



8 ANOS

SOBRAF

CRESCENDO COM VOCÊ

Um e-book informativo sobre as principais novidades da SOBRAF e das Ciências da Longevidade e Fisiologia Humana.





Olá!

A Sobraf é uma sociedade formada por profissionais médicos que priorizam nas suas práticas a valorização do ser humano, o resgate da qualidade da relação do médico com o paciente e desde a sua fundação promove uma campanha de esclarecimento para o respeito e valorização do médico associado.

Em 2020 completamos oito anos de atuação.

Neste período, buscamos trabalhar intensamente para garantir aos nossos associados a segurança necessária para o exercício de uma medicina mais humanizada e consciente às necessidades do paciente 4.0.

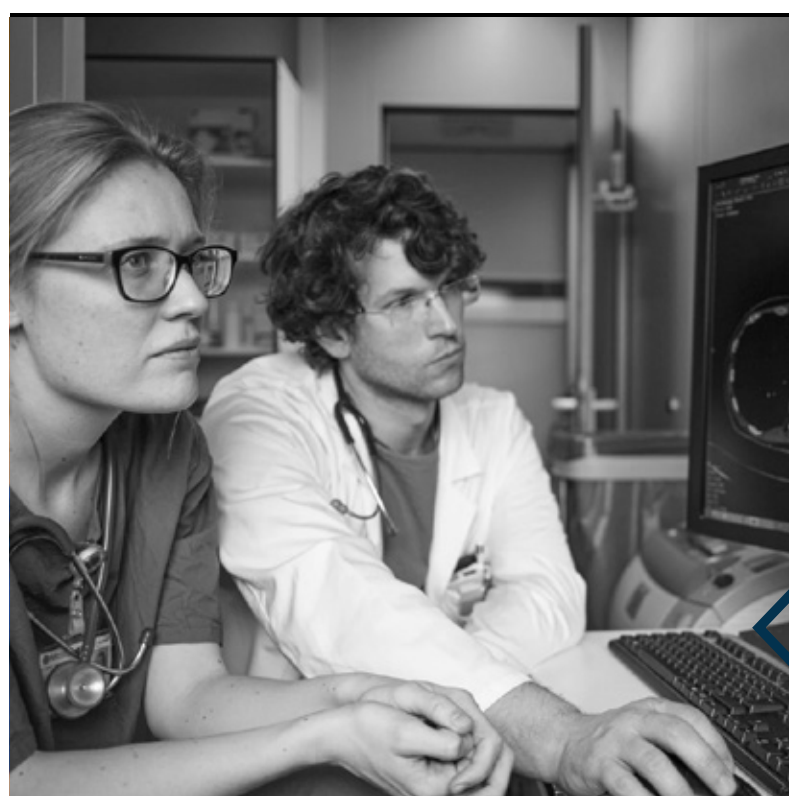
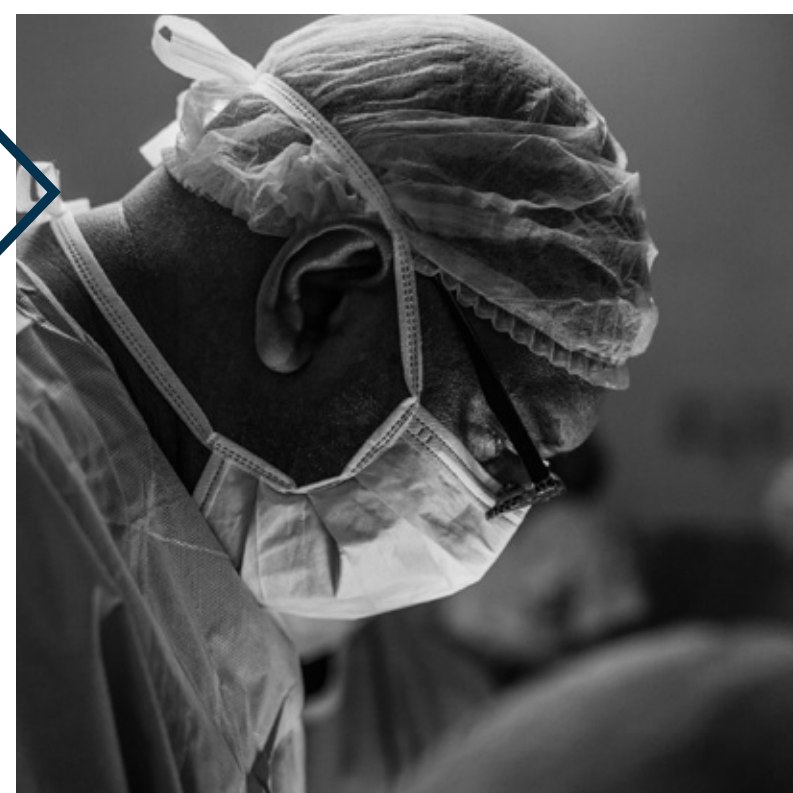
Por isso, neste e-book trazemos a você as principais novidades relacionadas às nossas atividades no ano de 2020, novos benefícios para associados Sobraf e pautas atualizadas sobre os estudos da fisiologia humana.



SOBRAF EM NÚMEROS

8

ANOS DE
ATUAÇÃO



+1600

MEMBROS
ASSOCIADOS*

200

PARCEIROS
NO CLUBE DE
VANTAGENS AOS
ASSOCIADOS



10

MÉDICOS
RESPONSÁVEIS
PELA COMISSÃO
CIENTÍFICA



*Ao longo dos 8 anos de atuação



Com 8 anos de movimento contínuo e o propósito de valorizar o ser humano e o resgate da qualidade da relação do médico com o seu paciente, completamos um ciclo repleto de aprendizados.

Nesta nova etapa, buscamos renovar ainda mais o compromisso com os nossos associados, trazendo novidades que colaboram para o alcance dos propósitos listados anteriormente.

A seguir, você descobrirá os novos benefícios concedidos aos associados SOBRAF.



SESSÕES CLÍNICAS

As Sessões Clínicas trazem estudos de casos clínicos online, possibilitando a troca de experiências com médicos de múltiplas especialidades, vivência de rotinas e atualizações de protocolos da SOBRAF.

Nosso novo portal oferece acesso completo para as sessões clínicas em uma plataforma moderna, que permite ao médico assistir quando quiser e ter acesso a todas as condutas discutidas.

A plataforma permite ainda interação por meio de um fórum disponível em cada uma das aulas da Sessão. Oferece ainda suporte a dispositivos móveis como tablets e smartones tudo isso no portal do associado Sobraf.

Essa novidade oferece mais benefícios aos associados que desejam se inteirar sobre casos clínicos complexos em um cenário pandêmico, onde a quebra de barreiras físicas é possibilitada através da tecnologia.

BUSCAR MÉDICO

SISTEMA DE INDICAÇÃO SOBRAF

Buscar médico (Encontre um Médico) –
Sistema de indicação de profissionais

O novo sistema de indicação de médicos da SOBRAF permite que o associado tenha maior visibilidade, fornecendo na plataforma seus dados de atendimento que ficarão disponíveis no site para que pacientes e usuários do novo portal possam ter acesso à uma minibiografia com foto, local de atendimento e contato.

O recurso está disponível para Associados Platinum e, dessa forma, buscamos aproximar ainda mais os médicos associados dos pacientes interessados em profissionais que atendem no campo das Ciências da Longevidade e Fisiologia Humana, tanto na modalidade de telemedicina quanto no atendimento presencial em cidades próximas.



CLUBE DE VANTAGENS SOBRAF

SISTEMA DE BENEFÍCIOS AO ASSOCIADO

- + O Clube de Vantagens oferece diversos benefícios como
- + descontos nas compras de produtos e serviços em uma
- + vasta gama de empresas parceiras.
- + São mais de 200 parceiros em várias categorias de bens
- + de consumo e serviços, onde mais de 90% dos benefícios
- + são válidos em todo o território nacional.

Os descontos são disponibilizados nos formatos Resgate ou Cashback e o clube oferece ainda a facilidade e acesso de qualquer lugar ou dispositivo.



+ + + + + + + +

CLUBE DE VANTAGENS TAMBÉM OFERECE DESCONTOS EM FARMÁCIAS

O Clube de Vantagens SOBRAF oferece descontos nas farmácias mais próximas de você.

Através do cartão virtual Vida Link, o associado terá acesso a mais de 21 mil farmácias conveniadas em todo país.

O titular poderá comprar medicamentos para si e para dependentes, exceto em casos que a receita é obrigatória por lei.

Para utilizar é muito simples: basta se cadastrar no portal SOBRAF, no campo Clube de Vantagens com o seu CPF.



NOSSO OBJETIVO É CUIDAR DE VOCÊ

A classe médica atual convive com uma realidade bastante complexa e problemática, que traz à tona questões como a carga horária de trabalho excessiva e a desvalorização dos profissionais.

São rotinas muitas vezes exaustivas, onde o foco é dar tudo de si para cuidar dos pacientes.

Em um cenário pandêmico, a situação trouxe ainda mais agravos. Sintomas como esgotamento mental, ansiedade e crises de insônia entraram em pauta através de relatos dos profissionais nas redes sociais e também em portais de notícias.

Um dos principais objetivos da SOBRAF é zelar pelo nível ético, eficiência técnica e sentido social do exercício profissional, bem como promover a defesa dos interesses dos profissionais atuantes na área da saúde.

Dessa forma, entendemos a relevância do compartilhamento de experiências, de modo que possamos colaborar com a redução do estresse e o crescimento profissional dos nossos associados e de toda a classe de profissionais que promovem a saúde.





OS MÉDICOS TRABALHAM MAIS QUE A MAIORIA DAS PESSOAS

(15 horas por semana a mais que outros profissionais)



TIRAM MENOS TEMPO DE FÉRIAS

(4 semanas/ano X 8 semanas/ano de outros profissionais)



TRABALHAM MAIOR NÚMERO DE ANOS DO QUE A POPULAÇÃO GERAL.

Além da crise presente na classe médica, também são inúmeros os desafios daqueles profissionais que buscam zelar pela saúde física e mental dos seus pacientes e reduzir as doenças associadas ao envelhecimento precoce.

Por isso, na Sobraf, o nosso maior objetivo é cuidar daqueles que cuidam dos outros diariamente e que apostam em uma medicina mais humana e consciente.

Dessa forma, oferecemos aos nossos associados conteúdos científicos, compartilhamento de conhecimento sobre casos clínicos complexos através das Sessões Clínicas e diversas outras demandas necessárias para preservar a atuação dos profissionais.





Entre os diversos benefícios, ressaltamos a Assessoria Jurídica aos associados Sobraf.

O objetivo é oferecer soluções jurídicas ágeis e eficazes em todas as áreas concernentes à saúde, especialmente no que se refere às regulamentações e novas práticas editadas pelos órgãos regulatórios da área da saúde.

A escolha do escritório Domenico Advogados foi uma decisão estratégica, fruto de uma pesquisa minuciosa com o objetivo de oferecer a melhor assistência preventiva para os associados da Sobraf. *“Muitas vezes, uma expressão, uma colocação, um posicionamento divergente do status quo, da compreensão tradicional de Medicina, pode trazer problemas potenciais para nossos médicos. O Dr. Jackson Domenico é um grande articulista, uma pessoa que transita muito bem pelos aspectos legais da Medicina. Estamos muito felizes com essa parceria e temos certeza que ela vai qualificar ainda mais o trabalho desses médicos que fortalecem as Ciências da Longevidade Humana no Brasil”, comemora o Dr. Italo Rachid.*



SOBRAF É CIÊNCIA

Estudos que estão em pauta nas Ciências da Longevidade Humana e nos Estudos da Fisiologia.

+ + + + + + + +

INFLAMAÇÃO

Resistência à insulina associada à obesidade: Efeitos anti-inflamatórios do exercício físico*

Marcelo Conrado Freitas, Fábio Luis Ceschini,
Bianca Trovello Ramallo

*Acesso completo disponível para Associados Sobraf

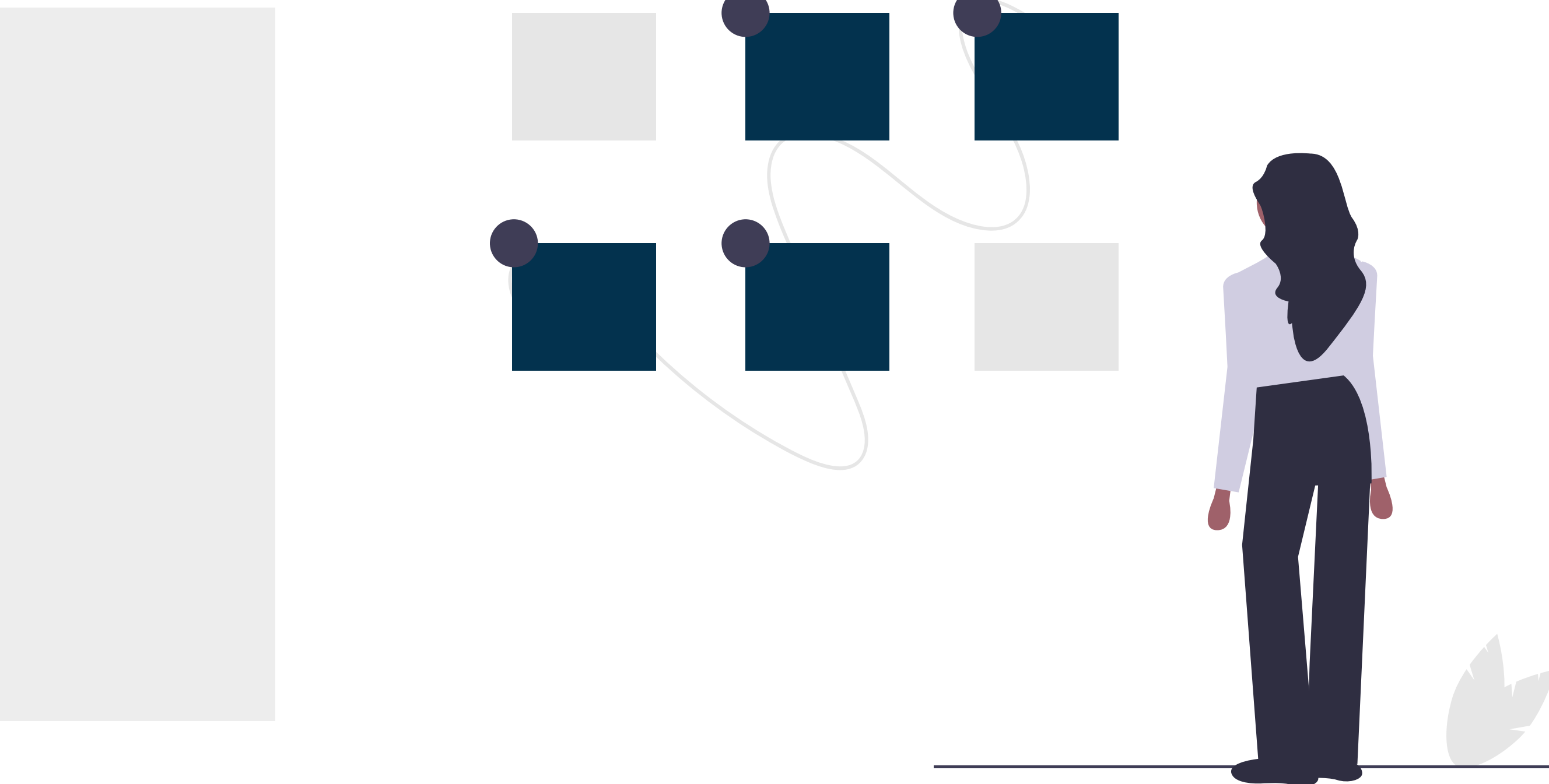
A obesidade atualmente é considerada uma epidemia mundial devido à relação direta com a inflamação sistêmica, doenças cardiovasculares e metabólicas, sendo o principal fator de risco para desenvolvimento de resistência a insulina e diabetes tipo 2.

O excesso de tecido adiposo e o consumo elevado de gorduras são um dos principais fatores para a ativação de vias bioquímicas inflamatórias que causam prejuízos na sinalização intracelular da insulina.

A captação de glicose para os tecidos é constituída por varias etapas onde as adipocinas secretadas pelo tecido adiposo principalmente o TNF α e os ácidos graxos livres, provenientes do consumo elevado de gorduras, são capazes de ativar proteínas inflamatórias como c-jun N-terminal kinase (JNK), Ikappa kinase (ikK), fator de transcrição kB (NF-kB) e assim alterar a sinalização da insulina diminuindo a entrada de glicose para as células.

Evidências científicas mostram que o exercício físico aumenta a captação de glicose por uma via distinta a da insulina sendo dependente da ativação de proteína quinase ativada por AMP (AMPK) e diminui a expressão de proteínas inflamatórias.

O objetivo da revisão é descrever os possíveis mecanismos moleculares para o desenvolvimento da resistência a insulina associado a obesidade e os efeitos anti-inflamatórios do exercício físico.



O estudo conclui que a obesidade aliada ao consumo elevado de gorduras ativam proteínas inflamatórias capazes de alterar etapas na sinalização da insulina levando a um estado hiperglicêmico onde o exercício físico possui efeitos anti-inflamatórios por suprimir a atividade destas vias e aumentar a expressão de proteínas chave na captação de glicose.

Vitaminas e minerais na doença inflamatória intestinal*

Fayez K. Ghishana , Pawel R. Kiela

*Acesso completo disponível para Associados Sobraf

Principais pontos do estudo:

+ As deficiências de vitaminas e minerais são comuns
+ entre pacientes com doença inflamatória intestinal (DII)
+ e justificam a suplementação para restaurar os valores
+ recomendados.

+ Essas deficiências provavelmente contribuem para a
+ gravidade da doença e comorbidades associadas.

Há uma necessidade de mais abordagens baseadas em evidências apoiadas por ensaios clínicos bem elaborados para documentar o nível de suplementação ideal e para avaliar os benefícios da suplementação que excede a dose diária recomendada.





IMUNIDADE

A reposição hormonal é a fonte da juventude?*

Bradley R. Williams, Janet Soojeung Cho

*Acesso completo disponível para Associados Sobraf

Principais pontos do estudo:

Hormônios e precursores de hormônios foram investigados como tratamentos para a longevidade saudável, retardando mudanças associadas ao envelhecimento precoce na composição corporal, força e função física e cognitiva.

A desidroepiandrosterona e o GH foram investigados. A maioria dos estudos incluiu amostras pequenas e foram de curta duração. Os resultados têm sido mistos.

A terapia de reposição hormonal na menopausa é eficaz no tratamento dos sintomas vasomotores e geniturinários da menopausa em mulheres. No entanto, devido a considerações de segurança, os pacientes necessitam de tratamento individualizado e precisam avaliar os riscos e benefícios antes do uso de TH.

A testosterona demonstrou ser eficaz em homens idosos com hipogonadismo que demonstraram declínios na função fisiológica. Foram publicadas diretrizes de prática clínica para diagnóstico e tratamento adequados.

A falta de estudos clínicos avaliando os efeitos a longo prazo pode limitar a sua utilização.

MELATONINA + + + + + + + +

A melatonina regula a síntese de hormônios esteróides na reprodução masculina: uma revisão*

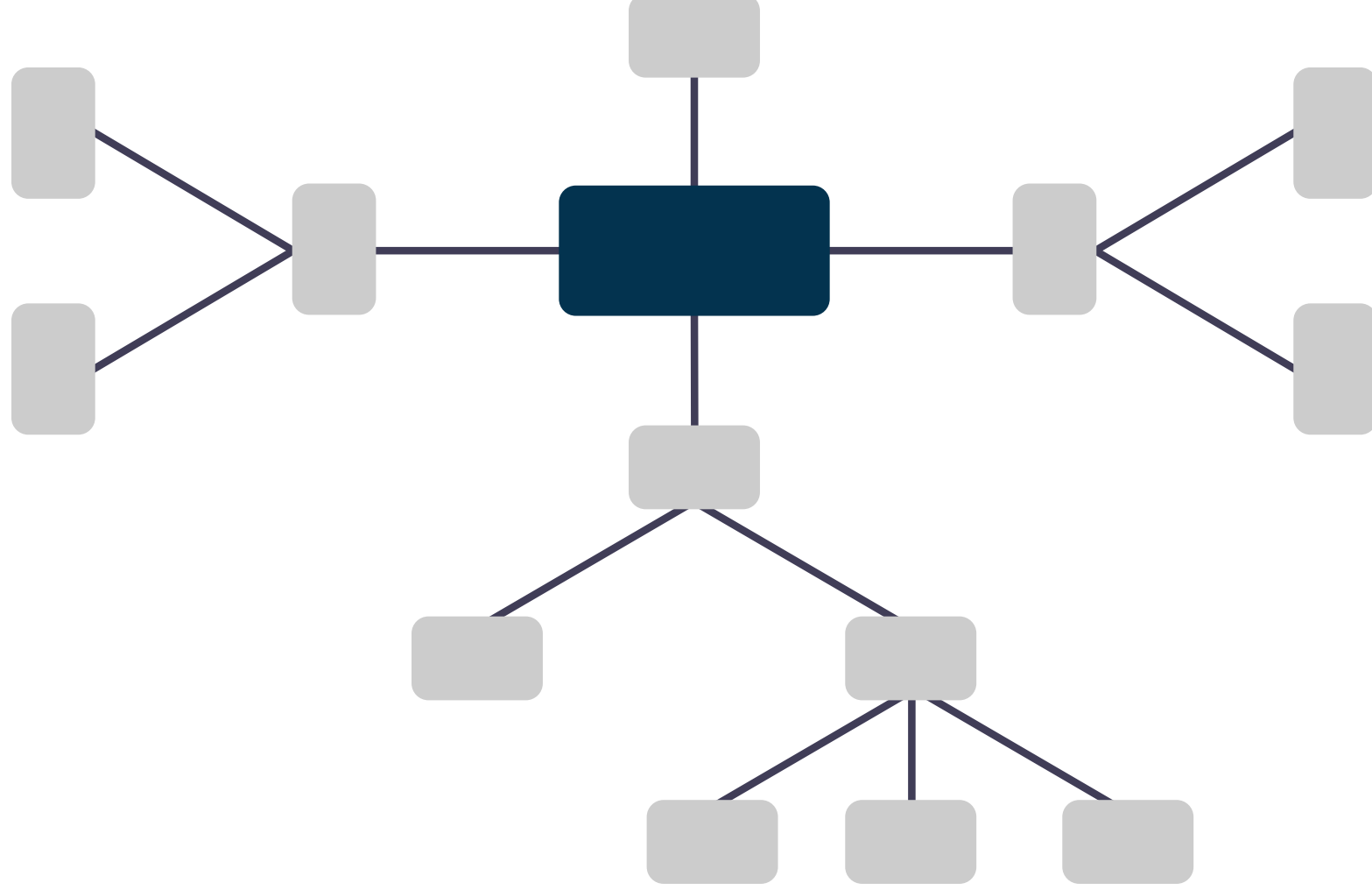
Kun Yu, Shou-Long Deng, Tie-Cheng Sun, Yuan-Yuan Li and Yi-Xun Liu

*Acesso completo disponível para Associados Sobraf

A melatonina é uma molécula ubíqua e exibe diferentes efeitos em animais reprodutores. A testosterona, principal recurso dos andrógenos no testículo, é produzida pelas células de Leydig, mas regulada principalmente pelas citocinas secretadas pelas células de Sertoli. A melatonina atua como um modulador local da atividade endócrina nas células de Leydig. Nas células de Sertoli, a melatonina influencia a proliferação celular e o metabolismo energético e, conseqüentemente, pode regular a esteroidogênese. Estes sugerem que a melatonina é um elemento chave na regulação da esteroidogênese. No entanto, a regulação dos

hormônios esteróides induzida pela melatonina pode diferir entre as espécies, e os dados da literatura indicam que a melatonina tem efeitos importantes na esteroidogênese e na reprodução masculina. maioria dos estudos incluiu amostras pequenas e foram de curta duração. Os resultados têm sido mistos.





O papel dos esteróides no desenvolvimento típico e atípico do cérebro*

Dwaipayan Adhya, Emily Annuario, Madeline A. Lancaster, Jack Price, Simon Baron-Cohen, Deepak P. Srivastava

*Acesso completo disponível para Associados Sobraf

Os esteróides têm um papel importante no crescimento, desenvolvimento, diferenciação sexual e reprodução. Todas as quatro classes de esteróides, andrógenos, estrógenos, progestógenos e glicocorticóides, têm efeitos variados no cérebro. Os andrógenos e os estrógenos estão envolvidos na diferenciação sexual do cérebro e também influenciam a cognição. Progestágenos, como a progesterona e seus metabólitos, demonstraram estar envolvidos na neuroproteção, embora seus efeitos protetores sejam dependentes do tempo.

Os glicocorticóides estão associados ao estresse e ao desempenho da memória, também de maneira dependente da dose e do tempo.

É importante ressaltar que a disfunção na função esteróide tem sido implicada na patogênese da doença. Além disso, a regulação da sinalização de esteróides foi sugerida como uma via terapêutica potencial para o tratamento de uma série de distúrbios neurodesenvolvimentais, psiquiátricos e neurodegenerativos.

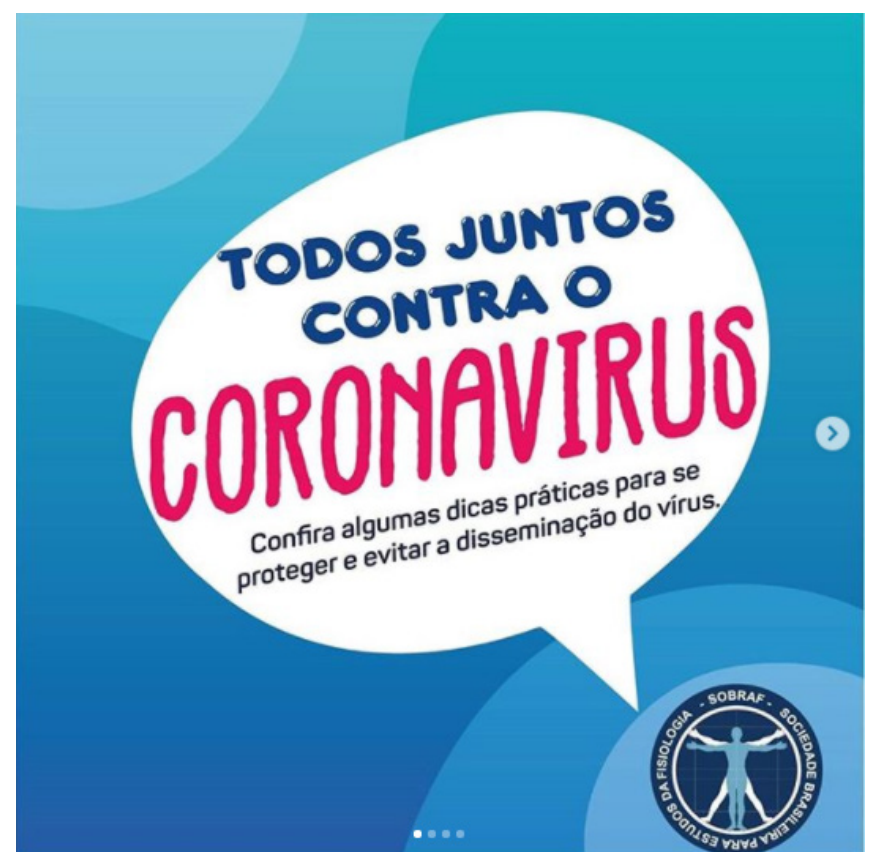
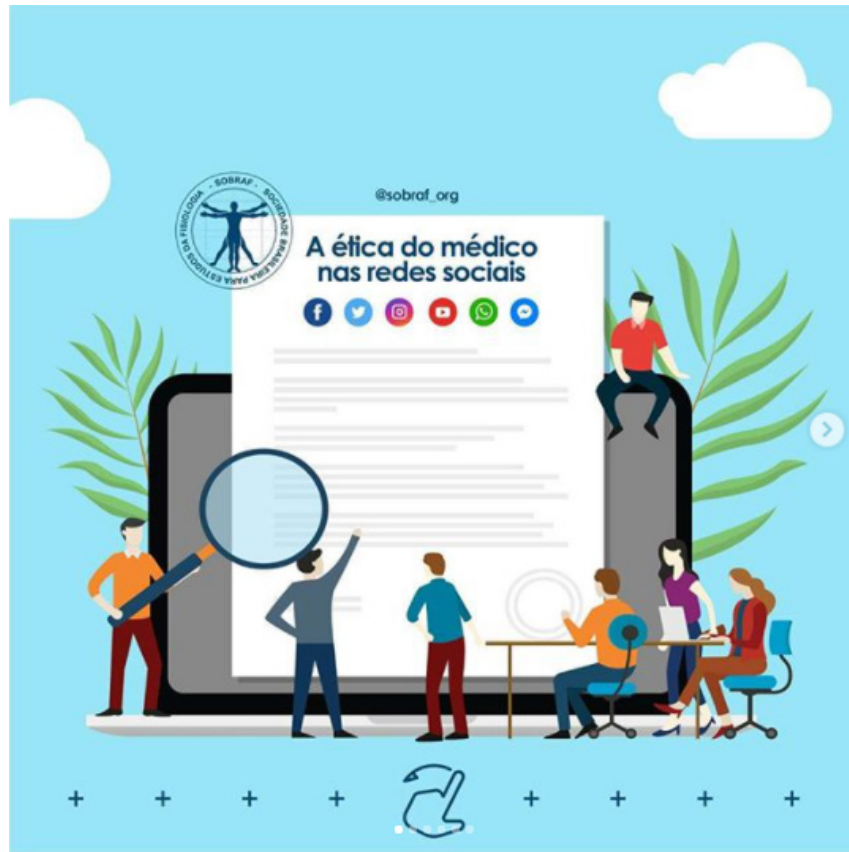
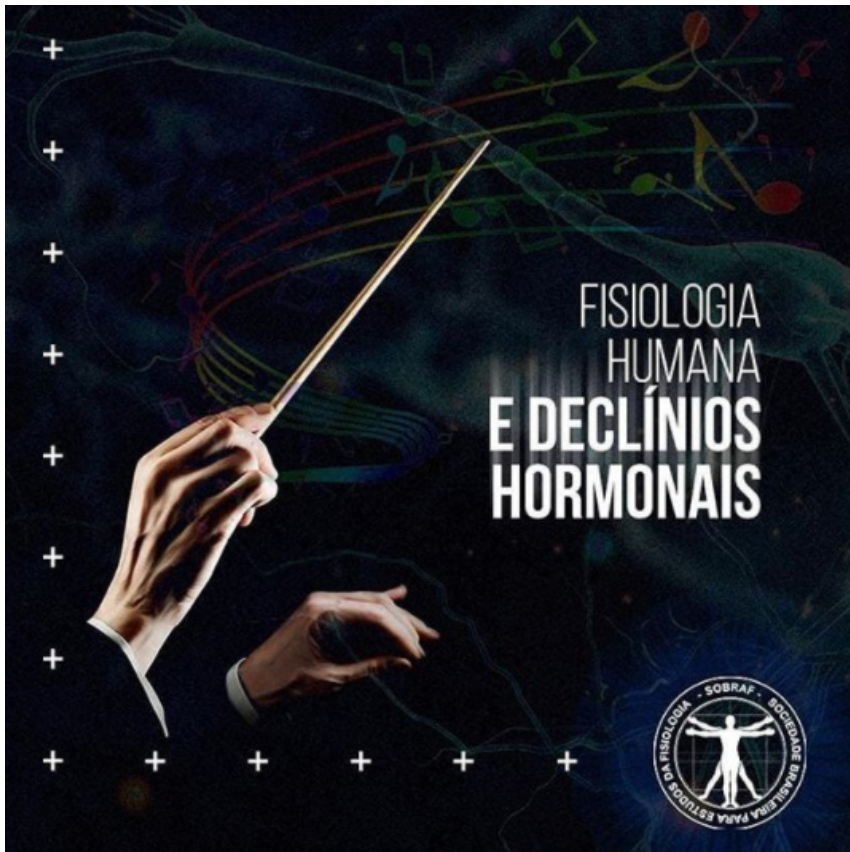
Portanto, elucidar o papel dos esteróides na função cerebral típica e atípica é essencial para compreender as funções cerebrais normais, bem como determinar seu uso potencial para intervenção farmacológica no cérebro atípico. No entanto, a maioria dos estudos até agora foi conduzida usando modelos animais, com trabalho limitado usando tecido ou células humanas nativas.

Aqui, revisamos o efeito dos esteróides no cérebro típico e atípico, com foco nas funções celulares, moleculares dessas moléculas determinadas a partir de modelos animais e no potencial terapêutico, conforme destacado por estudos em humanos.

Discutimos ainda a promessa de células-tronco pluripotentes induzidas por humanos (iPSCs), incluindo vantagens do uso de culturas neuronais 3D (organóides) em telas de alto rendimento, acelerando nossa compreensão do papel dos esteróides no cérebro típico e em sua terapia valor na compreensão e tratamento do cérebro atípico.

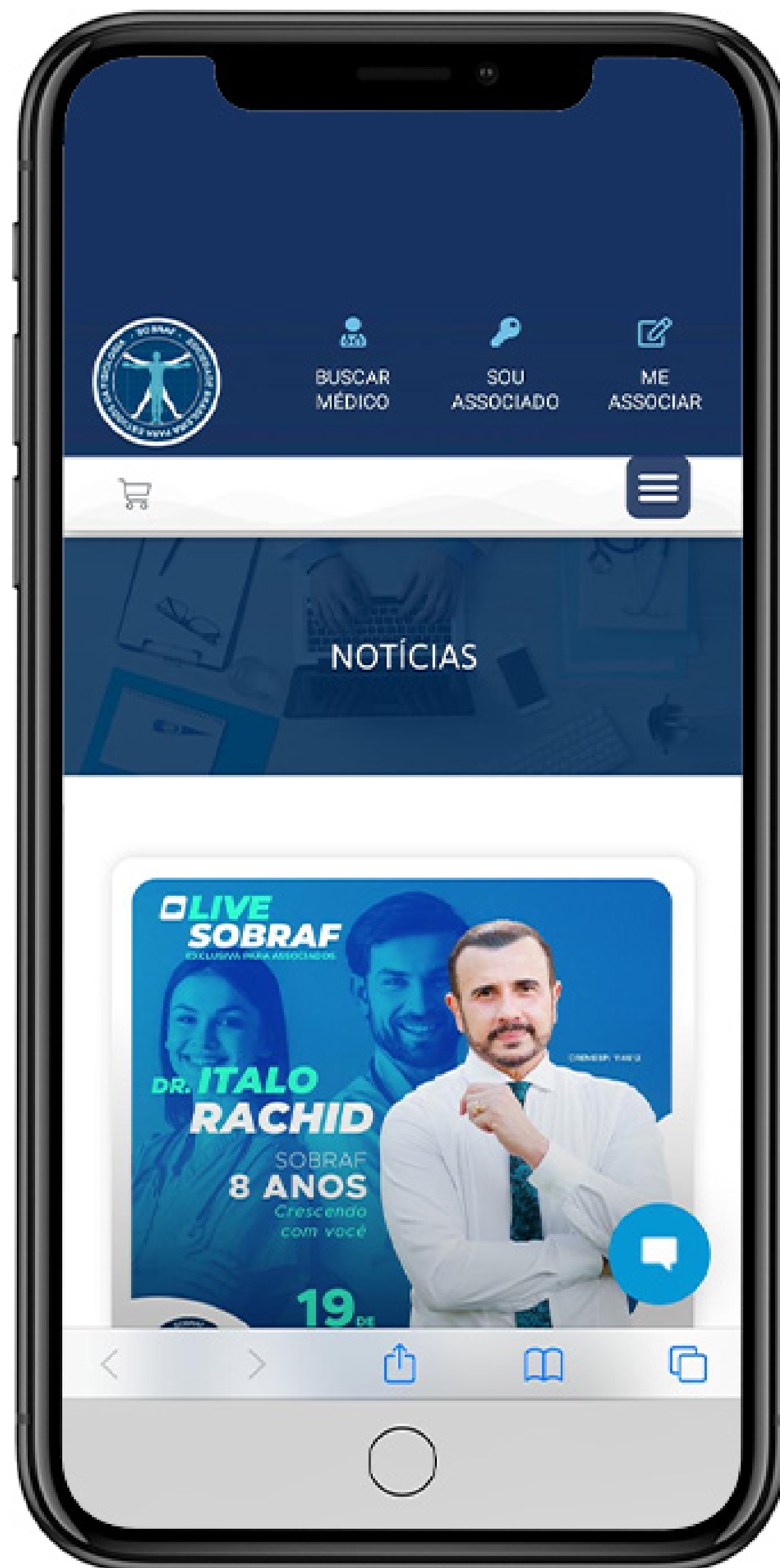
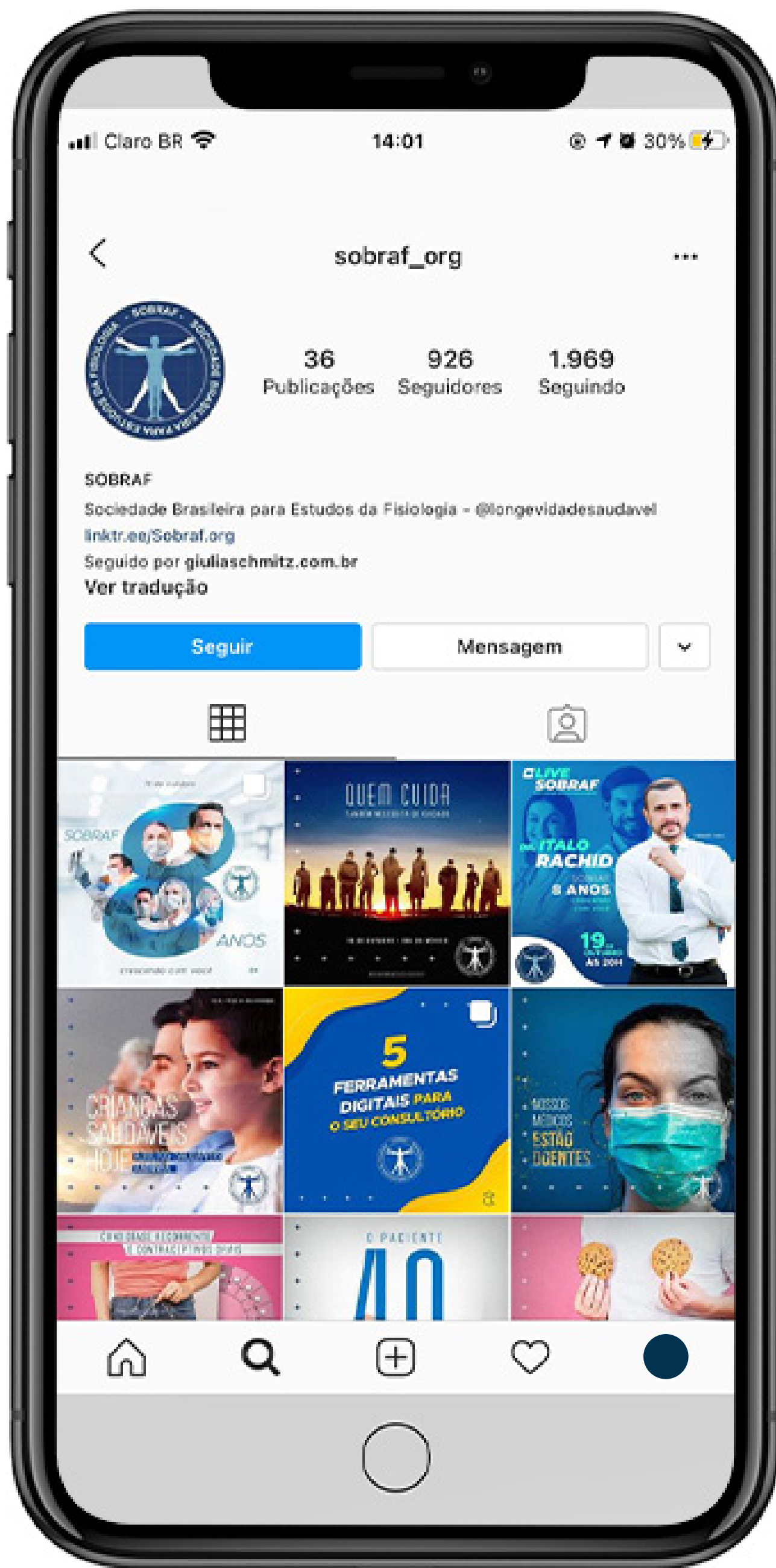
+ + + + + + + +

CONFIRA OS PRINCIPAIS CONTEÚDOS PUBLICADOS PELA SOBRAF NO ÚLTIMO TRIMESTRE:



MacBook Pro

+ + + + + + + +



**NOS
ACOMPANHE
NAS MÍDIAS!**