?

Tudo é uma questão de prioridade. E esse mês de outubro deve ser encarado por todos nós, homens e mulheres, como um momento de pausa para reflexão e ação no sentido de investir e cuidar do nosso bem mais precioso, a saúde.