JORNAL DO MÉDICO

APM ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE MEDICINA SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Informativo da Associação Paulista de Medicina
São José dos Campos - SP
Ano 30 | nº 279 | Outubro 2022

Tudo pronto para "Uma noite em Las Vegas"!

Esperamos você no Baile do Médico 2022, comemorando a volta da tradicional festa organizada pela APM Regional São José dos Campos, depois de dois anos suspensa, por causa da pandemia. Este ano haverá shows com a Banda Riffer, Priscilla Coutto, Elton John Tibrute e Dj Fredy Ribeiro, além de uma sala de jogos para você viver seu momento Las Vegas! MW Gastronomia assina o buffet da festa.

O tradicional encontro anual da classe médica será no dia 5 de novembro, no Clube de Campo Santa Rita, mais uma vez organizado por Soraia Estácio. O evento promete comemorar em grande estilo o retorno ao formato presencial.

Vamos nos encontrar para rever os amigos e celebrar com muita alegria e confraternização!

Curta nossa página no Facebook
@apmsjcampos

Siga-nos no Instagram
@apmsjcampos

Parabéns ao Dr. Ruy Truyts, ganhador da cesta patrocinada pela @ademicon. Cesta com Chandon, panetone e chocolates, pelo SORTEIO de Dia do Médico.

A campanha Outubro Rosa é realizada anualmente, com a intenção de alertar a sociedade sobre o câncer de mama e, mais recentemente, sobre o câncer do colo de útero. O objetivo é compartilhar informações e promover a conscientização sobre as doenças e o diagnóstico precoce.

O movimento surgiu em 1990, nos Estados Unidos, quando a instituição Susan G. Komen Breast Cancer Foundation promoveu a primeira "Corrida pela Cura", que tinha o objetivo de arrecadar fundos para pesquisas realizadas pela instituição. No Brasil, a primeira ação aconteceu em 2002, com a iluminação cor-de-rosa do Obelisco do parque Ibirapuera.

Fonte: APM

Dia do Médico

Dia 18 de outubro comemora-se o Dia do Médico, data escolhida em homenagem a São Lucas, que dentro da tradição católica é o santo padroeiro da Medicina.

A Medicina, sem dúvida alguma, vem a ser uma das áreas de conhecimento que exigem maior comprometimento e responsabilidade por parte do profissional. Mas, além de toda a responsabilidade ao redor da profissão, constata-se que a falta de recursos e a fasta de estrutura no sistema de saúde muitas vezes faz com quem o médico não consiga desempenhar da maneira mais adequada o seu papel, dessa maneira criando insatisfações a si próprio e aos pacientes que utilizam esses serviços de saúde.

Essa é uma profissão que exige esforço, dedicação e vocação.

Os desafios impostos pela pandemia da Covid-19 não conseguiram vencer os ideais, o profissionalismo e a índole dos médicos. Desde o seu início, os colegas estiveram na linha de frente dessa guerra, vencendo seus próprios temores (e de seus familiares) e jamais abandonaram seus pacientes. A despeito de todas essas dificuldades apresentadas aos mais de 450.000 médicos que cuidam da saúde dos brasileiros, somos um dos profissionais mais admirados pela população. Várias pesquisas evidenciam esse fato, elegendo os médicos como um dos profissionais mais confiáveis em todo o Brasil. De fato, no contato diuturno com os pacientes, seus familiares e toda a comunidade que nos cerca, temos essa percepção. E, mesmo com todas as dificuldades, na escolha de uma profissão, o curso de Medicina continua sendo um (ou o mais) disputado há vários anos.

A Associação Paulista de Medicina, através de sua Regional de São José dos Campos, se dirige a todos os colegas médicos para agradecer o esforço que cada um desempenhou, a seu modo, para conseguir atenuar o impacto terrível gerado pela pandemia sobre a população de nossa cidade e toda a região valeparaibana.

Tenho certeza de que mesmo nesses tempos difíceis que estamos vivendo, todos os colegas médicos possuem muita clareza sobre essa história que estamos escrevendo e o futuro que estamos construindo.

Finalizando, aproveito para fazer um convite. Voltaremos a ter, este ano, após dois anos de ausência devido à pandemia, o nosso Baile do Médico (presencial!!!), que será no próximo dia 5 de novembro, a partir das 21h, no salão de festas do Clube Santa Rita. Com o tema "Uma noite em Las Vegas", estamos preparando com muito carinho e dedicação essa festa que promete superar ainda mais os nossos eventos anteriores. Várias surpresas estarão esperando por vocês e, além de comemorarmos o Dia do Médico, já antecipamos um pouco as comemorações de fim de ano.

Merecemos uma grande festa!

Othon Mercadante Becker
Presidente
APM SJCampos

A APM É LIVRE PARA DEFENDER O MÉDICO E A MEDICINA.

PARA SER LIVRE, PRECISA SER FORTE. SEJA SÓCIO DA APM.

Ligue hoje: (12) 3922-1079

Mande um e-mail: apm@apmsjc.com.br

ou WhatsApp: (12) 98303-4682

Hormônio do exercício protege os rins contra danos do diabetes

Liberada pelo tecido muscular durante a prática de atividade física, a irisina é a mais recente esperança dos cientistas para proteger os rins de pessoas diabéticas dos danos causados pela progressão da doença. A substância, também conhecida como hormônio do exercício, é considerada pelos cientistas como um dos principais mensageiros químicos responsáveis pela longa lista de benefícios proporcionados pela atividade física regular ao organismo humano.

Após uma sequência de experimentos, um grupo de pesquisadores da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp) não apenas confirmou os benefícios da substância aos rins como descreveu, pela primeira vez, de que maneira ela pode prevenir os estragos renais produzidos pelo diabetes. Silenciosa, a doença atinge entre 20% e 40% dos diabéticos. Ao provocar danos nos vasos sanguíneos, artérias e veias que irrigam os rins, conduz à insuficiência renal crônica.

"Nós constatamos que o exercício aeróbico está associado a um aumento da irisina muscular na circulação sanguínea e também nos rins, conferindo nefroproteção", explica o médico José Butori

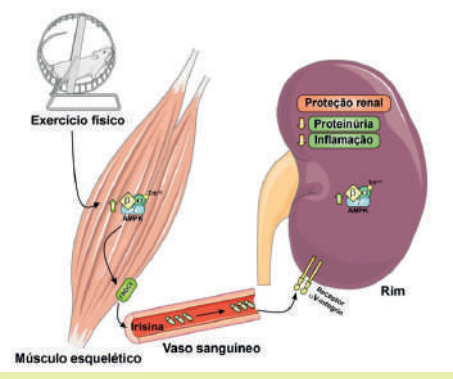


Imagem: acervo dos pesquisadores

Lopes de Faria, do Laboratório de Fisiopatologia Renal e Complicações do Diabetes da Faculdade de Ciências Médicas (FCM-Unicamp) e orientador de Guilherme Pedron Formigari, primeiro autor do estudo.

O trabalho, publicado na revista Scientific Reports, teve apoio da FAPESP.

Metodologia - O primeiro passo dos pesquisadores foi induzir o diabetes em ratos com oito semanas de idade e medir indicadores de danos renais, como a presença de albumina na urina. A perda dessa proteína é sinal de que as células renais já começaram a sofrer os efeitos do diabetes. Os animais foram separados em três grupos – controle, diabéticos sedentários e diabéticos exercitados (submetidos a treinamento físico em esteira rolante por oito semanas).

Na segunda etapa, a equipe injetou medicamentos nos roedores diabéticos e exercitados para bloquear a ação renal da irisina. A deficiência da substância coincidiu com o bloqueio dos efeitos benéficos do exercício, como a redução de albumina na urina e a menor expressão de substâncias que atuam na fibrose dos glomérulos (a unidade do rim que faz a filtragem do sangue e a eliminação dos resíduos do metabolismo). "A falta da irisina aboliu os efeitos protetores do exercício ao rim diabético", escreveram os pesquisadores.

Mais uma prova foi feita com células tubulares renais humanas cultivadas em laboratório para saber se o tratamento com irisina seria capaz de evitar as alterações da glicose elevada. Durante o processo de filtragem feito pelos rins, os túbulos renais reabsorvem e devolvem ao sangue a água, eletrólitos e nutrientes necessários. No teste, eles foram imer-

JORNAL DO MÉDICO
APM ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE MEDICINA
AMB Associação Médica Brasileira
www.apmsjc.com.br

Órgão informativo da Associação Paulista de Medicina São José dos Campos • Presidente – **Othon Mercadante Becker** • Vice-presidente - **David Alves de Souza Lima** • 1º Tesoureiro - **Gilberto Benevides** • 2º Tesoureiro – **Pedro Roberto Alves Ribeiro** • 1º Secretário – **Luiz Alberto Vantine** • 2º Secretário – **Pedro Luiz de Brito** • Diretores de Defesa Profissional – **Israel Diamante Leiderman e Cesar Massami Yukita** • 1º Diretores Científicos – **João Manoel Theotonio dos Santos e Odeilton Tadeu Soares** • Diretora de Comunicação – **Nathalia Caterina** • Diretores Sociais – **João Manuel F. Simões de Carvalho Maio, Hérica Veloso Ribeiro Mont'Alvão e Juliana Branchini** • Diretores Culturais – **Roberto Schoueri Jr. e Galiano Brazuna Moura** • Diretores de Esportes – **Fabio da Silva Baptista e Walter Rodrigo Miyamoto** • Conselho Fiscal – **Sérgio dos Passos Ramos, Antonio Celso Escada, Margarida Fernandes Alves Isaac, Jerônimo Ruiz Centeno** • Delegados junto à APM Estadual – **Francir Veneziani Silva e Renato Poli Veneziani Sebbe** • Jornalista Responsável: **Ana Paula Soares** - Mtb. 18.368 • Projeto Gráfico: **Urizzi DesignLab** • Diagramação/editoração: **Guilherme Cardozo** • Tiragem desta edição: 1.080 exemplares. • Toda matéria assinada é de responsabilidade do autor.

UroCenter

Única clínica de Urologia do Vale do Paraíba com serviços de consultas, procedimentos de pequeno porte, litotripsia extracorpórea, cirurgias, videolaparoscopia e cirurgia robótica.

CORPO CLÍNICO: Jorge Cezar P. de Castro | Marco Antonio Fioravante
José Ronaldo Bigatão | Luiz Antonio Bonetti | Mario Henrique Bavaresco

Rua Marcondes Salgado, 28 - Vila Adyana - São José dos Campos - SP
Telefones: (12) 3923-1002 | 3519-3390 WhatsApp: (12) 99631-7759

DR. MARCO ANTONIO FIORAVANTE - CRM: 46027/SP

IMPORTANTE

A APM São José dos Campos esclarece que o conteúdo do material publicitário encartado no Jornal do Médico é de exclusiva responsabilidade do anunciante. A APM se reserva o direito de recusar a divulgação de conteúdos não condizentes com a ética médica e a legislação vigente.

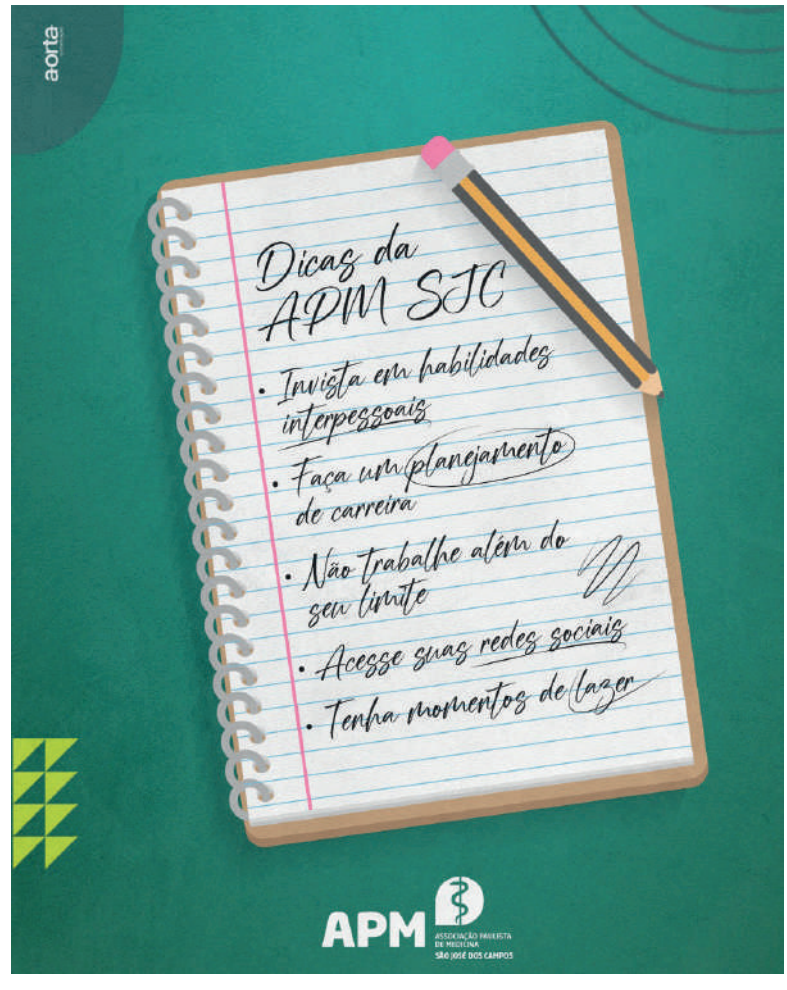
sos em um meio que simulava as condições do diabetes e continha o hormônio na sua forma recombinante, fabricada pela indústria.

"A resposta foi positiva. Concluímos que o exercício físico aumenta a irisina no músculo e na circulação e que, nos rins, a presença desse hormônio ativa a enzima AMPK, que bloqueia os mecanismos da fibrose renal", explica Faria.

Neste trabalho, os pesquisadores avaliaram o soro humano (sangue centrifugado, sem os glóbulos vermelhos) de diabéticos exercitados e sedentários. Nas amostras de quem se manteve em atividade, a irisina encontrada protegeu o rim e reduziu a lesão das células tubulares expostas a alta concentração de glicose. "Pela primeira vez, podemos afirmar que, no diabetes, o eixo irisina/AMPK induzido pelo exercício físico protege as células renais dos efeitos da alta glicose", concluíram os autores.

O artigo Renal protection induced by physical exercise may be mediated by the irisin/AMPK axis in diabetic nephropathy pode ser lido em: **www.nature.com/articles/s41598-022-13054-y#Ack1**.

Fonte: Mônica Tarantino | Agência FAPESP



Novos associados

A APM São José dos Campos saúda e dá boas vindas a seus novos associados!

Ananda Costa Domingos
Anna Clara Biolcatti Silva
Ayako Kumeta
Cecilia Marques Meirelles
Daniel Izidoro Caetano
Elisa Coppio Pinotti
Emilio Antonio Souza Brandao
Flavia Maciel Porto
Giovanna Pereira Bortoli
Glauco Tupinamba Fernandes de Sa
Glaura Leticia Barbosa
Laura Christin Camara Ferreira
Marcio Augusto da Costa
Nicole Lopes Veneziani
Pietro de Carvalho Campos
Rodrigo da Silva Rodrigues
Rodrigo de Andrade Paulino
Rubens Massato Nakassa Terayama
Victor Hugo de Cillo

Fala, Doutor! Confira os episódios publicados

Em iniciativa pioneira no Estado de São Paulo, a APM São José dos Campos lançou, em março, o podcast "Fala, Doutor!" O objetivo é levar à população informações confiáveis e relevantes sobre assuntos relacionados às diversas áreas da saúde, em linguagem objetiva e acessível.

Confira os temas já abordados:

Episódio 1 – Saúde Mental na Pandemia. Convidado: David Souza Lima

Episódio 2 – Câncer colorretal e o Março Azul Marinho. Convidado: Walter Miyamoto

Episódio 3 – Memória e envelhecimento. Convidado: Roberto Schoueri Jr.

Episódio 4 – Mitos e verdades na obstetrícia. Convidada: Herica Veloso Ribeiro Montalvão

Episódio 5 – Cirurgia Pediátrica. Convidado: Pedro Luiz de Brito

Episódio 6 - Saúde do sistema digestivo. Convidado: Renato Poli Veneziani Sebbe

Episódio 7 - Infecções respiratórias do inverno. Convidado: José Eduardo de Oliveira

Episódio 8 - Autocuidados e compromissos com a saúde. Convidado: André Chiga

Episódio 9 - Baixa estatura e puberdade precoce. Convidado: Israel Diamante Leiderman

Episódio 10 - Os mil primeiros dias da criança. Convidada: Maria Margarida Fernandes Alves Isaac

Episódio 11 – Envelhecimento dos olhos. Convidado: Sebastião Dominguez Neto

Episódio 12 – Infarto do Miocárdio. Convidado: João Manoel Theotonio dos Santos

Episódio 13 – Doenças do sistema locomotor. Convidado: Francir Veneziani Silva

Episódio 14 – Oncologia. Convidado: Adriano Diniz Baptista Mendese

Episódio 15 – Benefícios da alimentação saudável e exercícios. Convidado: Fábio Roberto da Silva Baptista

Episódio 16 – Câncer de mama. Convidada: Melissa Quirino

Acesse a playlist do podcast Fala, Doutor! Apontando a câmera do seu celular para o QR CODE.

CLASSIFICADOS
De médico para médico

ALUGO - horários em consultório localizado na Avenida Andrômeda (Shopping Espaço Andrômeda). Com 2 secretárias, 2 telefones fixos e vaga na garagem. Contatar Éder telefones: 12 3931-9023 / 3931-5179.

ALUGO - salas de consultório por períodos em clínica nova, moderna e de alto padrão. Ed. Downtown Office, R. Euclides Miragaia 145, sl. 1301, Centro, SJC. Secretárias, recepção, telefone, Internet, TV, ar condicionado. Salas com armários planejados, poltronas, impressoras, maca para obeso, pia com bancada etc. Temos sala de procedimento liberada pela Vigilância Sanitária. Equipe formada por 2 cirurgiões plásticos, ORL, endocrino. Procuramos colegas para somar à nossa equipe. Contato: WhatsApp 12 991415531ou 12 3911-9014. Dra. Katia Ferrer CRM-SP 111.884.

ALUGO/VENDO – Sala de 56 m2 no 5º andar (sl. 55) do Centro Médico São João (Av. São João, 410, Jd. Esplanada). Contatos: (12) 3921-2071 / 3921-4177 / 3202-8050 ou WhatsApp (12) 99125-7193 (Andreia).

VENDO conjunto de salas de 63 m2 com e 2 consultórios, podendo ser mobiliado ou não. Edifício Liberal Center. Contato: Roberto C Viana - Cel. 12 997096649.

HORÁRIOS em consultório médico. Ótimo preço. Local com wi-fi, secretárias, PABX, ar condicionado, recepção com TV Smart, sala de atendimento já equipada. Jd. Aquarius, Ed. Le Classique. Tratar por telefone 12 991775845 ou 988681965 ou, somente WhatsApp 996135585. Dra. Maria Beatriz de Oliveira.

ALUGO sala para consultório em local privilegiado, em clínica na Av. Anchieta 585, Esplanada. Vista para o Banhado. 15m2, em andar superior, com ar condicionado, ampla sala de espera. Dispomos de secretárias, segurança por sistema de câmeras e alarme monitorado, e aprovação na vigilância sanitária. Estacionamento aberto na frente. Aluguel: R$ 660,00 mais rateio de despesas. Contato: 12 99600-3807 (David Souza Lima).

ALUGO sala de consultório médico, em clínica de alto padrão, mobiliada, com wi-fi e PABX. Ampla Sala de Espera com ar condicionado e TV. Av. Anchieta, 671. Jd. Esplanada Contato: 3947-7020 com Mauricéia.

SCHOOL OF ROCK

A School of Rock é mais uma parceira da APM SJC!

Associado e seus dependentes têm desconto de 20% na matrícula + aula experimental grátis e 30 dias grátis de School of Rock Play.

Inicie já a sua jornada musical!!

Para mais informações, entre em contato:
(12) 3945-0543 / (12) 99714-1616

http://www.saojosedoscampos.schoolofrock.com

ICBEU – Curso FLEX 100% Online!

É a mesma qualidade do ICBEU com a comodidade de fazer o curso de onde estiver, seja em casa, no trabalho ou durante uma viagem. As aulas têm 1 hora de duração e acontecem de segunda a quinta-feira (4 vezes na semana), para que você tenha contato com o idioma em diversos dias na semana.

- Curso 100% online
- Curso intensivo com foco no mercado de trabalho
- Rápido e completo (18 meses) e com ênfase na fluência
- Não é aula gravada! Aulas ao vivo para melhor interação com professor
- Grupos reduzidos de alunos, garantindo qualidade
- Acesso às aulas perdidas em ambiente online
- Plantão de dúvidas
- Horários flexíveis que se encaixam na sua agenda

ASSOCIADOS DA APM DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS TÊM 20% DE DESCONTO