



# revista **MediABC**

INFORMATIVO MENSAL DA FACULDADE DE MEDICINA DO ABC | ANO IV - Nº 33 - MARÇO DE 2018

Leia também:

- Respeite seu sono e siga seu ritmo
- Doenças raras, mas nem tanto!

## **Novidade contra a Urticária**

Mais de 40 sociedades médicas de todo o mundo participaram da votação de um novo consenso, que muda a forma de tratar os pacientes

## Editorial

Cerca de 20% da população apresenta urticária pelo menos uma vez na vida e 0,5% desenvolve a urticária crônica. Trata-se de uma doença de pele extremamente comum. Na edição deste mês, a Revista MedABC traz como artigo de capa informações sobre o novo consenso global para o tratamento da urticária. A orientação é assinada por 42 sociedades médicas das mais diversas partes do planeta. A grande mudança neste novo "guideline" está no uso das medicações, em especial, do imunobiológico omalizumabe.

Outro tema em destaque é a importância do ritmo de sono de cada pessoa e os prejuízos que a falta do descanso causa ao bem-estar físico e mental. O assunto foi pautado neste mês, na Semana Mundial do Sono, que é organizada anualmente pela Associação Brasileira do Sono.

Por fim, em 28 de fevereiro foi comemorado o Dia Mundial das Doenças Raras, que contou com participação de instituições em mais de 90 países e regiões ao redor do mundo. Segundo a Organização Mundial da Saúde, as doenças raras atingem aproximadamente 5% da população, comprometendo milhões de pessoas.

## Expediente

A Revista MedABC é um informativo mensal da Fundação do ABC/Faculdade de Medicina do ABC, de distribuição gratuita e tiragem de 75.000 exemplares.

### Diretor da FMABC

Dr. David Everson Uip

### Vice-Diretor

Dr. Fernando Luiz Affonso Fonseca

**Produção:** Departamento de Comunicação e Marketing da FUABC.

**Textos e Fotos:** Eduardo Nascimento e Máira Sanchez.

**Artes e Edição Eletrônica:** Fernando Valini e Alexandre Leão.

**Apoio:** Luciana Ferreira e Tathatha Dias.

**Endereço:** Av. Laura Gomes, 2000. Bairro Vila Sacadura Cabral. Santo André (SP). CEP: 09060-870.

**Contatos:** [noticias@fuabc.org.br](mailto:noticias@fuabc.org.br) / (11) 2666-5431.

**Endereço eletrônico:** [www.fmabc.br](http://www.fmabc.br) e [www.fuabc.org.br](http://www.fuabc.org.br).

revista  
**MedABC**

FM  
ABC  
FACULDADE DE MEDICINA DO ABC

# QUANTO CUSTA UM SORRISO?

Ajude a Faculdade de Medicina do ABC a continuar proporcionando sorrisos a crianças e adolescentes com câncer



Agora você pode "Doar Sem Gastar"! O Ambulatório de Oncologia Pediátrica da Faculdade de Medicina do ABC foi credenciado e já pode receber recursos via FUMCAD, o Fundo Municipal da Criança e do Adolescente de Santo André. Isso significa que cidadãos e empresas podem destinar parte do Imposto de Renda para o tratamento de crianças e adolescentes com câncer. Pessoas físicas podem doar até 6% do imposto, enquanto empresas podem direcionar até 1%. Não custa nada a mais para você, mas para nossas crianças e adolescentes, essa ajuda é essencial. Fale com o seu contador e PARTICIPE!

Considerado referência no tratamento do câncer infantil-juvenil, o Ambulatório de Oncologia Pediátrica da FMABC realiza em média 200 consultas mensais e conta atualmente com cerca de 30 crianças em quimioterapia ambulatorial. Com tratamentos 100% gratuitos, via Sistema Único de Saúde (SUS), o local recebe crianças e adolescentes de todo o país.



Confira mais informações sobre o projeto da Oncologia Infantil e participe dessa corrente do bem!

**WWW.FUABC.ORG.BR/ONCOLOGIAINFANTIL**



**DR. FRANCO CHIES MARTINS**  
Médico assistente do Ambulatório de Pneumologia da FMABC, especialista em Medicina do Sono pela Universidade de São Paulo (USP), membro da Associação Brasileira do Sono e vice-presidente da Regional ABC da entidade.



# RESPEITE SEU SONO E SIGA SEU RITMO

## SEMANA MUNDIAL DO SONO TEM CAMPANHA DE ORIENTAÇÃO EM TODO O PAÍS

Comemoramos neste mês de março a Semana Mundial do Sono, que é organizada anualmente pela Associação Brasileira do Sono (ABS). Em 2018, a campanha nacional foi marcada entre os dias 14 e 19 de março, com o tema central "Respeite seu sono e siga seu ritmo". O objetivo é chamar a atenção da população sobre o ritmo de sono de cada pessoa, bem como conscientizar sobre os prejuízos que a falta do descanso causa ao bem-estar físico e mental.

Atualmente, especialistas defendem que cada indivíduo deve compreender e respeitar suas variações rítmicas do sono. Há quem sintam-se bem com apenas seis horas diárias de descanso, já outros necessitam de até 10 horas por dia. O mesmo se aplica ao período do sono, variando entre diurno, vespertino ou noturno.

Há uma lenda em torno das recomendadas 'oito horas' por noite. Isso não tem mais fundamento atualmente. Não existe

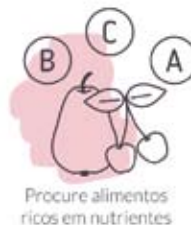
uma receita de bolo para todo mundo. Estudos atuais mostram que cada pessoa tem seu horário ideal de descanso e sua preferência de horário para dormir e acordar. Devemos adaptar isso à rotina e respeitar nosso próprio ritmo e período de sono. Dormir

é uma atividade vital para o bom funcionamento do organismo e total reparação do cérebro.

A falta de sincronia dos ritmos biológicos com o ambiente impacta diretamente na quantidade e qualidade do descanso. As consequências da privação

do sono podem ser notadas no dia a dia, como problemas de memória, atenção e humor, sonolência, fadiga, dificuldade de aprendizado, queda do sistema imunológico e aumento do peso corporal. As dicas para combater tais sintomas são manter horários regulares para dormir e acordar – inclusive nos finais de semana –, praticar atividade física, manter alimentação saudável e evitar ingestão de cafeína próximo ao horário de dormir.

### HÁBITOS SAUDÁVEIS



### CAMPANHA MUNDIAL

Neste ano, o Dia Mundial do Sono foi marcado para 16 de março. Trata-se de iniciativa global, realizada anualmente desde 2007 pela World Sleep Society (Sociedade Mundial do Sono). Em 2017, foram promovidas 155 atividades de conscientização sobre a saúde do sono em mais de 70 países. A data é comemorada sempre na sexta-feira de março que antecede em uma semana o início da primavera no hemisfério norte, o que varia a cada ano.





**DRA. ROBERTA JARDIM CRIADO**

Médica alergologista, coordenadora do Ambulatório de Urticária e Alergia a Drogas da Faculdade de Medicina do ABC



# NOVIDADE CONTRA A URTICÁRIA

Médicos do mundo todo passaram a contar neste ano com um novo consenso global para o tratamento da urticária. O 'guideline' é uma orientação conjunta da Seção de Dermatologia da Academia Europeia de Alergologia e Imunologia Clínica (EAACI) – rede de excelência financiada pela União Europeia –, da Rede Global de Alergia e Asma Europeia (GA<sup>2</sup>LEN), do Fórum Europeu de Dermatologia (EDF) e da Organização Mundial de Alergia (WAO). Ao todo, 42 sociedades das mais diversas partes do planeta participaram da votação que levou à redação final do documento, além de especialistas credenciados pela GA<sup>2</sup>LEN. Somente tópicos com mais de 90% de concordância foram incluídos.

De acordo com a médica

alergologista Dra. Roberta Jardim Criado, que coordena o Ambulatório de Urticária e Alergia a Drogas da Faculdade de Medicina do ABC – o primeiro centro brasileiro certificado pela GA<sup>2</sup>LEN como UCARE (Urticaria Center of Reference and Excellence) –, a grande mudança neste novo consenso está no uso das medicações, em especial do imunobiológico omalizumabe. "O consenso manteve o uso de anti-histamínicos como ponto de partida do tratamento, assim como a elevação das doses em até quatro vezes, de acordo com a resposta do paciente e o efetivo controle da doença. O que muda agora é que, para os casos que não respondem a esse tratamento inicial, a terapia adicional deve ser feita com o omalizumabe", explica a especialista, que

detalha. "Até então, ficava a critério do médico o uso do omalizumabe, de ciclosporina ou de outras drogas como terapia adicional. Agora não. Pelo valor das evidências científicas, após o aumento em quatro vezes da dose de anti-histamínicos, o omalizumabe é o próximo passo como terapia adjuvante. Somente em casos refratários ao omalizumabe deve-se entrar com a ciclosporina".

Segundo a especialista, as demais medicações disponíveis, como metrexato, dapsona e cloroquina, por exemplo, podem ser bastante úteis no tratamento da urticária, mas não apresentaram níveis suficientes de evidência para entrar no consenso e só devem ser usadas em casos de insucesso da terapia recém-padronizada.

## CONSENSO BIENAL

O consenso para o tratamento de urticária é realizado a cada dois anos e normalmente ocorre em Berlim, na Alemanha. Antes da votação, os especialistas recebem texto preliminar para avaliação individual dos níveis de evidência do que será colocado em votação. Todos os artigos científicos relacionados e demais materiais utilizados na elaboração do texto também são anexados e encaminhados.

O guideline é definido por especialistas do mundo todo. Cada sociedade participante indica seu representante – no Brasil foram a Sociedade Brasileira de Dermatologia e a Associação Brasileira de Alergia e Imunologia. Também votaram representantes de todos os centros de urticária certificados pela GA<sup>2</sup>LEN como UCARE





## Mais de 40 sociedades médicas de todo o mundo participaram da votação de um novo consenso, que muda a forma de tratar os pacientes

– hoje são 46 UCAREs no mundo, sendo oito no Brasil.

### CONTROLE DA DOENÇA

O aumento da dose dos anti-histamínicos e a necessidade da terapia adjuvante com omalizumabe dependem do controle da doença, que deve ser feito a partir de alguns instrumentos, como questionários que o paciente preenche, registrando diariamente a atividade da urticária, com graduações do número de urticas e da intensidade da coceira. “É um método bem fácil de fazer e muito prático. Todos os pacientes estão aptos. Esse tipo de ferramenta, somada à avaliação física e aos relatos do paciente, permite que o médico avalie com precisão o controle ou não da doença, para definir a manutenção ou aumento das

doses dos medicamentos, assim como a indicação de novas drogas”, acrescenta Criado.

### URTICÁRIA

Cerca de 20% da população apresenta urticária pelo menos uma vez na vida e 0,5% desenvolverá a urticária crônica. Trata-se de doença de pele extremamente comum, que forma vergões ou urticas (como uma mordida de inseto), que podem ocorrer em conjunto com inchaço nos olhos, lábios e, em alguns casos, na região da garganta (edema de glote). Os principais sintomas são coceira no corpo todo e lesões avermelhadas que desaparecem geralmente em 24 horas e voltam repentinamente, podendo sumir em poucas semanas ou levar anos para desaparecer.

A doença é mais frequente

em adultos, mas também pode aparecer em crianças. Responsável por muitos aborrecimentos e pela perda de qualidade de vida, a urticária também prejudica o sono e, muitas vezes, faz com que o paciente não consiga desenvolver atividades do dia a dia, como trabalhar ou frequentar a escola, devido ao grande incômodo e à coceira.

“Entre as principais causas da urticária aguda, que dura menos de 6 semanas, estão a alergia a medicamentos, as infecções virais e a associação entre medicamentos e infecções virais. Já as urticárias crônicas, que duram mais de 6 semanas, não têm causa específica e, na maioria das vezes, são espontâneas. Também existem as urticárias induzidas, relacionadas ao frio, calor ou exercícios físicos, por exemplo.

Os alimentos, ao contrário do que muitos imaginam, estão entre as causas mais raras para o aparecimento da doença”, detalha a médica alergologista e coordenadora do Ambulatório de Urticária e Alergia a Drogas da FMABC, Dra. Roberta Jardim Criado.

Para determinar o tratamento, inicialmente é feita avaliação clínica, seguida de exames complementares. Raramente há necessidade de testes de alergia. Com o diagnóstico, a terapia é à base de anti-histamínicos e outros medicamentos, conforme a resposta de cada paciente. “O diagnóstico preciso da urticária e o tratamento adequado contribuem muito para a melhora dos sintomas. Dessa forma, é importante procurar um especialista logo nos primeiros sinais da doença”, recomenda Dra. Roberta Criado.





**DR. CAIO PARENTE BARBOSA**  
 Professor titular da disciplina de Saúde Sexual, Reprodutiva e Genética  
 Populacional da Faculdade de Medicina do ABC

# RARAS, MAS NEM TANTO!

## DOENÇAS RARAS ATINGEM MAIS DE 300 MILHÕES DE PESSOAS EM TODO O MUNDO

Em fevereiro, no dia 28, comemoramos o Dia Mundial das Doenças Raras. A data foi estabelecida em 2008 pela organização não-governamental Eurordis - Rare Diseases Europe, que representa 792 organizações de pacientes com doenças raras em 69 países. Anualmente, há campanha global de conscientização sobre o impacto das doenças raras na vida dos pacientes e de seus cuidadores. Para se ter ideia do tamanho deste movimento, em 2018, instituições em mais de 90 países e regiões ao redor do mundo participaram dos festejos pela data.

Segundo definição da Organização Mundial da Saúde, a doença rara caracteriza-se como aquela que afeta até 65 pessoas a cada 100.000 indivíduos - ou seja, 1,3 pessoa num grupo de 2.000. O problema atinge aproximadamente 5% da população, comprometendo milhões de pessoas ao redor do mundo. Estima-se que 80% dos casos têm origem genética e 50% afetam crianças - sendo que 30% morrem antes dos 5 anos de idade. Até o momento, cerca de 7.000 doenças raras já foram identificadas, cujas características principais são a natureza complexa, a evolução crônica e debilitante. Essas particularidades, associadas ao acesso limitado aos tratamentos e serviços especializados, têm grande repercussão no cotidiano de mi-



lhões de famílias.

Na região do Grande ABC, mais especificamente em Santo André, está localizado o primeiro Centro de Referência de Doenças Raras do Es-

tado de São Paulo, que abriu as portas em 2017, na Faculdade de Medicina do ABC. O projeto da instituição foi aprovado em meados de 2016 pelo Governo do Estado e credencia-

do pelo Ministério da Saúde, conforme Portaria 3.372, de 29/11/2016, que "Habilita o Ambulatório de Especialidade da FUABC/Faculdade de Medicina do ABC/Santo André, como Serviço de Referência em Doenças Raras". Trata-se de um trabalho pioneiro, com atendimento 100% gratuito e que busca oferecer em um único espaço diversos especialistas, exames específicos e trabalho multidisciplinar para o atendimento integral a pacientes com as mais diversas patologias raras.

O início dos atendimentos na FMABC como Centro de Referência de Doenças Raras ocorreu em julho de 2017. O local recebe pacientes com diversos tipos de patologias, divididas em eixos, conforme preconizado pelo Ministério da Saúde. As principais especialidades envolvidas e que já realizam atendimentos são: reumatologia pediátrica, fibrose cística, diagnóstico genético, erros inatos do metabolismo, oftalmopediatria, cardiologia, infecções de repetição ou imunologia clínica, ortopedia pediátrica, pneumopatia rara e ventilação mecânica, doenças neuromusculares, doenças pulmonares intersticiais, nefrologia pediátrica, pediatria, nefrologia e neurologia.

**Interessados podem obter mais informações pelo telefone (11) 4433-2846.**

EXCLUSIVO PARA PROFISSIONAIS DA ÁREA

3

SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE  
**REPRODUÇÃO HUMANA E GENÉTICA**

JORNADA MULTIDISCIPLINAR DE  
**DOENÇAS RARAS**

**24 e 25 MAIO 2018**  
 MAKSOUH PLAZA HOTEL | SÃO PAULO . SP

### ALGUNS DOS TEMAS QUE SERÃO ABORDADOS

- . Impacto da Fertilização in Vitro na Sociedade
- . Novas Tecnologias em Reprodução Assistida
- . Preservação da Fertilidade Feminina
- . Talking the Talk: a questão do gênero
- . SOP e Maturação In Vitro de Oócitos: realidade próxima ?
- . Palestra: Famílias modernas em tempos de FIV

*DO NOT save the date*

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO E INSCREVA-SE  
[WWW.SIMPOSIOIDEIAFERTILABC.COM.BR](http://WWW.SIMPOSIOIDEIAFERTILABC.COM.BR)

(11) 3253-3713 | eventos2@igcomunic.com.br | simposioideiafertilabc

SECRETARIA EXECUTIVA  
**IG**  
 EVENTOS CORPORATIVOS

# Não deixe a depressão tomar conta de você!



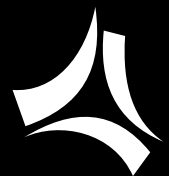
\* Fontes: Organização Mundial da Saúde (OMS) / Dr. Sergio Balduino, professor de Psiquiatria da FMABC.

A depressão é um transtorno mental comum, considerado a principal causa de problemas de saúde e incapacidade em todo o mundo. Atinge duas vezes mais mulheres do que homens e não distingue idade ou classe social. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), mais de 300 milhões de pessoas vivem com a doença.

## Depressão não é frescura!

**Se você se identifica com os sintomas ao lado, não hesite em procurar ajuda profissional.**

- Tristeza persistente por 14 dias ou mais.
- Perda de interesse nas atividades comuns do dia a dia.
- Incapacidade de realizar atividades diárias e perda de energia.
- Alterações no apetite.
- Alterações do sono (dormir mais ou menos do que o costume).
- Ansiedade e inquietação exacerbadas.
- Problemas de concentração.
- Sentimentos frequentes de inutilidade, culpa ou desesperança.
- Pensamentos de autolesão ou suicídio.



**FUNDAÇÃO DO ABC**

Desde 1967

Departamento de Comunicação e Marketing



Prepare-se  
para um mercado  
de trabalho cada vez  
mais competitivo!

## PÓS-GRADUAÇÃO

Faça sua inscrição em  
Tradição e Qualidade

MATRÍCULAS ABERTAS!

[www.latosensu.fmabc.br](http://www.latosensu.fmabc.br)  
Informações: 11 4993-5426



## Novo prédio, novas perspectivas

### 🏠 Pós-graduação

A Pós-Graduação da FMABC iniciou 2018 com grande novidade: prédio próprio, instalado ao lado do campus universitário! Totalmente reformado, o espaço conta com três andares e sete amplas salas de aula, áreas de estudo, biblioteca e um anfiteatro com 315 lugares, o maior de toda a faculdade. Venha para a MedABC e conheça mais essa novidade.