



Encontros: Amigos da Saúde



● Grupo Laboratório de Corrêas iniciou, em outubro de 2023, o Encontro Amigo da Saúde, voltado para médicos.

O evento visa apresentar o nosso Parque Tecnológico para os especialistas

presentes, fortalecendo a nossa credibilidade e transparência.

A ação também contribui significativamente, com o esclarecimento de dúvidas a respeito de nossos processos internos.

A iniciativa visa compartilhar a nossa rotina, nos colocando à disposição dos profissionais da medicina. A visita em nosso espaço técnico pode ser agendada através de nossa Assessoria Científica.



**Assessoria
Científica**

Temos um canal direto com você, Médico(a):  (24) 98865 0754

Um canal direto de comunicação que visa agilizar todas as demandas. Estamos aqui para oferecer todo suporte necessário. Conte com a nossa Assessoria Científica para otimizar exames e prazos.

Agradecemos a parceria. Estamos sempre à disposição!



ENCONTROS: AMIGOS DA SAÚDE



Esperamos, este ano, continuar recebendo os ilustres colegas e amigos, profissionais da medicina.

Nossa intenção é de solidificar os elos que nos fazem ser mais que um laboratório, um verdadeiro amigo da

saúde e dos profissionais que trabalham diariamente, prevenindo, tratando doenças e salvando vidas!

SAÚDE

Biomarcadores na Insuficiência Cardíaca

Diagnóstico e prognóstico da IC



Dr. Bruno Santana Bandeira,
Cardiologista - CRM 52 71035-0 RJ
RQE Nº: 13408 - Diretor as SOCERJ
Presidente Seção Regional Serrana 2024/2025

No cenário da insuficiência cardíaca (IC), os biomarcadores desempenham um papel crucial, e o trabalho pioneiro de Eugene Braunwald, em 1964, já revelava a secreção de catecolaminas pelo coração, demonstrando que o coração era um "órgão endócrino". A descoberta subsequente dos peptídeos natriuréticos atriais (ANP) e do tipo B (BNP) em 1982 e 1988, respectivamente, revolucionou a compreensão da fisiologia cardíaca.

No contexto clínico, os biomarcadores BNP e NT-proBNP são ferramentas valiosas para o diagnóstico e prognóstico da IC. Apesar de desempenharem

funções semelhantes, há diferenças entre eles. O NT-proBNP, por exemplo, possui uma meia-vida mais longa e valores mais estáveis, permitindo a coleta em até 48 horas após a amostragem, ao contrário do BNP, que requer avaliação em até 6 horas.

Esses biomarcadores tornam-se especialmente cruciais em situações de diagnóstico duvidoso, como na diferenciação de causas cardiogênicas x pulmonares (Ex.: DPOC), na IC com fração de ejeção preservada, em idosos ou em casos de IC com poucos sinais de congestão sistêmica.



INFORMATIVO

Uma publicação do Laboratório de Corrêas
Mais que um laboratório, um amigo da sua saúde.

Diretor:

Dr. Denisvaldo Vieira Silveira

Informações, comentários e sugestões:

Rua Rodolfo Figueira de Melo, 17
Corrêas - Petrópolis/RJ - CEP: 25.720-340
www.laboratoriodecorreas.com.br

laboratorio@laboratoriodecorreas.com.br
Assessoria Científica: (24) 98865 0754

Jornalista Responsável:

Carolina Costa
(MTB 36.124/RJ)

Fotos: Divulgação

Projeto Gráfico:  SOMA

Tiragem:

2.000 exemplares

As variações nos valores desses biomarcadores refletem a condição clínica do paciente, com cortes diferenciados para ambientes de emergência e ambulatoriais.

Além disso, os peptídeos natriuréticos apresentam relevância prognóstica. Níveis mais elevados estão associados a taxas aumentadas de eventos adversos, tanto em ambientes hospitalares quanto ambulatoriais.

No caso da IC descompensada, os valores admissionais desses biomarcadores predizem a evolução hospitalar,

e após a alta, a variação e os valores absolutos têm importância prognóstica.

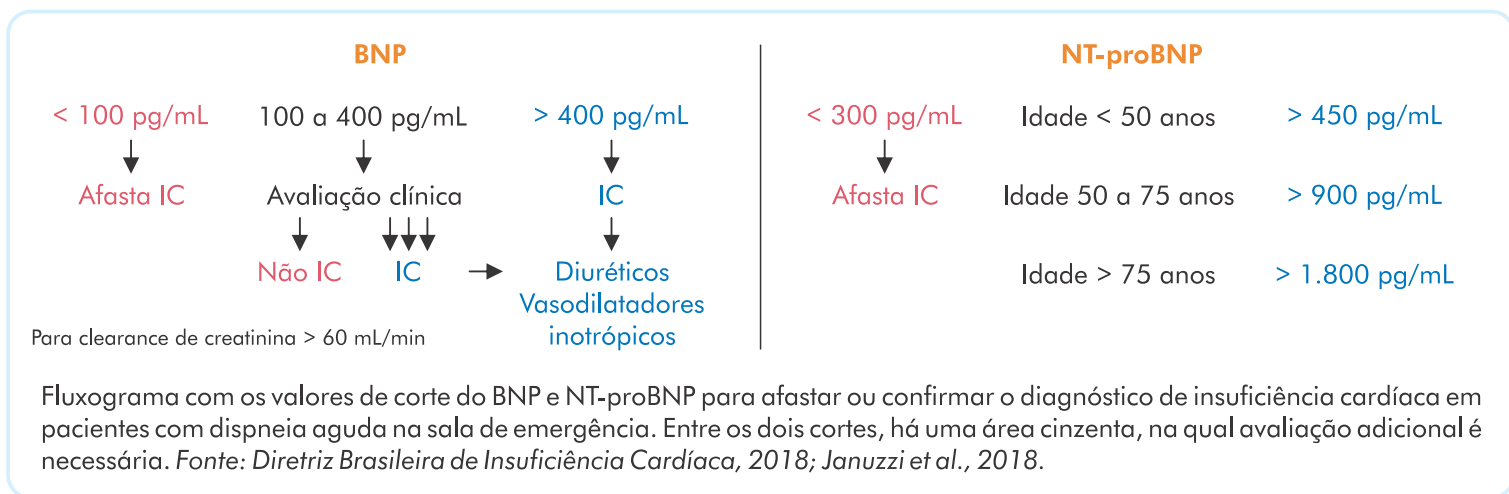
Vale a pena ressaltar que a confiabilidade do BNP pode ser comprometida em pacientes tratados com sacubitril/valsartana (medicamento de primeira linha no tratamento da IC), devido à inibição da enzima neprilisina (NEP), responsável pela degradação de peptídeos hormonais, incluindo o BNP.

Por outro lado, o NT-proBNP, uma pré-molécula não influenciada pelo bloqueio da NEP, mantém sua utilidade como biomarcador em pacientes trata-

dos com esta droga, sendo ainda mais confiável nesse contexto.

Portanto, comparando BNP com NT-proBNP, o último, por apresentar uma meia-vida mais longa e maior estabilidade in-vitro e não ser influenciado pelo bloqueio da neprilisina, pode ser vantajoso em diversas situações clínicas.

Em resumo, a atenção aos peptídeos natriuréticos é essencial para aprimorar o diagnóstico e o acompanhamento de pacientes com IC, oferecendo uma visão abrangente e precisa da condição cardíaca dos indivíduos atendidos.



Pontos de destaque em relação ao uso de Peptídeos Natriuréticos (PN)

- Quando há dúvidas diagnósticas, devem-se utilizar os peptídeos natriuréticos (PN) para auxiliar no diagnóstico da insuficiência cardíaca (IC).
- Valores de BNP < 100 pg/mL e de NT-proBNP < 300 pg/mL excluem o diagnóstico de IC. Em pacientes ambulatoriais, esses cortes são, respectivamente, 35 pg/mL e 125 pg/mL.
- Os PN apresentam valor prognóstico. Quanto mais elevados os valores, pior a evolução. Queda dos

- PN após um procedimento ou medicamento indicam boa evolução.
- NT-proBNP, por apresentar uma meia-vida mais longa e maior estabilidade in-vitro, e não ser influenciado pelo bloqueio da neprilisina, pode ser vantajoso em diversas situações clínicas, como em usuários de sacubitril/valsartana
- Os níveis dos PN tendem a aumentar com a idade, mesmo em indivíduos saudáveis.
- A obesidade pode estar associada a níveis mais altos de PN em alguns casos.

- A função renal afetada pode resultar em aumento dos níveis dos PN, pois a eliminação destes ocorre principalmente pelos rins.
 - Além da insuficiência cardíaca, outras condições cardiovasculares, como infarto do miocárdio, embolia pulmonar e valvulopatias, podem impactar os níveis dos PN.
- Ao interpretar os resultados dos PN, é crucial considerar os fatores acima e correlacionar os achados clínicos para uma avaliação mais precisa da condição do paciente.

Fonte/leitura sugerida: **1)** Insuficiência Cardíaca, DEIC-SBC/Seção III/Diagnóstico e Prognóstico. Capítulo 22. Biomarcadores e Ecocardiograma na Insuficiência Cardíaca. Humberto Villacorta Marcelo Iorio Garcia **2)** Braunwald E. Tratado de Doenças Cardiovasculares. 10. Ed. Rio de Janeiro: Elsevier; 2017. **3)** Diretriz Brasileira de Insuficiência Cardíaca Crônica e Aguda. Exame Clínico. Arq Bras Cardiol 2018;111(3):436-539. **4)** Januzzi JL, Chen-Tourneau AA, Christenson RH, Doros G, Hollander JE, Levy PD, et al. N-terminal pro-B-type Natriuretic Peptide in the Emergency Department: The Icon-Reloaded Study. J Am Coll Cardiol. 2018;71(11):1191-200. **5)** Zile MR, Claggett BL, Prescott MF, McMurray JJV, Packer M, Rouleau JL, et al. Prognostic Implications of Changes in N-terminal pro-B-type Natriuretic Peptide in Patients with Heart Failure. J Am Coll Cardiol. 2016;68(22):2425-36. **6)** Lippi G, Sanchis-Gomar F. Monitoring B-type Natriuretic Peptide in Patients Undergoing Therapy with Neprilysin Inhibitors. An Emerging Challenge? Int J Cardiol. 2016 Sep 15;219:111-4

AMIGO DA SAÚDE

Gestão do Tempo e Produtividade

Você já parou pra pensar que o tempo é o ativo mais democrático que existe?



Natalia Marcelino,

Consultoria e Formação Empresarial com foco em Gestão Comercial e Gestão de Mudanças

Seja aqui ou em qualquer outro lugar do mundo, todas as pessoas recebem 24 horas por dia. A diferença está no que cada um faz com essas 24 horas. Metas, sonhos, obrigações, deveres, família, saúde, trabalho, em meio a tantos compromissos as horas passam e a gente nem percebe.

É extremamente comum chegarmos ao final do dia com a sensação de frustração e improdutividade, geradas em decorrência, principalmente, de atividades planejadas e não concluídas. A sobrecarga de tarefas diárias muitas vezes pode levar a um esgotamento emocional e ao surgimento de transtornos, como a ansiedade.

Ganhar algumas “horas extras” em nosso dia seria uma solução, mas além de definitivamente essa não ser uma possibilidade, o tempo está literalmente passando mais rápido. Segundo o periódico internacional *The Telegraph*, cientistas afirmam que: *“A Terra tem girado muito mais rapidamente do que o normal nos últimos 50 anos, completando sua rotação em 1,4602 milissegundos a menos do que os habituais 86.400 segundos, que formam as nossas 24 horas”*.

Para equilibrar esse cenário, em que o tempo permanece o mesmo e ainda está inclinado a uma tendência natural de redução, enquanto nossas atividades aumentam cada vez mais, nos resta como alternativa realizar uma gestão efetiva do tempo que temos disponível, objetivando mais produtividade a nossa rotina.

A gestão do tempo está presente na minha vida pessoal e profissional desde

que percebi que com ela posso alcançar resultados eficientes. Especificamente, nos últimos 5 anos, tenho me dedicado a prestar Consultoria e Formação Empresarial com foco em Gestão Comercial e de Mudanças, para empresas. Acompanho de perto o antes e depois dos processos através da implantação de estratégias simples de planejamento e os resultados tem sido satisfatórios.

Apresento a seguir, 3 pilares básicos e simples que se aplicados com disciplina, auxiliam no alcance deste equilíbrio:

1. Escreva suas metas: anotar os objetivos e tarefas nos traz clareza, lucidez e foco, pelo simples fato de materializar e tornar concreto. Nossa memória, por melhor que seja, pode falhar a qualquer momento. Além disso, o controle das atividades fica mais simples e seguro, seja remanejando aquilo que não foi possível lograr êxito naquele momento, seja eliminando atividades desnecessárias ou até mesmo trazendo a sensação de que a nossa rotina está controlada.

2. Estabeleça metas específicas: seja no âmbito profissional ou pessoal, trabalhe com metas reais. Além disso, as metas a longo prazo são importantes, mas não podemos nos esquecer das metas diárias. Quanto mais específicas ambas forem, mais próximos estaremos de alcançá-las. Por exemplo: estabelecer uma meta de uma vida mais saudável para o próximo ano, é bem mais viável se você planejar onde deseja chegar. É possível emagrecer 5 quilos, se alimentando melhor e treinando 3 vezes na semana.

Quando as metas não são claras, além de você não conseguir mensurar se está conseguindo ou não alcançar o objetivo, também é mais difícil realizar ajustes, e acompanhar o progresso. Estas são algumas, de muitas outras questões relacionadas a esse direcionamento.

3. Crie uma rotina: A meta não tem valor sem um método. Você vai precisar de um plano de ação, mesmo para os dias comuns. É preciso saber o que fazer, mas sem o “como” não se faz. A rotina está ligada diretamente a disciplina e ela deve ser diariamente revisitada e reavaliada.

É importante ressaltar aqui, que disciplina não é sinônimo de perfeição,

muito menos de motivação. A disciplina é constância, é o fazer, independente do dia, da hora, do ambiente, ou da nossa vontade. Apesar de constante, ela não é igual todos os dias. Pode ser que em determinado momento eu ofereça 100% e em outro 70%, mas o ato de fazer estará presente. Enquanto a motivação, muitas vezes nos faz começar algo, mas não tem força suficiente para nos fazer continuar, já que está totalmente ligada ao nosso estado de espírito, ao desejo e ao querer.

Depois de incorporar os 3 pilares acima ao seu dia a dia será necessário se aprofundar nas tarefas e atividades que serão desempenhadas. O Princípio de Pareto afirma que: *“80% do nosso sucesso vem de 20% das nossas atividades”*. Ou seja, priorizar tarefas estratégicas do nosso dia a dia é primordial.

A metodologia Tríade do Tempo do Christian Barbosa, que é especialista em produtividade empresarial e pessoal foi, para mim, um grande divisor de águas. Ela basicamente auxilia a direcionar quanto e quais atividades estamos investindo a maior parte do nosso tempo, dividindo-as em: urgentes, importantes e circunstanciais.

Em um fluxo intenso de agenda e compromissos muitas vezes priorizamos coisas que não são urgentes, mas que no ímpeto resolvemos, enquanto que outras vão ficando para depois, mas podem trazer consequências graves. E assim, nossas atividades viram uma salada de frutas sem grau de importância, onde robotizados, apenas fazemos.

Essa metodologia ainda traz um ideal de sucesso que seria: 70% do nosso tempo dedicado a atividades importantes, 20% a atividades urgentes e 10% a atividades circunstanciais. Para que você encontre sua tríade atual e possa enfim buscar a ideal, é possível realizar um teste bem simples que está disponível de forma online e gratuita ou através do próprio livro a Tríade do Tempo.

Dê o primeiro passo e tenho certeza de que com rotina e disciplina você encontrará uma maneira confortável e eficiente de gerir o seu tempo. E como já dizia o gênio Albert Einstein *“Falta de tempo é desculpa daqueles que perdem tempo por falta de planejamento.”*