

ATUALIDADE EM SAÚDE

DR. IVO SAPUNAR

ASSOCIAÇÃO DE LABORATÓRIOS DE
DIAGNÓSTICO DA AMÉRICA LATINA

Pág

02

BIÓPSIA RENAL

04

CALORIAS GASTAS

06

CABELOS GRISALHOS

08

CÂNCER DE MAMA

10

DEGENERAÇÃO MACULAR

12

CLÍNICA MAYO

14

PÃO

16

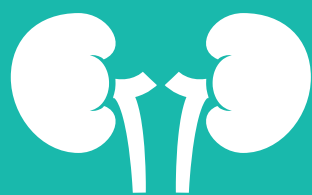
CHÁ

19

FONTE DA JUVENTUDE



DIAGNÓSTICOS
DO BRASIL



BIÓPSIA

RENAL



DIAGNÓSTICOS
DO BRASIL

BIÓPSIA RENAL

“Como ensinar um computador a ler uma biópsia renal”.

A interpretação correta de uma biópsia renal é de vital importância para a vida do paciente. Ao examinar o tecido renal, o patologista tem uma visão diagnóstica global e não uma quantificação detalhada a respeito de cada parte da amostra analisada.

O desenvolvimento de um dispositivo que lê a biópsia permitiu aos pesquisadores terem uma análise mais completa das imagens, uma contribuição à ciência feita pela Inteligência Artificial.

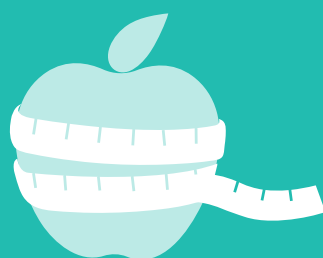
Uma equipe internacional de pesquisadores, liderada pelo Dr. Mark Stegall, da Clínica Mayo, realizou a primeira publicação deste procedimento na revista “Journal of the American Society of Nephrology”.

Ao analisar uma biópsia, foi possível observar o que se desenvolveu e visualizar imagens que podem sugerir o que acontecerá futuramente. Leonardo da Vinci disse que em uma pintura não somente se vê o presente, mas também o passado e o que virá mais tarde.

Para ensinar o computador a ler a biópsia, é necessário estabelecer um algoritmo de imagens conhecidas pelos especialistas, já que o dispositivo nunca substituirá a experiência humana.

A este respeito, houve avanços no que é conhecido como Inteligência Aumentada, que é uma combinação da capacidade da tecnologia e do conhecimento humano.





CALORIAS **GASTAS**

CALORIAS GASTAS

Cada vez mais nos preocupamos com as calorias contidas nos alimentos que consumimos, especialmente quando tentamos evitar o ganho de peso. Porém nós não dedicamos muito tempo pensando sobre como queimar estas calorias que habitualmente consumimos em um cachorro-quente, um sorvete ou um hambúrguer.

Se você vai a um restaurante de fast-food para comer uma pizza, leve a sua bicicleta. Uma fatia de pizza tem 308 calorias e será necessário pedalar muito para queimá-las.

É o preço que se paga pelo prazer de comer. Se você não queimar essas calorias ingeridas, elas irão diretamente aumentar o tecido adiposo do seu corpo.

Se no café da manhã você comeu duas rosquinhas fritas na gordura, com uma abundância de açúcar, você terá que dançar por 2 horas para queimar as 578 calorias consumidas. Recomendamos que você use sapatos confortáveis para isso.

Se você foi tentado a comer um sorvete de três sabores com creme, chocolate e frutas secas, você terá que queimar 850 calorias. Não se preocupe, uma corrida de duas horas dará conta do recado.

Sempre que você quiser saborear uma comida, pense em como irá queimar essas calorias extras porque as que não forem queimadas, **FAZEM VOCÊ ENGORDAR.**





CABELOS **GRISALHOS**



DIAGNÓSTICOS
DO BRASIL

CABELOS GRISALHOS

Os folículos capilares têm células que produzem melanina que dá cor aos fios.

À medida que se envelhece, estas células diminuem e a quantidade de pigmento diminui, de modo que os cabelos começam a ficar grisalhos até ficarem totalmente brancos.

Esse processo é regulado pelos genes. Se um de seus pais teve cabelos grisalhos aos 30 anos de idade, é muito provável que a mesma coisa aconteça com você.

O aparecimento de cabelos grisalhos também é influenciado pela etnia: pessoas de etnia branca podem começar a tê-los a partir dos 30 anos de idade e as pessoas de etnia negra uma década depois.

Provavelmente alguns problemas de saúde, tais como a falta de vitamina B12, doenças da tireoide ou vitiligo estão relacionados com o aparecimento de cabelos grisalhos. O estresse e o tabagismo também influenciam; fumantes têm duas vezes e meia mais cabelos grisalhos do que os não fumantes.

Há um velho ditado que diz: ao tirar um fio de cabelo grisalho, outras três aparecem.

Isso não é assim, pois não é adequado arrancá-los. O cabelo grisalho é mais fino do que o cabelo de cor porque seu bulbo é mais fino e por isso aconselha-se usar tratamentos hidratantes e óleos protetores. Além disso, há também a opção de pintar o cabelo. Se você não quiser usar tintas químicas, é possível recorrer a algo mais natural, como os pigmentos vegetais da Henna.





CÂNCER **DE MAMA**



DIAGNÓSTICOS
DO BRASIL

CÂNCER DE MAMA VACINA

É possível prevenir o câncer de mama com uma vacina?

Keith Knutson, PhD da Clínica Mayo na Flórida, acredita que sim. Ele desenvolveu uma vacina em colaboração com a National Breast Treatment Coalition que poderia prevenir os três subtipos da doença:

- **Receptor de estrógeno positivo (ER+)**
- **HER2+**
- **Triplo negativo**

A vacina compromete seis proteínas (**HER2-neu, mammaglobina-A, MAGEA3, survivina, hTERT e MUC-1**) as quais, em vários estudos, têm mostrado uma amplificação no câncer de mama.

Em vez de utilizar um vírus ou uma bactéria, a vacina do Dr. Knutson imuniza contra as proteínas que estão codificadas no DNA do paciente.

A Fase 1 do projeto foi iniciado com mulheres que foram tratadas para o câncer de mama metastático avançado. A Fase 2 será iniciada no decorrer deste ano com mulheres com alto risco de apresentarem câncer de mama. Levará 10 anos para comprovar se esta vacina reduz a incidência de câncer de mama nesta população de alto risco.

A Fase 3 será feita com 100.000 pacientes em um estudo multicêntrico.

A pergunta é: É possível prevenir a recorrência do câncer de mama estimulando o sistema imunológico? O Dr. Knutson acredita que sim. Ele tem três vacinas, em processo de ensaios clínicos, para reduzir a mortalidade pelo do câncer de mama.

Sabemos que o sistema imunológico protege contra o câncer e tem sido demonstrado que pessoas com alta imunidade têm melhores prognósticos de vida.





DEGENERACÃO **MACULAR**



DIAGNÓSTICOS
DO BRASIL

DEGENERAÇÃO MACULAR

Esta é uma condição muito comum em idosos onde há perda da visão central e com isso a redução na capacidade de ler, assistir televisão e interagir com os seus entes queridos: para esse grupo de afetados, o mundo se reduz àquilo que podem distinguir através de uma visão periférica pobre em detalhes. Esta é uma condição irreversível para o qual não existe um tratamento cirúrgico ou através de lentes.

A área da retina especializada em ver detalhes é perdida e a visão que resta fica à mercê da periférica, incapaz de identificar imagens com nitidez. Não se trata de cegueira, porque a pessoa pode praticamente levar a sua vida normal enxergando o ambiente sem precisão, porém o suficiente para caminhar e distinguir o que há ao seu redor.

Os pacientes são submetidos a injeções intraoculares periódicas que não resolvem o problema de forma definitiva.

Mas, maravilha das maravilhas!!!

Timothy Olsen, M.D. Da Clínica Mayo (Rochester, Minnesota) desenvolveu um dispositivo que é implantado dentro do olho e soluciona o problema decorrente da degeneração macular.

É necessário avançar a estratégia e a comercialização deste produto para que os idosos possam recuperar essa visão maravilhosa que os olhos nos oferecem.



CLÍNICA **MAYO**



DIAGNÓSTICOS
DO BRASIL

CLÍNICA MAYO: LINHAS DE PESQUISA

As pesquisas da Clínica Mayo em sua sede em Jacksonville, Flórida, foram muito enriquecedoras no ano passado:

- Encontra-se em desenvolvimento um tratamento com íons de carbono para o tratamento de câncer: isto permite destruir células neoplásicas que resistem à terapia de radiação tradicional.
- A preservação de pulmões doados é realizada para que eles estejam disponíveis e em boas condições para serem transplantados.
- Desenvolvimento de vacinas contra o câncer: a nível de câncer de ovário e de mama, uma vacina está sendo desenvolvida que estimula o sistema imunológico e evita a sua recorrência.
- A biópsia do ar exalado: são obtidas “impressões digitais” das moléculas do ar exalado que auxiliam no diagnóstico de algumas enfermidades, incluindo o câncer.
- Broncoscopia robótica para o diagnóstico de câncer pulmonar: diminui o risco de complicações que existem na biópsia com o uso da broncoscopia tradicional.



PÃO



DIAGNÓSTICOS
DO BRASIL

PÃO

O pão branco tradicional é o inimigo número um da saúde. Para começar, ele é viciante porque produz substâncias chamadas gluteomorfinas que se ligam aos receptores opioides do cérebro, os mesmos que interagem com a morfina e heroína.

Produtos semelhantes são produzidos como o queijo (casomorfinas) o que faz com que a pizza seja duplamente viciante porque contém farinha e queijo.

O pão branco, feito com farinha refinada, tem um elevado índice glicêmico que provoca um aumento no nível de dopamina (o neurotransmissor dos desejos). É uma droga que gera ciclos repetitivos de desejos... por mais pão.

O pão foi tão reverenciado na Grécia antiga que os outros alimentos eram chamados de "temperos".

Um cardiologista famoso, Dr. William Davis, o chamava de "o veneno crônico perfeito". A farinha branca refinada é a principal fonte de calorias na dieta americana. Foi demonstrado que ao consumir o pão branco, há uma liberação súbita de glicose que traz consigo picos de elevação de insulina o que gera inflamação crônica. Esta inflamação é a mãe das principais doenças que afetam os seres humanos: **câncer, doença de Alzheimer, doença cardiovascular, esteatose hepática, diabetes e envelhecimento.**

Tudo isso é uma amostra de quão importante tem sido o pão na história mundial e o grave impacto do seu consumo nos dias de hoje.

A origem do problema reside em que 75% dos hidratos de carbono do pão branco são consumidos na forma de **Amilopectina A**, que se transforma rapidamente em glicose. De acordo com uma pesquisa publicada no "American Journal of Clinical Nutrition", comer duas fatias de pão branco provoca uma elevação de glicose no sangue maior do que uma lata de bebida açucarada, uma barra de chocolate ou seis colheres de chá de açúcar.

Outro dos problemas criados pelo consumo de pão branco é que é praticamente impossível queimar gordura e perder peso devido aos elevados níveis de insulina e glicose que impedem a queima de gordura dos depósitos alojados no corpo.



CHÁ



DIAGNÓSTICOS
DO BRASIL

CHÁ

O chá, originalmente da China, é o líquido mais bebido no mundo depois da água. Ele vem das folhas verdes da planta *Camellia Sinensis*. Existem quatro tipos de chá: **verde, branco, preto e oolong**, todos derivados da mesma planta e ricos em antioxidantes.

Ele é rico em polifenóis que estão associados a um menor risco de contração de doenças crônicas.

Os benefícios obtidos ao beber chá são os seguintes:

- Os antioxidantes contidos no chá protegem o organismo contra uma série de tumores malignos, como o de próstata, muito raro na Ásia. Os asiáticos bebem muito chá verde.
- Queima de gordura: o chá verde é rico em catequinas, que aumentam a capacidade do organismo de queimar gorduras.
- O chá verde combate a osteoporose e protege o coração, reduzindo o risco de ataque cardíaco.
- O consumo de chá tem sido associado com uma menor incidência da doença de Alzheimer, diabetes, obesidade, artrite, infecções, e incluindo AIDS.
- Um grupo de cientistas monitoraram 29.335 finlandeses durante um período de 13 anos e concluíram que o consumo de chá estava relacionado com uma **redução significativa na incidência da doença de Parkinson**.
- Há uma evidência importante de que a cafeína no chá pode melhorar a memória.

Existem folhas de chá muito especiais, usadas para preparar o Simón Cheng, chamado de o **“Rei do-s chás”**. Estas são colhidas de árvores com mais de 250 anos. Suas raízes profundas captam traços de minerais e nutrientes especiais em suas folhas que passam por uma fermentação microbiana, criando polifenóis chamados teaflavinas. Este chá é incomparável.

CHÁ

Quatro razões pelas quais ele é a melhor bebida:

- Proveniente de árvores com mais de 250 anos.
- Suas folhas têm uma maior concentração de polifenóis do que outras folhas de chá.
- Suas raízes penetram profundamente no solo, levando às suas folhas minerais raros, diversidade microbiana e nutrientes valiosos.
- A partir de uma região maravilhosa no sopé dos Himalaias, chega um superalimento ecológico.

Auxilia na regularização do intestino e a digestão. Revitaliza o organismo, estimulando o sistema imunológico e a regeneração celular.

Este chá maravilhoso, que é muito puro (livre de toxinas), é o resultado de um processo de fermentação em que os micróbios benéficos (probióticos) fazem com que o chá verde se transforme em chá preto produzindo teaflavinas e tearubiginas. Os probióticos deste chá apoiam a biodiversidade da microbiota intestinal enquanto os flavonóis, como a teaflavina (probiótico) nutrem as bactérias boas: isto leva a um equilíbrio da microbiota intestinal.





FONTE DA **JUVENTUDE**



DIAGNÓSTICOS
DO BRASIL

FONTE DA JUVENTUDE

Pesquisadores da Escola de Medicina da Universidade de Washington (St. Louis) descobriram uma substância natural que interrompe completamente o envelhecimento em ratos.

Após uma semana de tratamento, cada um dos sinais de envelhecimento foi REVERTIDO. Eles simplesmente não envelheceram ou adoeceram como teria acontecido sem a contribuição do tratamento. A visão melhorou, seus ossos se tornaram mais fortes, alcançaram uma maior energia, aumentaram a sensibilidade à insulina e perderam peso, embora tenham comido mais.

Esta substância é chamada de **NT3** e a sua aplicação em seres humanos está sendo estudada no Hospital Brigham and Women de Boston. A possibilidade de viver 110 anos é de uma em sete milhões. 400 pessoas conseguiram e viveram sem terem doenças graves.

Os cientistas atribuem estas características aos **“bons genes”**. Na verdade, era assim com os seus antepassados que também tiveram vidas longas. Mas esses cientistas descobriram que se alguém não tiver a sorte de herdar esses bons genes, é possível controlar o envelhecimento a nível celular. Conseguiram fazer com -que as células velhas rejuvenescessem.