

INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL
PERMITE MEDICINA À MEDIDA DO DOENTE

DOWNLOAD GRÁTIS

JUN 2019

MEDICAL NEWS®

WWW.INDICE.PT

NOTÍCIAS DA SAÚDE

MUTAÇÃO GENÉTICA
IDENTIFICÁVEL POTENCIA

**CANCRO
DO OVÁRIO**

**ÓRGÃOS
VIVOS**
CRIADOS POR
IMPRESSORA 3D

IOGURTE
CONTRA A GRIPE

**ANTIBIÓTICO
ANTITUMORAL**

SINTETIZADO PELA 1ª VEZ



ISSN: 1646-3668



9 771646 366003



NOTÍCIAS DA SAÚDE?

Publicidade



ÍNDICE® PRO



Android e iOS

Compatível com as últimas versões

Faça Download Gratuito nas App Stores



Google play



Available on the
App Store



6 **Biomedicina**

iBET tem nova unidade dedicada à I&D de bioprocessos para produção de biofármacos



11 **Cardiologia**

Identificadas bactérias orais em êmbolos cerebrais de pacientes vítimas de AVC

16 **Hematologia**

IPO do Porto administra terapia para cancro do sangue com células geneticamente modificadas



22 **Oncologia**

Antibiótico antitumoral re-produzido em laboratório pela primeira vez

8 **Andrologia**

Tratamento psicológico da disfunção erétil é “tão eficaz” quanto a medicação

9 **Biomateriais**

Órgãos vivos começam a ser criados por impressora 3D



10 **Cardiologia**

Exame inovador não invasivo permite diagnosticar doenças cardíacas

12 **Cirurgia ambulatoria**

Cerca de 63% das cirurgias são realizadas em ambulatório em Portugal



13 **Dietas e nutrição**

Cistina dietética é essencial na regulação dos níveis de mercaptalbumina

14 **Endocrinologia**

Spirulina pode prevenir diabetes



15 **Genética**

Composto presente nos brócolos aumenta eficácia de supressor tumoral



17 **Internamentos**

Internistas querem diretivas nacionais para resolver a falta de camas nos hospitais



18 **Medicina à medida**

Inteligência artificial vai permitir desenvolver medicina feita à medida do doente



19 **Medicina interna**

João Sá distinguido com Prémio de Medicina Interna

20 **Menopausa**

Alterações cardíacas da menopausa ocorrem mais cedo do que se pensava



24 **Pediatria**

Poluição atmosférica pode afetar capacidades cognitivas fulcrais em crianças



27 **Psicologia**

Contacto com a natureza combate stress

28 **Recursos humanos**

Há mais de 1 200 vagas para médicos recém-especialistas no SNS



21 **Nomeações**

Cirurgião português é nomeado presidente da Associação Internacional de Cirurgia Ambulatória

25 **Probióticos**

logurte pode ser benéfico contra gripe

23 **Oncologia**

Quase metade das portadoras da mutação genética BRAC vai desenvolver cancro do ovário

26 **Projeto Atlantis**

Estudantes estrangeiros observam práticas clínicas no CHUC

29 **Saúde e nutrição**

Refeições à hora errada aumentam risco de certos tipos de cancro



30 **Transplantes**

Desenvolvido teste que prevê rejeição de transplante de ilhotas

31 **Eventos para julho**

Instituto comemora 30 anos

iBET tem nova unidade dedicada à I&D de bioprocessos para produção de biofármacos



A celebrar o seu 30.º aniversário, o iBET – Instituto de Biologia Experimental e Tecnológica – aposta na modernização das suas infraestruturas, com um investimento de cerca de um milhão de euros que permitiu renovar a antiga Unidade Piloto. Late Stage R&D and Bioproduction Unit é o novo nome do edifício que irá dar apoio e suporte ao desenvolvimento de projetos de investigação em biofármacos.

Atualmente, o Instituto desenvolve, em simultâneo, cerca de 70 projetos de I&D (investigação e desenvolvimento), assegurados por cerca de 230 investigadores, incluindo doutorados, engenheiros, técnicos e bolseiros.

As suas competências são apoiadas por uma rede académica e empresarial dinâmica e multidisciplinar o que, juntamente com a sua estrutura orientada para a obtenção de resultados, lhe permite transferir o conhecimento que cria para as empresas dos setores alimentar e farmacêutico,

ajudando-as a inovar, a criar valor, emprego e crescimento económico.

Com um legado de 30 anos, o iBET é, atualmente, a maior organização privada sem fins lucrativos portuguesa, dedicada a investigação em biotecnologia e perspetiva a continuidade na inovação e no crescimento sustentável.

“o iBET desenvolveu um modelo de colaboração com a indústria farmacêutica internacional que se traduz na implementação de laboratórios satélite no Instituto”

Esta foi a base que motivou a renovação da Unidade Piloto, agora com uma superfície total de 1100,00 m², inaugurada esta terça-feira, 28 de maio de 2019, durante o evento de comemoração do 30.º aniversário do iBET, que conta com a presença de ilustres convidados das áreas da política, da indústria farmacêutica e agroalimentar.

Este projeto contou com um investimento total de aproximadamente um milhão de euros (dos quais 375 milhões financiados pelo FEDER), que permitiu criar: quatro novos laboratórios versáteis para acolher projetos em regime de campanhas de Late Stage R&D; laboratórios modernizados com dimensões apropriadas às escalas agora necessárias para desenvolvimento de biofármacos; um espaço administrativo em regime open space, com capacidade para 16 postos de trabalho, um gabinete e uma zona de trabalho informal junto a uma sala de reuniões (que se pode converter num pequeno auditório); uma área técnica para o equipamento de apoio e suporte: armazém, salas de arcas, duas câmaras frias e um átrio de serviço para rececionar grandes volumes; uma copa e espaço de descanso e bem-estar para convívio entre colegas e um meeting point.

Paula Alves, CEO do iBET, refere que, “tendo em conta a evolução tecnológica, as necessidades do mercado e o nível de excelência e entrega da equipa do iBET,

o espaço antigo foi-se tornando insuficiente e alguns aspetos obsoleto”.

“Agora, temos a Unidade subdividida em dois pisos, o que permite aumentar a capacidade de desenvolvimento e de produção simultânea de diferentes biofármacos, articulando-se melhor com as atuais exigências do setor – mais produtos em escalas menores”, destaca a responsável.

“Desta forma, o novo espaço vem reforçar a capacidade de investigação e desenvolvimento do iBET, gerando valor para si e para os seus sócios e parceiros”, refere ainda.

Com a aposta nesta infraestrutura modernizada e tecnologicamente avançada, o iBET pretende i) aumentar a capacidade de projetos de investigação a decorrer em simultâneo; ii) reforçar progressivamente os quadros qualificados; iii) aumentar as atividades desenvolvidas com os sócios empresariais das áreas farmacêuticas e agro-indústria; iv) desenvolver a área de Bioprocessos e Suporte Analítico que dá apoio à caracterização de Biofármacos; v) potenciar as áreas estratégicas da Terapia Génica, Terapia Celular e Vacinas; vi) reforçar as condições que permitam angariar mais clientes e vii) crescer em volume de prestação de serviços.

Ao longo do seu percurso, o iBET desenvolveu um modelo de colaboração com a indústria farmacêutica



internacional que se traduz na implementação de laboratórios satélite no Instituto, com equipas exclusivamente dedicadas e projetos de grande dimensão e profundidade.

Neste momento, o iBET tem quatro laboratórios satélite: Merck (Alemanha e Boston), Bayer (Alemanha), Novartis (Suíça) e Sanofi (Alemanha, França e Boston).

Este modelo contribui diretamente para capitalizar as competências técnico-científicas do iBET e para o aumento da empregabilidade e retenção de talento científico, pelo que o iBET espera que esta reestruturação da Unidade Piloto permita reforçar estas parcerias, com a criação de mais laboratórios satélite.

“A renovação da nossa Unidade Piloto tem subjacentes objetivos ambiciosos que

“o iBET tem vindo a aplicar os princípios da Biotecnologia à Nutrição Clínica, à Indústria Alimentar e ao setor Agroflorestal”

vão potenciar o crescimento do iBET, a vários níveis. É com grande orgulho que hoje inauguramos a Late Stage R&D and Bioproduction Unit e apresentamos este espaço às pessoas e entidades que têm acompanhado e contribuído para as três décadas de sucesso do instituto”, acrescenta a CEO do Instituto.

“Estamos confiantes em afirmar que este investimento nos vai permitir criar riqueza com base nos conhecimentos da Biologia, Bioquímica e Engenharia, por mais e novos 30 anos”, sublinha ainda.

“Pioneiro na Biotecnologia em Portugal e uma referência global na sua aplicação à saúde, desenvolvimento de vacinas, biofármacos e novas terapêuticas mais eficazes, o iBET tem vindo a aplicar os princípios da Biotecnologia à Nutrição Clínica, à Indústria Alimentar e ao setor Agroflorestal”, destaca o instituto num comunicado.

“A celebração dos seus 30 anos vem reforçar a valorização do papel da instituição na investigação nacional”, conclui a nota.

Saber Mais:
<http://www.ibet.pt/>

<https://www.jornalmedico.pt/atualidade/37505-ibet-celebra-30-anos-com-inauguracao-de-uma-unidade-dedicada-a-i-d-de-bioprocessos-para-producao-de-biofarmacos.html>

<http://www.ibet.pt/research/asu-analytical-services-unit>

Estudo da Universidade do Porto

Tratamento psicológico da disfunção erétil é “tão eficaz” quanto a medicação



Um estudo do Laboratório de Investigação em Sexualidade Humana (SexLab) da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, concluiu que o tratamento psicológico da disfunção erétil é “tão eficaz” quanto a medicação.

O estudo, que comparou durante três meses a eficácia do tratamento psicológico e do tratamento farmacológico em 25 homens com disfunção erétil “sem causa médica identificada”, concluiu que os homens sujeitos à terapia psicológica apresentaram “melhorias significativas”.

“Os homens que foram sujeitos à terapia cognitivo-comportamental apresentaram melhorias significativas ao nível da resposta de ereção, bem como do funcionamento sexual em geral e da satisfação sexual”, salienta o laboratório num comunicado.

No caso do tratamento farmacológico, o SexLab explica que os homens, entre os 18 e 50 anos de idade, administraram diariamente um “inibidor fosfodiesterase-5”, substância usada no tratamento da disfunção erétil, e que no caso do tratamento psicológico os voluntários foram sujeitos a sessões terapêuticas de grupo e de casal.

“O dado mais relevante foi, no entanto, que essas melhorias se mostraram tão significativas quanto o próprio efeito da medicação, facto que pela primeira vez é relatado na comunidade científica”, aponta o laboratório.

Pedro Nobre, coordenador do estudo e diretor do SexLab, sublinha que os resultados do estudo são “bastante promissores” ao sugerirem que o tratamento de uma “das mais perturbantes dificuldades sexuais masculinas não será necessariamente dependente de medicação”.

“Estes dados preliminares sugerem que existem alternativas igualmente eficazes que melhoram não apenas a própria capacidade de ereção como a própria satisfação sexual”, refere.

“Este estudo pode ter implicações muito importantes no desenvolvimento e aperfeiçoamento de tratamentos psicológicos mais eficazes para as dificuldades sexuais e ajudar a desvendar os mecanismos de mudança terapêutica”, conclui o laboratório.

Saber Mais:

<http://www.spandrologia.pt/?pid=34>

<https://www.msmanuals.com/pt-pt/casa/problemas-de-sa%C3%BAde-masculina/disfun%C3%A7%C3%A3o-sexual-em-homens/disfun%C3%A7%C3%A3o-er%C3%A9til-de>

<https://sicnoticias.pt/saude-e-bem-estar/2019-05-17-Tratamento-psicologico-da-disfuncao-eretil-e-tao-eficaz-quanto-a-medicacao>

Com recurso a uso de corante alimentar

Órgãos vivos começam a ser criados por impressora 3D

O corante amarelo de alimentos número 5 - um aditivo alimentar largamente usado pela indústria - revelou-se o ingrediente secreto para viabilizar a impressão 3D de biomateriais, dotados de redes complexas fisicamente emaranhadas, que caracterizam os tecidos biológicos, como a vasculatura, por exemplo.

Os tecidos dos órgãos movimentam fluidos e trocam materiais através de redes vasculares distintas, embora biofísica e bioquimicamente conectadas. Com o advento da impressão 3D, os cientistas logo perceberam que havia a possibilidade de usar essa tecnologia para construir órgãos artificiais. Mas reproduzir essa vasculatura em materiais biocompatíveis utilizados para o cultivo de tecidos tem sido um desafio.

Uma técnica que está a ser desenvolvida para criar estruturas artificiais capazes de imitar a complexa arquitetura vascular dos tecidos biológicos, como as encontradas no interior dos pulmões, é conhecida como estereolitografia de projeção.

A técnica usa luz projetada e resinas fotoreativas para criar objetos sólidos. Os aditivos fotoabsorventes podem ser usados para impedir a fotopolimerização indesejável fora da região alvo, para assegurar resolução suficiente para a criação de arquiteturas complexas.

Acontece que as substâncias químicas disponíveis para isso são reconhecidamente cancerígenas e genotóxicas, ou seja, totalmente inadequadas para biomanufatura.

O investigador Bagrat Grigoryan e os seus colegas da Universidade Rice, nos EUA, descobriram agora que corantes alimentares naturais e sintéticos amplamente utilizados podem ser



usados como potentes fotoabsorventes na produção de redes vasculares intrincadas e funcionais dentro de hidrogéis, rompendo com a grande limitação prática da estereolitografia de projeção.

O corante alimentar tartrazina - ou amarelo #5 - um corante alimentar comum encontrado numa variedade de salgados e bebidas, funciona como um aditivo bloqueador de luz para criar rapidamente elaborados hidrogéis multivasculares.

A equipa demonstrou as capacidades funcionais desses materiais recriando processos biológicos, como a oxigenação das células

sanguíneas no pulmão, por exemplo.

Além disso, eles otimizaram um tecido hepático produzido por bioengenharia e transplantaram-no com sucesso num modelo de lesão hepática crónica em ratinhos para revelar o potencial de translação do método para aplicações práticas na área de saúde.

Saber Mais:

<https://www.diariodasaude.com.br/news.php?article=orgaos-vivos-impressora-3d&id=13431>

<https://pt.wikipedia.org/wiki/Tartrazina>

<https://www.fctfablab.fct.unl.pt/projetos/impressao-3d-em-aplicacoes-de-biomateriais>

FICHA TÉCNICA - Propriedade e Edição: Tupam Editores SA • Sede: Rua da República Peruana, nº9 1º Dto, 1500-550 Lisboa • Telef.: 217609308 • Fax: 217609141 • Web: www.tupam.pt • email: info@tupam.pt • Diretor: C. Simões-Lopes • Chefe de Redação: A. Correia • Execução Gráfica: Tupam Editores SA • Circulação média da última edição: 250 exemplares impressos, 25.000 Digitais PDF • Periodicidade: Mensal • ISSN: 1646-3668 • Imagens e Infografias: Técnica & Magia Lda • Publicidade: 217609308 ou dircomercial@tupam.pt • ©Tupam Editores, Copyright 2019 Todos os direitos reservados

MEDICAL NEWS®, o logótipo "Mercurio com caduceu" e Índice®, são marcas registadas da Tupam Editores. Todas as outras marcas comerciais e marcas registadas, são propriedade dos respetivos detentores. • Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida sem a permissão da Tupam Editores
Aviso Legal: Os conteúdos desta Magazine são de carácter informativo e não podem ser considerados exatos, fiáveis ou completos, sendo da inteira responsabilidade do leitor a sua interpretação e avaliação.

Estudo publicado na revista *Science Translational Medicine*

Exame inovador não invasivo permite diagnosticar doenças cardíacas

Uma equipa internacional de investigadores demonstrou que a ressonância magnética (RM) pode ser usada para medir o uso do oxigénio pelo coração em pacientes saudáveis e com doenças cardíacas.

A redução do fluxo sanguíneo para o músculo cardíaco constitui a principal causa de morte no mundo ocidental. Os exames atualmente disponíveis para medir o fluxo sanguíneo para o coração exigem a injeção de agentes químicos radioativos ou de contraste que alteram o sinal da RM para detetar a presença de doenças.

Contudo, além de apresentarem alguns riscos, estes métodos não são recomendados em muitos pacientes.

De acordo com os autores do estudo, o novo método, denominado RM funcional cardíaca, não requer agulhas ou químicos injetados no corpo, eliminando assim potenciais riscos e podendo ser usado em todos os pacientes. A RM funcional cardíaca foi testada com sucesso num modelo pré-clínico.

A exposição repetida a dióxido de carbono é usada para testar a eficácia dos vasos sanguíneos do coração em fornecerem oxigénio ao músculo. Uma máquina para respirar altera a concentração do dióxido de carbono no sangue. Esta alteração deverá resultar noutra alteração no fluxo sanguíneo para o coração, mas tal não acontece no caso de doença. A RM funcional cardíaca deteta essas alterações com precisão.



“Abrimos a porta a uma nova era e forma totalmente nova de efetuar testes de esforço cardíaco para identificar pacientes com cardiopatia isquémica”, disse Rohan Dharmakumar, líder do projeto.

“Esta abordagem ultrapassa as limitações de todos os métodos de diagnóstico atuais – não haverá mais necessidade de injeções ou de testes de esforço físico, como correr em passadeiras”, concluiu o cientista.

Saber Mais:

<https://www.sciencedaily.com/releases/2019/05/190530101200.htm>

<https://www.bancodasaude.com/noticias/criado-exame-nao-invasivo-para-diagnostico-de-doencas-cardiacas/>

Estudo publicado no *Journal of American Heart Association*

Identificadas bactérias orais em êmbolos cerebrais de pacientes vítimas de AVC

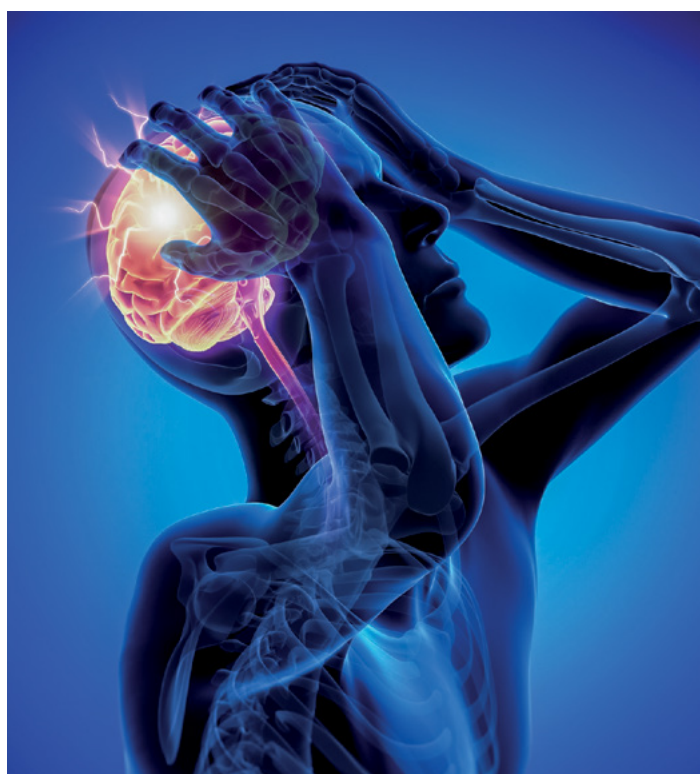
Uma equipa de investigadores descobriu ADN de agentes patogénicos orais em êmbolos cerebrais de pacientes que sofreram um acidente vascular cerebral (AVC).

A descoberta foi feita por cientistas da Universidade de Tampere, na Finlândia, e está inserida numa investigação com o objetivo de apurar os efeitos de infeções bacterianas sobre o desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

A mesma equipa tinha já descoberto bactérias causadoras de infeções odontogénicas em estenoses arteriais coronárias de pacientes que tinham morrido repentinamente, nas aspirações de trombos e sangue arterial de pacientes com enfarte do miocárdio, em ruturas de aneurismas cerebrais e aspirações de trombos de pacientes com trombose arterial dos membros inferiores e venosa.

Para o estudo, os investigadores analisaram as aspirações de trombos removidas de 75 pacientes com AVC, como parte de um tratamento de urgência.

As amostras de trombos recolhidas foram analisadas através da duplicação



do ADN bacteriano. Como resultado, a equipa detetou ADN de bactérias orais em 79 por cento das amostras analisadas.

Cerca de 87 por cento dos AVC são causados por trombose das artérias cerebrais. A maioria dos trombos têm origem em estenoses na artéria carótida, deslocando-se e bloqueando a circulação cerebral.

Os resultados demonstraram uma quantidade elevada de ADN de bactéria *Streptococcus viridans* (que é normal na cavidade oral) em trombos cerebrais em relação a amostras de sangue normais dos mesmos pacientes.

A *Streptococcus viridans* é inofensiva na cavidade oral. Contudo, se entrar na circulação sanguínea pode causar vários problemas

como infeções nas válvulas cardíacas.

Esta bactéria tem a capacidade de se ligar diretamente a vários recetores de plaquetas, tornando o paciente mais suscetível a coágulos sanguíneos.

Este estudo demonstra que a saúde e higiene oral são muito mais importantes para a saúde do que se pensava e que as infeções orais não tratadas podem causar problemas graves para a saúde e mesmo a morte.

O estudo foi publicado no *Journal of American Heart Association*.

Saber Mais:

<https://www.sciencedaily.com/releases/2019/05/190523111357.htm>

<https://www.bancodasaude.com/noticias/avc-detetadas-bacterias-orais-em-embolos-cerebrais/>

<https://www.msdmanuals.com/pt-pt/profissional/dist%C3%BArbios-neurol%C3%B3gicos/acidente-vascular-cerebral-avc/vis%C3%A3o-geral-do-acidente-vascular-cerebral>

Indicam dados da OCDE

Cerca de 63% das cirurgias são realizadas em ambulatório em Portugal

Nos últimos 15 anos, registou-se um aumento do número de cirurgias de ambulatório, que triplicaram durante este período. Segundo dados da Organização para Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE) que constam do relatório “Health at a Glance 2017”, nesse ano, realizaram-se 63,2 por cento do total das cirurgias programadas em Portugal, o que representa um total de mais de 500 mil cirurgias.

“Dado o crescente reconhecimento da prática de cirurgia em ambulatório, a dinamização de um congresso internacional da área será uma excelente oportunidade para mostrar todo o bom trabalho que se está a fazer na especialidade, quer em Portugal, quer no mundo”, explica Carlos Magalhães, presidente da Associação Portuguesa de Cirurgia Ambulatória (APCA), que promoveu o Congresso Internacional da especialidade no final do mês de maio.

Realizada no Centro de Congressos da Alfândega do Porto, esta iniciativa, dirigida a médicos de diferentes especialidades, cirurgiões, anesthesiologistas, enfermeiros, administradores e gestores hospitalares, contou com a presença de Miguel Guimarães, bastonário da Ordem dos Médicos e da Secretária Estado Saúde, Raquel Duarte, em representação da Ministra da Saúde.

No evento, estiveram presentes cerca de 1 500 participantes acreditados e de entre eles mais de 1 100 delegados oriundos de 42 países.

O congresso contou com a intervenção de 160 palestrantes, especialistas de diversas áreas, sendo que de entre os temas abordados esteve a atualidade da cirurgia ambulatória, bem



como as novas tendências cirúrgicas, anestésicas, tecnológicas e de gestão.

“Nos últimos anos, a cirurgia portuguesa em regime de ambulatório tem tido um desenvolvimento positivo, tendo como principal fator de sucesso a sua multidisciplinaridade, que envolve diferentes grupos profissionais, assim como garante a segurança e qualidade no tratamento dos doentes”, afirmou Carlos Magalhães.

“o congresso foi acreditado pela UEMS e é apoiado cientificamente por dez associações e sociedades científicas portuguesas, pela Ordem dos Médicos e pela Universidade do Porto, o que permitiu um debate sobre o panorama da especialidade bastante completo”, como foi destacado por aquele responsável.

Saber Mais:

<http://www.apca.com.pt/>

<https://www.tveuropa.pt/noticias/cirurgia-ambulatoria-reune-1100-especialistas-internacionais-no-porto/>

<https://www.sns.gov.pt/noticias/2017/11/10/health-at-a-glance-2017/>

Estudo publicado na revista *Nutrition Research*

Cistina dietética é essencial na regulação dos níveis de mercaptalbumina

Investigadores da Universidade da Província de Kyoto, no Japão, examinaram a composição da proteína da dieta para determinar se ela modula o estado oxidado/reduzido da albumina plasmática em ratos.

O estudo, que demonstrou os efeitos da qualidade da proteína, foi publicado na revista *Nutrition Research*.

Os cientistas levantaram a hipótese de que a qualidade da proteína na dieta poderia modular o estado oxidado/reduzido da albumina plasmática.

Para testar a sua hipótese, os investigadores usaram ratos que foram alimentados com dietas de baixa proteína contendo cinco por cento de caseína (CA), cinco por cento de clara de ovo (EW) ou seis por cento de glúten de trigo (WG) por duas semanas.

A concentração de albumina no plasma diminuiu gradualmente em ratos alimentados com cada dieta; no entanto, não foram notadas diferenças significativas entre os grupos.



Em ratos alimentados com a primeira dieta, a porcentagem de mercaptalbumina dentro da albumina plasmática total foi significativamente menor do que naqueles alimentados com as outras dietas.

A caseína contém quantidades menores de glicina e cistina, pelo que os cientistas decidiram suplementar a dieta com cistina e glicina. Em ratos alimentados com uma dieta de cinco por cento de caseína suplementada com cistina, a porcentagem de mercaptalbumina foi significativamente maior do que em ratos alimentados com uma dieta de cinco por cento de caseína suplementada com glicina.

Os cientistas também descobriram que a expressão da proteína 1 de ligação ao fator de iniciação eucariótica

hepática 1 foi significativamente menor em ratos alimentados com a dieta suplementada com cistina do que naqueles que receberam a dieta suplementada com glicina.

Com base nas suas descobertas, os cientistas concluíram que a proteína da dieta com alto teor de cistina mantém os níveis de mercaptalbumina no plasma em ratos alimentados com dietas de baixa proteína.

Saber Mais:

<https://www.food.news/2019-05-28-dietary-cysteine-essential-in-regulating-mercaptalbumin-levels.html>

<https://blog.nutritienda.com/pt/l-cistina/>

<http://aditivosingredientes.com.br/artigos/ingredientes-funcionais/proteinas-animais-e-vegetais-tipos-e-funcoes>



E proteger o fígado

Spirulina pode prevenir diabetes

Investigadores da Universidade de Sfax, na Tunísia, e da Universidade da Bretanha Ocidental, em França, descobriram que a spirulina é benéfica para pessoas com diabetes.

A spirulina é uma alga que é considerada um superalimento por causa do seu conteúdo nutricional e benefícios para a saúde.

Os investigadores acreditavam que a suplementação com spirulina poderia ajudar a tratar a diabetes e reduzir as suas complicações; para testar esta hipótese, trataram ratos com aloxana para induzir a diabetes e, de seguida, alimentaram os animais com uma dieta enriquecida com spirulina; um grupo de controlo foi tratado com insulina, todos os dias, durante 21 dias.

Os resultados do estudo revelaram que os tratamentos com spirulina e insulina causaram uma redução significativa no açúcar no sangue em jejum e um aumento no nível de glicogénio.

O tratamento com spirulina também causou perda de peso e melhorou os índices de toxicidade hepática. Além

disso, reduziu os níveis de lipoproteína de baixa densidade, colesterol total e triglicéridos em ratos.

A suplementação com spirulina também aumentou as atividades antioxidantes no fígado.

Os cientistas concluíram que tomar spirulina como suplemento é uma forma segura e eficaz de tratar a diabetes e prevenir outros problemas de saúde associados à doença.

O estudo foi publicado na revista *Nutrition Research*.

Saber Mais:

<http://www.food.news/2019-05-14-take-spirulina-to-protect-your-liver-prevent-diabetes.html>

<https://drjulianopimentel.com.br/artigos/spirulina-10-beneficios-saude/>

<http://www.spedim.pt/>

Estudo publicado na revista *Science*

Composto presente nos brócolos aumenta eficácia de supressor tumoral

Num artigo publicado na revista *Science*, investigadores do Centro médico Beth Israel, nos Estados Unidos, demonstraram que alvejar um gene, conhecido como WWP1, com um composto encontrado nos brócolos suprimiu o crescimento de tumores em animais de propensos ao cancro.

O PTEN é um dos genes supressores de tumor mais frequentemente mutados; certas mutações de PTEN herdadas podem causar síndromes caracterizadas por suscetibilidade ao cancro e defeitos de desenvolvimento.

Mas, como a perda completa do gene desencadeia um mecanismo à prova de falhas irreversível e potente que impede a proliferação de células cancerígenas, ambas as cópias do gene raramente são afetadas.

Em vez disso, as células tumorais exibem níveis mais baixos de PTEN, levantando a questão de que ao restaurar a atividade de PTEN para níveis normais, num cenário do cancro, poderia desencadear a atividade supressora de tumor do gene.

Os cientistas identificaram as moléculas e compostos que regulam a função e a ativação do PTEN e revelaram que o gene WWP1 produz uma enzima que inibe a atividade supressora do tumor de PTEN.

Depois, ao analisarem a forma física da enzima, os investigadores reconheceram que uma pequena molécula



- formalmente chamada indole-3-carbinol (I3C), um composto dos brócolos - poderia ser a chave para suprimir os efeitos do WWP1.

Segundo os cientistas, estas descobertas abrem caminho para uma abordagem de reativação supressora de tumores há muito procurada para o tratamento do cancro.

Saber Mais:

https://www.eurekalert.org/pub_releases/2019-05/bidm-ncf050919.php

<https://en.wikipedia.org/wiki/WWP1>

[https://en.wikipedia.org/wiki/PTEN_\(gene\)](https://en.wikipedia.org/wiki/PTEN_(gene))

Terapia é pioneira no país

IPO do Porto administra terapia para cancro do sangue com células geneticamente modificadas

O Instituto Português de Oncologia do Porto (IPO do Porto) administrou, pela primeira vez em Portugal, uma terapia no tratamento do cancro do sangue assente na modificação genética de células.

Em declarações à Lusa, o diretor da Clínica de Onco-Hematologia, José Mário Mariz, explicou que esta terapia se aplica apenas a dois tipos de tumores – linfomas e leucemias – e em doentes cuja doença não está controlada, mesmo depois de submetidos a todas as terapêuticas convencionais.

O médico adiantou que, esgotando todas as possibilidades de tratamentos, esses doentes ficam sem opções e, “infelizmente”, com uma esperança média de vida de seis meses.

Com a administração desta nova terapia, José Mário Mariz revelou que 40 por cento desses doentes têm a doença controlada ao fim de dois anos. “Não sendo excecional, é bastante melhor do que o que tínhamos até agora”, frisou.

Apesar de falar num “grande avanço”, o clínico sublinhou que, “infelizmente”, este tratamento não vai resolver todos os cancros de sangue, mas é uma importante “arma terapêutica”.

Quanto ao processo em si, José Mário Mariz explicou que a “grande inovação” da terapia passa por células geneticamente modificadas.

Segundo o médico, o processo começa com a recolha de linfócitos dos doentes que, posteriormente, são enviados para um laboratório nos Estados Unidos, onde vão ser geneticamente modificados para detetar e destruir as células cancerígenas.

“Este processo, desde a colheita ao laboratório



e ao regresso ao hospital de origem, demora cerca de quatro semanas. As células chegam criopreservadas e podem manter-se por um ano”, disse.

O presidente do Conselho de Administração do IPO do Porto, Laranja Pontes, recordou que há vários anos que assumiu que a inovação e qualidade são dois dos vetores a perseguir. Para poder acolher esta nova terapia, Laranja Pontes falou em “muito tempo de sacarificação, organização de serviços, criação de novas competências e recrutamento de pessoal”.

Esta terapia está a começar a ser instalada em alguns países da Europa, adiantou, acrescentando que Portugal provou que também é capaz nesta matéria.

Saber Mais:

<https://observador.pt/2019/05/16/ipo-do-porto-administra-terapia-para-cancro-do-sangue-com-celulas-geneticamente-modificadas/>

<https://www.msn.com/pt-pt/noticias/sociedade/ipo-porto-administra-terapia-para-cancro-do-sangue-com-c%C3%A9lulas-geneticamente-modificadas/ar-AABrtKD>

Sobretudo entre os meses de dezembro e maio

Internistas querem diretivas nacionais para resolver a falta de camas nos hospitais

A carência de camas de internamento, sobretudo entre os meses de dezembro e maio, foi um dos assuntos mais debatidos no 25.º Congresso Nacional de Medicina Interna, que decorreu entre os dias 23 e 25 de maio, no Centro de Congressos do Algarve, em Vilamoura.



“Não é possível continuar a ignorar este problema que afeta todos os anos os Serviços de Medicina Interna dos hospitais, principalmente na época mais fria. Tem de existir um plano de resposta delineado para cada hospital, e para isso são necessárias diretivas nacionais que garantam a equidade entre os hospitais, e que promovem, dessa forma, a qualidade e segurança no tratamento dos doentes”, explica João Araújo Correia, presidente da

Sociedade Portuguesa de Medicina Interna (SPMI), organizadora do evento.

A SPMI realizou, no passado mês de fevereiro, um inquérito que teve como objetivo contabilizar o número de camas extra e de doentes com internamento concluído em cada Serviço de Medicina Interna.

Segundo o internista, “através de uma amostra de 78 por cento do total dos serviços desta especialidade, que corresponde

a uma lotação base de 4 866 camas, verificou-se que havia, até então, 2 142 camas extra (mais 44 por cento), com 39 por cento de doentes internados no Serviço de Urgência, 53 por cento noutros serviços e oito por cento em camas ‘acrescentadas’ aos Serviços de Medicina Interna”.

Tal como refere, “esta foi a primeira vez que se pôde contabilizar e justificar o enorme acréscimo de trabalho a que os internistas são submetidos num

período nunca inferior a três meses, o qual deve ser contabilizado como produção adicional”.

Durante a Assembleia Geral foram ainda debatidas, entre outros assuntos, a aposta que a SPMI tem dado na criação de parcerias com outras entidades do setor, nomeadamente com a Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar e com a Associação Portuguesa de Administradores Hospitalares, bem como a necessidade de definir critérios de certificação de áreas específicas, como as doenças autoimunes, o VIH e as doenças hepáticas.

Saber Mais:

<https://www.tveuropa.pt/noticias/falta-de-camas-nos-hospitais-preocupa-medicos-internistas/>

<https://www.pordata.pt/Municipios/Camas+nos+hospitais-244>

<https://transparencia.sns.gov.pt/explore/dataset/lotacao-praticada-por-tipo-de-cama/table/?flg=pt>

Afirmam especialistas

Inteligência artificial vai permitir desenvolver medicina feita à medida do doente



dor, a descoberta de novos medicamentos é outra das mais-valias da inteligência artificial na Medicina, com grande potencial de transformação.

“A tecnologia vai permitir, também, automatizar certas tarefas dos profissionais de saúde e aliviar a carga burocrática de outras, como é o caso dos registos médicos eletrónicos, o que pode vir a trazer grandes benefícios para o sistema de saúde público”, indicou.

O 25.º Congresso Nacional de Medicina Interna acolheu, na passado dia 24 de maio, uma conferência sobre os progressos da inteligência artificial e o seu impacto na Medicina. Ministrada pelo físico Armando Vieira, esta iniciativa reuniu vários especialistas com o objetivo de promover o debate sobre as principais vantagens e desafios desta área.

“A importância da inteligência artificial na Medicina é enorme e crescente. Hoje em dia, a quantidade de informação necessária para uma boa decisão médica é muito elevada, sobretudo em situações raras. Contudo, já existem algoritmos capazes de ler texto e de interpretar grandes quantidades de publicações

científicas, assim como de gerar possibilidades de diagnóstico e de tratamento”, afirma Armando Vieira.

“Isto vai permitir desenvolver uma Medicina em que os tratamentos sejam feitos à medida de cada doente, em função do seu historial, da sua genética e de todas as componen-

tes que o tornam único”, afirmou o especialista.

Durante a sua intervenção, o conferencista abordou a história da inteligência artificial e os seus progressos nos últimos dez anos, dando particular destaque ao processamento de imagem, área em que a evolução tem sido mais notável. Segundo o ora-

No segundo dia de congresso, decorreram ainda sessões sobre a diabetes tipo 2, as fragilidades na terceira idade, o fígado gordo, o cancro raro, entre outros. No final do dia, realizaram-se também as reuniões dos 20 núcleos de estudos da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna (SPMI), que organizou o evento.

Saber Mais:

<https://www.spmi.pt/inteligencia-artificial-vai-permitir-desenvolver-uma-medicina-feita-a-medida-do-doente/>

<https://www.androidpit.com.br/o-que-e-inteligencia-artificial>

Especialista exerce há mais de 40 anos

João Sá distinguido com Prémio de Medicina Interna

A Sociedade Portuguesa de Medicina Interna (SPMI) acaba de homenagear com o Prémio de Medicina Interna o médico João Sá, especialista com cerca de 40 anos de atividade nesta área.



A distinção foi feita durante a sessão de abertura do 25.º Congresso Nacional de Medicina Interna, que decorreu entre os dias 23 e 25 de maio, no Centro de Congressos do Algarve.

A escolha do homenageado, segundo João Araújo Correia, internista e presidente da SPMI, “foi aceite por unanimidade e com aclamação por parte da direção da Sociedade, uma vez que João Sá tem demonstrado, ao longo dos anos, ser um profissional de prestígio com uma contribuição bastante significativa no crescimento da especialidade de Medi-

na Interna, quer através do desempenho das suas funções enquanto especialista nesta área, bem como na Medicina Intensiva, quer enquanto membro ativo de diversos projetos, investigações e organizações focadas na especialidade”.

O presidente da SPMI acrescenta ainda que “o Prémio de Medicina Interna foi uma ideia que surgiu há cerca de quatro anos, com o objetivo de distinguir um especialista que representasse aquilo que se considera ser o modelo ideal de internista, isto é, alguém que esteja no ativo e que pudesse ser reconhecido pelos colegas mais novos como uma referência pelo trabalho de excelência realizado na área da Medicina, em particular da Medicina Interna”.

João Sá é licenciado em Medicina e Cirurgia pela Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa e tem centrado a sua atividade nas áreas da Medicina Interna e Cuidados Intensivos.

Já foi diretor do Serviço de Medicina do Hospital de São José, em Lisboa, presidente do Colégio de Especialidade de

Medicina Interna na Ordem dos Médicos e presidente da Sociedade Portuguesa de Cuidados Intensivos.

Atualmente, é diretor do Departamento de Medicina e diretor clínico adjunto do Hospital da Luz, em Lisboa, assumindo também o cargo de editor-chefe da *Revista de Medicina Interna*.

Para além da entrega do prémio, o primeiro dia do congresso contou com a apresentação de comunicações orais e casos clínicos, bem como com uma conferência sobre livros médicos do Renascimento. No segundo dia, temas como a inteligência artificial, novas especialidades médicas, a diabetes tipo 2 e o fígado gordo foram discutidos nas sessões agendadas.

Saber Mais:

<https://www.spmi.pt/joao-sa-e-distinguido-com-o-premio-de-medicina-interna/>

<https://www.spmi.pt/o-que-e-a-medicina-interna/>

Revela estudo publicado na *Acta Physiologica*

Alterações cardíacas da menopausa ocorrem mais cedo do que se pensava

As alterações cardíacas nas mulheres terão início muito mais cedo do que se pensava, revela um estudo recente de cientistas da Universidade de Guelph, no Canadá, que mostram que ocorrem ligeiras alterações cardíacas durante a perimenopausa, que é o período anterior à menopausa.

Para o estudo, a equipa fez os ovários de ratinhos fêmea perderem a sua função gradualmente, de forma a simular a transição gradual para a menopausa nas mulheres. Os ratinhos passaram pela menopausa durante um período de quatro meses.

Ao longo daquele período, os corações dos ratinhos fêmea continuaram a funcionar normalmente, mas certos aspetos do músculo cardíaco sofreram alterações.

“O que vimos foram marcadores de stress. Certas citocinas pro-inflamatórias (proteínas que indicam stress) estavam mais

elevadas, enquanto outras não estavam”, indicou Glen Pyle, autor sénior do estudo.

Posteriormente, a equipa analisou a forma como o coração respondia quando eram oferecidos fármacos simuladores de estrogénio durante a perimenopausa. Esta abordagem foi uma novidade, pois a terapia de substituição de estrogénio é oferecida às mulheres após a menopausa.

“Pretendíamos testar a hipótese temporal: a ideia que existe uma janela de oportunidade para tomar o estrogénio para que pudessemos tentar identificar essa janela e determinar o



impacto da menopausa sobre a resposta aos estrogénios”, explicou Glen Pyle.

Os investigadores descobriram que a resposta aos compostos de estrogénio variava ao longo do período da perimenopausa, o que sugere, mais uma vez, que as alterações moleculares tinham ocorrido durante este crítico período de transição.

“Isto diz-nos que não podemos simplesmente dar estrogénios a um coração, anos após a menopausa porque estaremos a tratar

um coração que mudou de forma fundamental. E este estudo demonstra que essas mudanças ocorrem durante o período da perimenopausa”, concluiu o autor principal do estudo.

O estudo foi publicado na *Acta Physiologica*.

Saber Mais:

<https://news.uoguelph.ca/2019/05/menopausal-changes-to-female-heart-happen-earlier-than-thought-u-of-g-study-reveals-%E2%80%AF/>

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/325348.php>

Para o período de 2021 a 2023

Cirurgião português é nomeado presidente da Associação Internacional de Cirurgia Ambulatória

O presidente da Associação Portuguesa de Cirurgia Ambulatória (APCA), Carlos Magalhães, é eleito presidente da Associação Internacional de Cirurgia Ambulatória. A nomeação foi feita durante a reunião do novo Comité Executivo, que decorreu no dia 26 de maio, no Porto.

“Nos próximos anos, a Associação Internacional de Cirurgia Ambulatória pretende reforçar a sua atividade em três vertentes: continuar a difundir a cirurgia ambulatória enquanto solução para o tratamento de um número cada vez mais alargado de doenças; promover a criação de mais unidades que operem neste regime, com um reforço especial para os países africanos; e apostar na permanente investigação e atualização de conhecimentos junto dos profissionais de saúde”, refere Carlos Magalhães,

cirurgião e presidente da APCA.

Com isto, acrescenta, “vai ser possível assegurar que um número crescente de doentes estará a beneficiar de todas as formas de tratamento modernas e inovadoras disponíveis nesta especialidade”.

O atual presidente da APCA foi eleito presidente do Comité Executivo da Associação Internacional de Cirurgia Ambulatória para o período de 2021 a 2023, sendo atualmente membro do Comité. A



futura direção é também constituída pelo médico anesthesiologista Vicente Vieira, membro da direção da APCA.

A Associação Internacional de Cirurgia Ambulatória é atualmente presidida por Beverly K. Philip, que cessará funções em 2019, dando lugar a Douglas McWinnie.

Carlos Magalhães é formado em cirurgia geral e especialista em Medicina Desportiva pela Ordem dos Médicos. É ainda diretor do Serviço de Cirurgia Geral de Ambulatório do Centro Hospitalar Universitário do Porto, desde 2016.

A cirurgia em regime de ambulatório tem tido, nos últimos anos, em Portugal, um desenvolvimento positivo, sendo que o principal fator de sucesso tem sido a sua característica multidisciplinar, envolvendo diferentes grupos profissionais, assim como a garantia de segurança e de elevados índices de qualidade no tratamento dos nossos doentes.

Saber Mais:

<https://www.jornalmedico.pt/atualidade/37514-cirurgiao-portugues-e-nomeado-presidente-da-associacao-internacional-de-cirurgia-ambulatoria.html>

<https://www.saudecuf.pt/encontre-um-medico/carlos-magalhaes>

Composto kedarcidina combate bactérias e tumores

Antibiótico antitumoral reproduzido em laboratório pela primeira vez



Após 20 anos de investigação, cientistas internacionais decifraram o código químico de um antibiótico antitumoral incrivelmente complexo, conhecido por ser altamente eficaz contra as células cancerígenas, bem como contra bactérias resistentes aos antibióticos. E, mais do que isso, eles conseguiram reproduzi-lo sinteticamente em laboratório pela primeira vez.

Esse grande avanço pode abrir portas a uma nova era no projeto e produção de novos antibióticos e agentes antineoplásicos, afirmaram Martin Lear, da Universidade de Lincoln, no Reino Unido, e Masahiro Hiram, da Universidade de Tohoku, no Japão.

A “super substância”, chamada kedarcidina, foi descoberta na sua forma natural por uma empresa farmacêutica numa amostra de solo na Índia quase 30 anos atrás.

O solo é a fonte natural de todos os antibióticos desenvolvidos desde a década de 1940, mas, para que possam ser desenvolvidos como potenciais tratamentos com medicamentos, eles devem ser produzidos por meio de síntese química.

Ao contrário de muitos outros antibióticos, que se concentram apenas em matar as bactérias, a kedarcidina também é capaz de alvejar as células tumorais, com grande potencial contra o cancro.

A kedarcidina tem uma incrível atividade biológica, o que explica porque tem sido objeto de extensa pesquisa por cientistas em todo o mundo. Contudo, por causa da sua estrutura complexa, ninguém tinha ainda sido capaz de a reproduzir na sua forma mais completa e precisa. Agora foi possível.

Com a possibilidade de produzir o composto em laboratório, os cientistas poderão ter uma visão mais clara sobre os mecanismos que tornam a kedarcidina tão eficaz contra as células de leucemia e melanoma, por exemplo, e desenvolver novos medicamentos mais eficazes contra bactérias e tumores.

Saber Mais:

<https://www.diariodasaude.com.br/news.php?article=kedarcidina-antibiotico-antitumoral&id=13433>

<https://en.wikipedia.org/wiki/Kedarcidin>

<https://www.crackingcancer.it/2019/04/26/sintetizzato-in-laboratorio-il-primi-antibiotico-contro-il-cancro/>

Especialistas esclarecem sobre o tema durante evento no IPO do Porto

Quase metade das portadoras da mutação genética BRAC vai desenvolver cancro do ovário

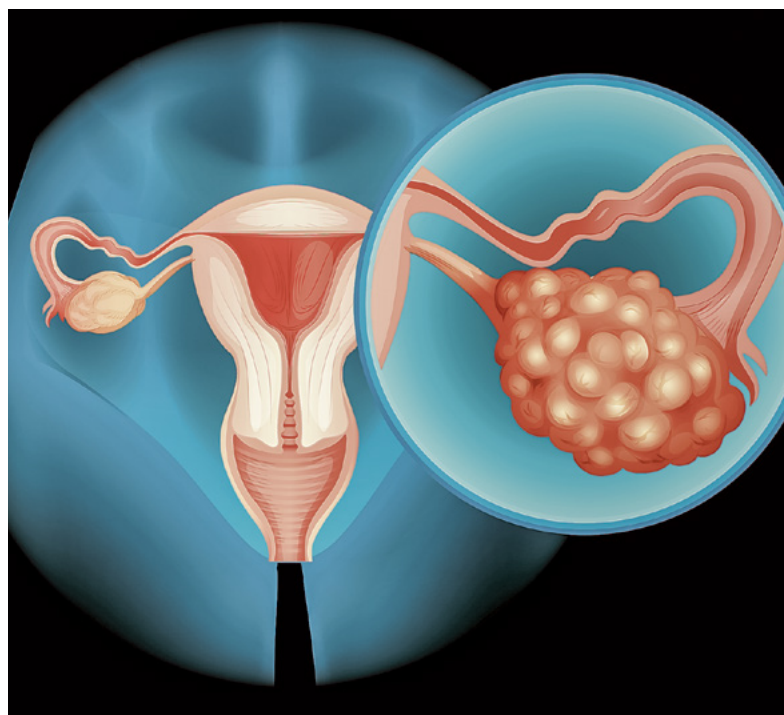
Cerca de 44 por cento das mulheres portadoras de mutações patogénicas no gene BRCA1 e cerca de 17 por cento das portadoras de mutações patogénicas no gene BRCA2 vão desenvolver cancro do ovário até aos 80 anos.

No cancro da mama, o cenário é idêntico, com cerca de 72 por cento das mulheres portadoras de mutações patogénicas no gene BRCA1 e cerca de 69 por cento das mulheres portadoras de mutações patogénicas no gene BRCA2 a desenvolverem este tumor até aos 80 anos.

Como podem ser identificadas as mulheres portadoras destas mutações, antes ou durante a doença? Que tipo de respostas podem ser conseguidas através desta identificação? Como encarar a mutação enquanto doente e enquanto portadora saudável? São algumas das questões que vão esclarecidas, no próximo dia 30 de maio, no Auditório Azul do Instituto Português de Oncologia do Porto (IPO do Porto), por um painel de especialistas, na sessão de esclarecimento “As mutações genéticas BRCA e o cancro”, uma iniciativa integrada na campanha “saBeR mais ContA”, lançada no passado dia 8 de maio, Dia Mundial do Cancro do Ovário.

Esta sessão, que contará com a presença de especialistas das Sociedades de Genética Humana, Ginecologia e Senologia, vai ser moderada por Adelaide de Sousa e pretende ajudar doentes e familiares a perceberem o que são as mutações nos genes BRCA 1 e BRCA 2 e as suas implicações, esclarecendo as suas dúvidas.

As inscrições são gratuitas, podendo ser feitas para o e-mail: campanhasabermaisconta@gmail.com. Para os que



não terão oportunidade de ir, a sessão será transmitida em direto nas redes sociais da Evita e Liga Portuguesa Contra o Cancro (LPCC).

A campanha “saBeR mais ContA” conta ainda com uma exposição fotográfica com testemunhos de famílias onde houve diagnóstico de cancro da mama e/ou ovário, associados à mutação BRCA, e outros que realizaram o teste genético, e que pode ser visitada na estação de metro da Casa da Música até dia 31 de maio.

Saber Mais:

<https://www.sns.gov.pt/noticias/2019/05/08/dia-mundial-do-cancro-do-ovario/>

<https://www.jornalmedico.pt/atualidade/37421-mais-de-quatro-em-cada-dez-mulheres-com-mutacoes-no-gene-brca1-va-desenvolver-cancro-do-ovario.html>

Estudo analisou mais de 1 200 jovens

Poluição atmosférica pode afetar capacidades cognitivas fulcrais em crianças

Um estudo recente sugere que a exposição à poluição atmosférica na gestação e primeiros tempos de vida está associada a uma redução em capacidades cognitivas fundamentais, como memória de trabalho e atenção executiva.

Conduzido por uma equipa de investigadores do Instituto de Barcelona para a Saúde Global (ISGlobal), em Espanha, o estudo incluiu 1 221 crianças com sete a dez anos de idade que frequentavam várias escolas na cidade de Barcelona.

As capacidades cognitivas das crianças foram avaliadas através de vários testes computadorizados. A exposição à poluição atmosférica em casa, durante a gravidez e infância,

foi estimada através de um modelo matemático, com medições reais.

Os investigadores apuraram que uma maior exposição a material particulado PM2.5 desde a gravidez até aos sete anos de idade estava associada a pontuações inferiores em testes à memória de trabalho, efetuados entre os sete e os dez anos de idade.

Estes resultados sugerem que a exposição a material particulado fino, ao longo do estudo, tinha um efeito cumulativo, embora as associações tenham sido mais fortes quando considerados os anos mais recentes de exposição.

A memória de trabalho é responsável por reter informação temporariamente para manipulação subsequente, desempenhando um papel fundamental na aprendizagem, raciocínio, resolução de problemas e compreensão da linguagem.



Contudo, a relação entre a exposição à PM2.5 e uma menor memória de trabalho foi só detetada nos rapazes. Os investigadores não conseguiram perceber o porquê deste facto.

A exposição ao material particulado foi ainda associada a uma redução na atenção executiva, tanto em rapazes como em raparigas. A atenção executiva é parte de três redes que perfazem a capacidade de atenção num indivíduo.

Está envolvida em formas de atenção de nível elevado, como deteção de erros, resolução de conflitos, inibição de respostas e regulação de pensamentos e sentimentos.

Saber Mais:

<https://www.sciencedaily.com/releases/2019/05/190523104925.htm>

<https://www.bancodasaude.com/noticias/poluicao-atmosferica-pode-afetar-capacidades-cognitivas-fundamentais-em-criancas/>

Probióticos e zinco podem ser os responsáveis por este efeito

Iogurte pode ser benéfico contra gripe

Um estudo recente afirmou que o iogurte pode revelar-se útil para aqueles que procuram curar-se de uma gripe.

Em declarações à CNN, investigadores afirmaram que o iogurte é rico em probióticos que podem ajudar a aumentar a imunidade.

Estudos que analisaram probióticos encontraram alguns resultados promissores em termos de redução da duração e intensidade da gripe; no entanto, benefícios específicos só podem ser atribuídos às cepas reais estudadas, que não existem necessariamente nos iogurtes regulares não suplementados.

O iogurte convencional contém *Lactobacillus bulgaricus* e *Streptococcus thermophilus*, duas culturas que são integrantes do processo de fabrico de



iogurte e, como tal, são conhecidas como "culturas iniciadoras".

Embora sejam bactérias benéficas, não são necessariamente os mesmos probióticos que foram estudados em ensaios clínicos.

O iogurte também contém outro reforço imunológico: o zinco. Pesquisas indicam que o zinco pode reduzir a duração dos sintomas da gripe, mas a quantidade de zinco necessária para os benefícios, de pelo menos

75 miligramas, é muito maior do que os dois miligramas presentes numa embalagem de iogurte.

Por outro lado, os hidratos de carbono presentes no iogurte fornecem energia, o que é importante para ajudar as pessoas a recuperar.

Um outro estudo recente descobriu que, quando as mulheres consumiam iogurte todos os dias durante nove semanas, tinham níveis reduzidos de marcadores inflamatórios no

sangue, descobertas que sugerem um mecanismo pelo qual o iogurte pode ser útil na luta contra os sintomas da gripe.

Saber Mais:

<https://www.ndtv.com/health/yogurt-for-cold-cold-home-remedies-can-yogurt-help-cure-cold-2044598>

<https://www.webmd.com/cold-and-flu/news/20181127/flu-treatments-whats-new-and-whats-for-you>

<https://edition.cnn.com/2018/01/19/health/fight-cold-yogurt-food-drayer/index.html>

No âmbito de estágio observacional

Estudantes estrangeiros observam práticas clínicas no CHUC



O Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (CHUC) recebeu no passado dia 20 de maio, no âmbito do Projeto Atlantis, um grupo de 15 alunos de nacionalidade norte-americana a frequentar cursos superiores na área da saúde, para a realização de um estágio observacional que será realizado em vários serviços do CHUC, com uma duração máxima de quatro semanas.

Na receção aos alunos estiveram presentes o presidente do Conselho de Administração do CHUC, Fernando Regateiro, que “saudou e cumprimentou os alunos, lembrando a importância deste tipo de intercâmbio para o aumento do conhecimento e do saber”, o diretor nacional do Projeto Atlantis em Portugal, Bernardo Gaivão, que referiu que “no decorrer dos últimos dois anos, o CHUC tem sido o parceiro por excelência da Atlantis, ajudando a proporcionar a dezenas de estudantes de medicina norte-americanos, experiências formativas que contribuem ativamente para a proximidade e conectividade destes dois sistemas de saúde”.

“O CHUC tem sido avaliado de forma consistente como um dos nossos melhores parceiros a nível mundial e tem contribuído ativamente para a reatualização da nossa visão: a verdadeira globalização e partilha de conhecimentos entre profissionais de saúde, hospitais, universidades e estudantes de todo o mundo”, acrescentou ainda o responsável.

A coordenadora do Núcleo de Internacionalização do CHUC, Diana Breda, fez uma apresentação do CHUC com o objetivo de dar a conhecer um pouco da realidade do centro hospitalar onde os alunos vão permanecer nas próximas semanas, destacando ainda o enorme potencial do CHUC no estabelecimento de redes internacionais de networking.

O Projeto Atlantis, sediado em Washington D.C., desenvolve, desde 2007, estágios de observação para estudantes norte-americanos e tem como objetivo principal criar ligações entre profissionais de cuidados de saúde norte-americanos e hospitais parceiros nos países de acolhimento a nível mundial.

É uma rede que promove a colaboração entre sistemas internacionais de saúde e estimula a partilha de conhecimentos sobre as melhores práticas clínicas, os cuidados de saúde aos doentes e a excelência hospitalar.

Desde 2017, ano em que foi firmada esta parceria internacional com o CHUC, já foram realizadas várias edições sob a coordenação do Núcleo de Internacionalização.

Saber Mais:

<https://www.sns.gov.pt/noticias/2019/05/21/chuc-projeto-atlantis/>

<https://atlantisglobal.org/portugal>

<https://www.expatica.com/pt/healthcare/healthcare-basics/healthcare-in-portugal-106770/>



Revela estudo realizado nos EUA

Contacto com a natureza combate stress

Tirar pelo menos 20 minutos por dia para caminhar ou sentar-se num lugar que coloque o indivíduo em contacto com a natureza pode diminuir significativamente os níveis de stress, concluiu um estudo publicado na revista *Frontiers in Psychology*.

Investigadores da Universidade de Michigan, nos Estados Unidos, estudaram 36 moradores urbanos que foram convidados a ter uma experiência de contacto com a natureza, definida como passar determinado tempo num lugar ao ar livre e que trazia uma sensação de contacto com a natureza, pelo menos três vezes por semana, durante dez minutos ou mais, por oito semanas.

Antes e depois dessa experiência e em quatro momentos durante o período do estudo, os participantes forneceram amostras de saliva.

Descobriu-se que uma experiência de contacto com a natureza produziu uma redução de 21,3 por cento por

hora no cortisol salivar, além de uma redução diária de 11,7 por cento da hormona no organismo.

Por tempo gasto, a eficiência do contacto com a natureza foi maior entre 20 e 30 minutos, tempo após o qual os benefícios foram acrescidos a uma taxa reduzida. Não houve efeito do tipo de atividade na resposta do cortisol. Houve uma queda de 28,1 por cento por hora na alfa-amilase salivar após o ajuste para o seu aumento diurno de 3,5 por cento por hora, mas apenas entre os participantes menos ativos (por exemplo, sentado ou sentado com alguma caminhada).

Saber Mais:

<http://dev.boasaude.com.br/noticias/11907/usando-a-natureza-para-tratamento-contr-o-estresse.html>

<https://ciclovivo.com.br/vida-sustentavel/bem-estar/contato-natureza-ansiedade-depressao-estresse/>

<https://www.oficinadepsicologia.com/category/psicopatologia/stress/>

Anestesiologia e pediatria são duas das especialidades a concurso

Há mais de 1 200 vagas para médicos recém-especialistas no SNS



Acaba de ser lançado um concurso público para a contratação de mãos de 1 200 médicos recém-especialistas para o Serviço Nacional de Saúde (SNS). O concurso foi publicado em *Diário da República* e conta com um número recorde de vagas, de acordo com um comunicado do Governo.

O concurso público abre 398 vagas para médicos de família, 13 na área da saúde pública e 853 na área hospitalar, com o objetivo de reforçar os diversos serviços e estabelecimentos do SNS com profissionais altamente qualificados.

Das 853 vagas previstas para a área hospitalar, contabilizam-se 159 para especialidades de medicina interna, 59 em anestesiologia, 51 em pediatria, 56 em psiquiatria, 35 em cardiologia, 63 em cirurgia geral e 37 em ortopedia.

O despacho explica que “com exceção dos procedimentos destinados ao preenchimento de postos de

trabalho que requeiram a posse de um perfil específico, cujo desenvolvimento é da competência das Administrações Regionais de Saúde, estão já abertos os concursos para preenchimento dos postos de trabalho identificados, podendo os médicos interessados apresentar a sua candidatura pelo período de cinco dias úteis a partir” da data da publicação do concurso.

Sendo que “podem candidatar-se ao concurso os médicos detentores do grau de especialista na área profissional correspondente e que não detenham uma relação

“O concurso público abre 398 vagas para médicos de família”

jurídica de emprego por tempo indeterminado com o Estado”.

Saber Mais:

<https://www.dn.pt/vida-e-futuro/interior/governo-abriu-concurso-para-contratar-1264-medicos-recem-especialistas-10909975.html>

<https://dre.pt/home/-/dre/117822475/details/maximized>

Estudo realizado pelo Instituto de Saúde Global de Barcelona

Refeições à hora errada aumentam risco de certos tipos de cancro

Comer alimentos biológicos, livres de glifosato, é uma das melhores formas de reduzir o risco de cancro; no entanto, um estudo recente revelou que comer uma refeição no momento certo pode ser mais importante na prevenção do aparecimento de certos tipos de tumores.



Uma equipa do Instituto de Saúde Global de Barcelona, em Espanha, examinou a ligação entre o ritmo circadiano e o cancro, e descobriu que o momento das refeições tem uma influência significativa sobre o risco de desenvolver a doença.

O estudo envolveu 1 205 pacientes com cancro da mama, 621 pacientes com cancro da próstata, 1 321 mulheres saudáveis e 872 homens saudáveis; estes

dois últimos fizeram parte do grupo de controlo.

Os cientistas realizaram entrevistas individuais e deram a cada participante um questionário; para além disso, reuniram informações sobre os hábitos de sono e alimentação dos participantes.

Todos os participantes confirmaram que tomavam o pequeno almoço, o almoço e o jantar. Um em cada três participantes comia

lanches à tarde, enquanto sete por cento ceavam.

O estudo mostrou que os participantes que foram dormir duas horas depois de comer o jantar tiveram um risco 20 por cento menor de desenvolver cancro da mama ou da próstata.

Além disso, as pessoas que comiam a última refeição do dia antes das 21h00 apresentaram um risco menor de cancro do que os

participantes que jantaram ou comeram à noite depois das 22h00.

Saber Mais:

<https://www.food.news/2019-05-14-eating-at-the-wrong-time-increases-your-risk-of-cancer.html>

<https://www.verywellhealth.com/eating-before-bed-3014981>

<http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/biblioteca/saude-e-doenca-cancro/>

Estudo publicado na revista *PLoS ONE*

Desenvolvido teste que prevê rejeição de transplante de ilhotas

Uma equipa de investigadores desenvolveu um método uniformizado para medir a resposta imunitária nos recipientes de transplante de ilhotas, ajudando a prever os resultados no paciente.

O transplante de ilhotas é um tratamento de vanguarda para a diabetes de tipo 1, com um sucesso notável em pacientes hipoglicémicos, podendo melhorar substancialmente a sua qualidade de vida.

A técnica, que atualmente é apenas administrada em ensaios clínicos, consiste no transplante de células beta do pâncreas de um dador para um recipiente, permitindo que o organismo produza insulina e regule a glicose no sangue.

O recipiente do transplante recebe medicação imunossupressora para evitar que o sistema imunitário ataque e destrua o transplante. Contudo, pode ocorrer rejeição e, atualmente, não há forma de prever a ocorrência da mesma.

A cientista Min Hu e uma equipa de investigadores do Instituto para Investigação Clínica de Westmead, na Austrália, propôs-se procurar uniformizar um método através de uma tecnologia conhecida como citometria de fluxo, que deteta e mede as características de um grupo de células, para analisar as células imunitárias presentes em amostras de sangue.

“A curto prazo, os recipientes dos transplantes de ilhotas reagem bem. Contudo, a longo prazo, identificámos casos de aumento de rejeição”, disse a investigadora principal do estudo.

“Baseamo-nos em estudos anteriores e desenvolvemos um método consistente de usar a citometria de



fluxo para analisar a contagem de células imunitárias e subgrupos de células imunitárias presentes no sangue dos recipientes de transplantes. Isto envolveu a uniformização de vários fatores, como manuseamento das amostras e preparação dos instrumentos”, explicou.

Este método é de fácil utilização, requer uma amostra de apenas 1,5 mililitros de sangue do paciente e produziu resultados consistentes em inúmeras amostras, frisou ainda a cientista.

Com este método, a equipa considera que será possível prever se um paciente irá rejeitar o transplante e poderá intervir precocemente de forma a tentar evitar a rejeição.

Saber Mais:

<https://www.sciencedaily.com/releases/2019/05/190529113053.htm>

<https://www.labonline.com.au/content/life-scientist/news/blood-test-could-predict-kidney-transplant-rejection-624186660>

No país:**COIMBRA**

“Baixa visão em pediatria e no adulto” é o tema das **XXIX Jornadas de Oftalmologia de Coimbra**, que se realizam a 5 e 6, no *Hotel Vila Galé*. De entre os Hot Topics em discussão o destaque vai para os temas: Pediatria; Retina médica; Retina cirúrgica; Córnea e cirurgia refrativa.



Para mais informações, contacte a Admédic através do telef. (+351) 21 842 97 10, do email info@admedic.pt ou acesse a <http://www.spoftalmologia.pt/events/xxix-jornadas-de-oftalmologia-de-coimbra/>.

LISBOA

Nos dias 1 e 2 a capital acolhe a **2nd International Meeting on Patient Safety for New Generation of Healthcare Professionals**, a ter lugar na *Reitoria da Universidade Nova de Lisboa*.



Para mais informações, contacte a Universidade Nova de Lisboa, através do telef. (+351) 213 715 600, do email imps2019@ensp.unl.pt ou acesse a <https://imps2019.enesp.unl.pt/>.

LISBOA

A **Conferência Healthcare Ergonomics and Patient Safety 2019**, sob a temática “Building Health and Social Care Systems for the Future: Demographic Changes, Digital Age and Human Factors”, está agendada para entre os dias 3 e 5, no *Lisboa Marriott Hotel*.



Para mais informações, contacte Nuno Pinto da Abreu Events, através do telef. (+351) 21 415 62 58, do email nuno.pinto@abreu.pt ou acesse a <https://heps2019.com/>.

AÇORES

Junte o útil ao agradável e vá até aos Açores assistir às **16as Jornadas de Pneumologia em Medicina Familiar dos Açores e Continente**, que têm lugar no *Hotel Marina Atlântico*, em Ponta Delgada, nos dias 5 e 6.



Para mais informações, contacte Sofia Silva da Prismédica, através do telef. (+351) 21 358 43 80, do email sofia.silva@prismedica.pt ou acesse a <https://www.prismedica.pt/event/16as-jornadas-de-pneumologia-em-medicina-familiar-dos-acores-e-continente/>.

No estrangeiro:**ESPAÑA**

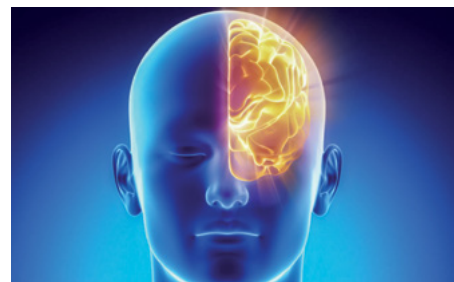
O *Centro de Convenções Internacional de Barcelona (CCIB)* é o anfitrião do **ESMO World Congress on Gastrointestinal Cancer 2019**, que pode acompanhar entre os dias 3 e 6.



Para mais informações, contacte a Imedex, através do telef. +1 (770) 751 7332, do email meetings@imedex.com ou acesse a <https://www.worldgicancer.com/>.

REINO UNIDO

O tema “Explore the Novel Innovations in the field of Neurology and Neuroscience” estará em debate no **32nd European Neurology Congress**, que se realiza no *Radisson Hotel* em Londres, entre os dias 22 e 24.



Para mais informações, contacte Sarah Jones, através do telef. +44-7723056677, do email euro-neurologycongress@gmail.com ou acesse a <https://www.neurologyconference.com/europe/>.

mais Eventos em

<https://profissionais.indice.eu/pt/meeting-point/eventos/>

Farmácias



Medicamentos



Interações



www.indice.pt

Artigos



Notícias



Suplementos



Magazines



... e Muito mais

