GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Exámenes médicos de rutina: puntos a considerar

Noticias 24hs | 22/11/2017 | 09:55

Es importante recordar que un chequeo de rutina o programado es un primer paso para verificar el buen funcionamiento del cuerpo

La prevención de enfermedades comienza por la planificación de exámenes semestrales o anuales, para conocer cuál es el estado del organismo. Un chequeo periódico con el especialista de salud puede detectar enfermedades a tiempo o prevenir que aparezcan.

Tomar muestras de sangre y realizar una evaluación física general pueden servir para echar un vistazo a cómo se encuentran los valores del cuerpo. Es la forma más recomendada para descartar cualquier problema que pueda tener el paciente.

No todos los exámenes tienen que hacerse a la vez. Todo depende de la condición de cada persona y su disposición a ser evaluada. Es decir, una mujer mayor de 40 años puede realizarse una mamografía anual para descartar cáncer, pero monitoriza cada seis meses sus niveles sanguíneos.

Es importante recordar que un chequeo de rutina o programado es un primer paso para verificar el buen funcionamiento del cuerpo. En el supuesto de que el médico encuentre algún elemento sospechoso, este puede profundizar los análisis a través de ecografías, tomografías, resonancias magnéticas, o pruebas más directas para los órganos.

Antes de una evaluación médica se recomienda a los pacientes que deben cenar ligero y temprano. Hay que evitar el consumo de frituras, grasas o harinas la noche anterior.

Otra de las evaluaciones que se realiza de forma habitual es la relacionada con la tolerancia a los alimentos.

El examen se basa en una extracción de sangre del paciente para analizar la reacción que pueden tener los anticuerpos ante diversos tipos de alimentos. Esto determinará cuál es el que resulta perjudicial y se podrá evitar su consumo.

Uno de los mejores test de intolerancia alimentaria es el que promueve el personal de http://a200test.com/, con el que será posible mejorar la salud de los pacientes que padecen este tipo de trastorno.

El principal beneficio de esta evaluación es conocer qué alimentos son los que el cuerpo metaboliza de forma correcta y cuáles hay que eliminar de la dieta, debido a que generan diversas reacciones celulares que derivan en múltiples síntomas y un mal desempeño metabólico.

El malestar general es el principal síntoma de la intolerancia. A diferencia de una alergia, esta tarda en manifestarse, por lo que el paciente debe "escuchar" al cuerpo.

Evaluación del colon

La colonoscopia es uno de los exámenes que se recomienda realizar una vez que el paciente ha superado el umbral de los 40 años. La evaluación se efectúa para detectar cualquier problema en esta vital área del cuerpo y ganar tiempo a enfermedades como el cáncer.

Según una investigación realizada por The New England Journal of Medicine, y dada a conocer en el 2015, se reveló que el cáncer colorrectal es el de mayor frecuencia es España.

Con este panorama se han impulsado nuevas formas menos invasivas de analizar el cuerpo humano. Así ha surgido el test sustitutivo a la colonoscopia, que se realiza a través de una muestra de sangre oculta en las heces del paciente a evaluar.

Se trata de los mismos resultados que una colonoscopia pero con un simple análisis de sangre, según explican los expertos de la web http://septina9.com/.

En el caso de la colonoscopia, esta es invasiva, mucho menos tolerada por el paciente y con el riesgo de sufrir perforaciones o sangrado. Los estudios previos han determinado que el examen es igual de eficaz que la colonoscopia, pero más barata.

El test de sangre sigue ganando terreno en comparación a la colonoscopia, ya que un gran

porcentaje de pacientes siente temor ante este tipo de exámenes.

Fisioterapia y el dolor

Una de las ramas de la medicina que ha contribuido al tratamiento de los dolores de espalda y otros tipos de malestares es el de la fisioterapia. Esta terapia no involucra el uso de fármacos, pero puede contribuir a curar o reducir significativamente las dolencias crónicas o puntuales de cada paciente.

Aunque se relaciona con el masaje, la fisioterapia cuenta con diversas técnicas para el manejo del dolor.

Para abordar este tema, el Centro médico Fisiosalum, que está considerado como el mejor centro de Sanchinarro, afirma que los Tratamientos fisioterapéuticos con electroterapia también pueden aportar muchos beneficios para la estimulación de músculos, nervios y tendones.

Estas pequeñas descargas son aplicadas a través de unas almohadillas que se colocan sobre la piel. Son especialmente efectivas para el tratamiento de esguinces en conjunto con la aplicación de un masaje del fisioterapeuta, según se informa a través de la página fisiosalum.es.

Cuidado bucal

La higiene que involucra el área bucal es una de las más solicitadas en una evaluación de rutina. Una limpieza en esta área del cuerpo debe realizarse al menos dos veces al año para garantizar un buen estado de salud bucal. El procedimiento no es doloroso y se realiza en pocos minutos.

"Entre sus beneficios se encuentran que elimina el exceso de sarro o, lo que es lo mismo, la placa calcificada que se adhiere a los dientes, y las manchas que pudieran aparecer con el paso del tiempo", indican los expertos de los Centros Servibucal, con unos precios inigualables a la hora de ofrecer sus servicios odontológicos.

Una limpieza no debe confundirse con un proceso de blanqueamiento. Respecto al precio de una limpieza dental, esta no es cara y representa uno de los procedimientos más sencillos. Así lo han

dado a conocer los expertos de Servibucal, que representa la mejor red de clínicas por toda España.

Cada persona debe ser consciente de que un buen estado de salud empieza con la prevención y el desarrollo de los exámenes de rutina. Estos representan la mejor arma para contrarrestar la aparición de enfermedades crónicas en el organismo.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/noticia/56037-examenes-medicos-de-rutina-puntos-a-considerar.htm