

Simpósio Português DE MEDICINA ANTI-ENVELHECIMENTO

Curso Prático Pré-Simpósio
**Utilização de Hormonas Bioidênticas
NA PERIMENOPAUSA / MENOPAUSA**

25 a 27 NOVEMBRO 2016
Altis Grand Hotel, Lisboa



PROGRAMA

Com o patrocínio Científico



I Dra. Ivone Mirpuri



Médica licenciada em Medicina pela Faculdade de Ciências Médicas de Lisboa, classificação Bom com distinção, OM 28716.

Especialista em Patologia Clínica desde 1991, pela carreira hospitalar e pela Ordem dos Médicos, efetuou a sua especialização em Medicina Anti-Aging na Hertoghe Medical School, localizada em Bruxelas, centro de treino de referência em envelhecimento hormonal em toda a Europa e especialização oficial da World Society of Anti-Aging Medicine e da International Hormone Society.

Efetuoou ainda o treino médico e a certificação em medicina anti-envelhecimento pelo Cenegenics, Las Vegas. O Cenegenics foi fundado em 1997 e foi a Instituição pioneira no desenvolvimento da medicina anti-envelhecimento, sendo uma autoridade mundial reconhecida pela sua vasta experiência neste campo. O Cenegenics é afiliado da Universidade de Miami, Miller School of Medicine e da Universidade de Nevada, School of Medicine, Las Vegas, aonde completou a sua formação neste campo.

Colabora com algumas revistas na elaboração de artigos relativos à medicina anti-envelhecimento.

Acompanha o "state of the art" no que respeita a esta matéria frequentando bianualmente reuniões científicas e congressos mundiais nestas matérias.

É membro da World Society of Anti-Aging Medicine e Membro da International Hormone Society.

Faz ainda parte da Direção da Associação Portuguesa dos Médicos Patologistas Clínicos, desde há largos anos.

Fundadora do Grupo de Estudos de Medicina Anti-envelhecimento (GEMAE), do qual é presidente da direção. Dedicar-se também ao ensino desta "especialidade" efetuando palestras e cursos para médicos.

É Diretora Clínica da Clínica Anti-Aging em Lisboa, onde exerce a sua atividade médica.

I Dra. Luísa Pargana



Médica licenciada em Medicina pela Faculdade de Ciências Médicas de Lisboa, OM 34730.

Médica Ginecologista e Obstetra desde 2003 tendo concluído, o seu internato como especialista pela Ordem dos Médicos, na Maternidade Dr. Alfredo da Costa.

Foi Assistente hospitalar da MAC e do HSM tendo desempenhado sempre funções na área da Obstetrícia de Alto Risco, Consulta de Medicina Materno-fetal, Consulta de Alto risco e Consulta de Diabetes e Gravidez.

Colaborou com a Faculdade de Medicina de Lisboa no ensino dos alunos de medicina, e internos da especialidade de Ginecologia e Obstetrícia e de Medicina Geral e Familiar.

Participou como formadora em cursos de formação da Ordem dos Médicos.

Publicou artigos em revistas da especialidade. É sócia de várias sociedades nacionais e internacionais. Actualmente é Assistente Hospitalar do H. Luz pertencendo ao CARO, Centro de Alto Risco Obstétrico do H. Luz. Foi Palestrante convidada nos Simpósios Gravidez após os 40 anos no H. Luz.

É fundadora e Diretora Clínica dos Consultórios Gestus Lisboa e Gestus Portimão desde o seu início em 2008. No consultório implementou e dirigiu a equipa multidisciplinar mantendo a sua dedicação à obstetrícia de alto risco, climatério, menopausa e anti-aging.

No âmbito da Medicina Anti-Aging, participa, desde 2011, na Hertoghe Medical School, Bruxelas, concluindo cursos na área da medicina anti-envelhecimento visando o aprofundar de conhecimentos nesta área. É membro da World Society of Anti-Aging Medicine e membro da International Hormone Society, participando em congressos e cursos, internacionais e mundiais.

É Vice-Presidente do GEMAE, Grupo de Estudo de Medicina-Antienvelhecimento, Portugal, grupo multidisciplinar fundado em Abril de 2016.

OBJETIVOS DO CURSO

O objetivo do curso é preparar o médico para a sua prática diária clínica na utilização de Hormonas Bioidênticas na perimenopausa/menopausa, aprofundando o seu conhecimento nesta matéria. Dedicado em particular ao médico de Medicina Geral e Familiar e Ginecologista e no geral a qualquer especialidade que lide com os problemas da mulher nesta fase delicada da sua vida e muitas vezes não identificada e bem orientada. As Hormonas Bioidênticas recomendadas pelo GEMAE são de reconhecidas casas comerciais internacionais, não sendo manipuladas.

DOCENTES DO CURSO

O curso será ministrado pela Dra. Ivone Mirpuri, médica Patologista Clínica com experiência prática de sete anos nesta área com a colaboração da Dra. Luísa Pargana, médica Ginecologista e Obstetra do Consultório *MAE Clinic. Medicine. Art. Evolution.* Lisboa.

PROGRAMA

08:00h Abertura do Secretariado

09:00-11:00h **1) O que são hormonas bioidênticas (HBI) e as suas vantagens. Comparação das HBI com hormonas não bioidênticas**

2) Tratamento da perimenopausa/menopausa com estrogénios e progesterona bioidênticos

- Funções dos estrogénios/progesterona
- Efeitos antagonistas e complementares
- Diferenças entre progesterona e progestinas/progestagénios

11:00-11:30h *Coffee-break*

11:30-13:00h **3) Diagnóstico da deficiência hormonal na mulher**

- Sintomas e sinais mais frequentes
- Doenças que surgem por deficiência hormonal
- Hormonas e cancro

4) Testes laboratoriais e de imagem. Como interpretar as análises

13:00-14:30h Almoço livre

14:30-17:30h **5) Tratamento hormonal**

- Como iniciar
- Esquemas
- Indicações e contra-indicações
- Progressão do tratamento e como melhor potenciar o tratamento naturalmente
- Problemas a resolver

17:30-18:00h *Coffee-break*

18:00-19:00h **Teste de Avaliação**

| MENSAGEM DA PRESIDENTE DO GEMAE |

É com muito gosto que vos acolheremos neste I Simpósio Português de Medicina Anti-envelhecimento. Os tempos mudaram, a ciência evoluiu e a mentalidade médica tem de se modificar. O utente hoje está bem informado, sabe o que quer, a internet ajuda a transpôr as fronteiras do conhecimento antes limitado a alguns. Temos de nos consciencializar e acompanhar esta nova forma de olhar para a medicina, vendo o utente como um todo. A terapêutica hormonal desempenha, sem dúvida, um importante fator decisivo na nossa qualidade de vida, e há que desmistificar o “perigo” das hormonas e vê-las como nossas aliadas na medicina preventiva e anti-envelhecimento. Nutrição, exercício físico, suplementação alimentar, modulação hormonal e manutenção de estilos de vida saudáveis são fundamentais para que a nossa vida decorra tranquila, mais feliz e com mais saúde.

Este Simpósio pretende ser um alerta à classe médica que deve repensar a sua forma de encarar alguns aspetos da sua prática clínica. O nosso desequilíbrio hormonal reflecte-se em todos os nossos metabolismos e sistemas, competindo pois aos médicos de TODAS as especialidades terem uma visão mais alargada da sua prática clínica onde as hormonas farão, sem sombra de dúvida, quando necessárias, a grande diferença na obtenção de resultados de excelência na sua prática clínica.

Vamos ter a representatividade de médicos de variadíssimas especialidades que nos demonstrarão através da sua prática clínica como viver melhor e com mais saúde. Este encontro é aberto a todo o pessoal de saúde, médico e não médico.

Obrigada a todos!



Ivone Mirpuri

| DOCENTES DO SIMPÓSIO |

ANA RITA VICTOR, Médica Cardiologista e Assistente Graduada de Cardiologia; *Board Certification in Anti-Aging Medicine* pela WOSAAM | ANABELA MOTA PINTO, Professora Catedrática da FMC | BISCAIA FRAGA, Especialista em Cirurgia Plástica, Reconstructiva e Estética pela Ordem dos Médicos | CARLA AQUINO | ISABEL AZEVEDO, Especialista em Medicina Interna | IVONE MIRPURI, Médica Patologista Clínica; Especialista em medicina anti-envelhecimento pela *World Society of Anti-Aging Medicine* e Especialista em Hormonologia pela *International Hormone Society*; Certificação em medicina anti-envelhecimento pelo *Cenegenics, Nevada University, USA* | JAIME BRANCO, Professor Catedrático de Medicina/ Reumatologia | JORGE SOARES, Diretor do Programa Inovar na Saúde (Fundação Calouste Gulbenkian) | LUÍS ABRANCHES MONTEIRO, Urologista do Hospital Beatriz Ângelo e British Hospital | LUÍSA PARGANA, Médica Ginecologista e Obstetra desde 2003; Dedicada-se à obstetria de alto risco, climatério, menopausa e *anti-aging*; Vice-Presidente do GEMAE | MÁRIO MASCARENHAS, Professor de Endocrinologia | MIGUEL DAMAS, Internato de Medicina Geral e Familiar; Formação no Protocolo Tratamento Doenças Autoimunes com Vitamina D, na Clínica Prof. Doutor Cícero Galli Coimbra, em São Paulo, Brasil, com o Prof. Doutor Cícero Galli Coimbra | MIGUEL TRINCHEIRAS, Médico Dermatologista | NUNO MONTEIRO PEREIRA, Professor de Urologia | PAULA SEQUEIROS, Médica Estomatologista e Cirurgia maxilofacial | PAULO CANEDO, Biotecnologia e Genética, Doutorado pela FMUP; *Institute of Molecular Pathology and Immunology of the University of Porto (IPATIMUP)* e Instituto de Investigação e Inovação em Saúde (I3S) | PEDRO CARVALHO, Nutricionista | RAFAEL COSTA SANTIAGO, Interno de Saúde Pública, ACES Baixo Vouga | RITA FONTES OLIVEIRA, Internato de Medicina Geral e Familiar; *Fellowship na American Academy of Anti-Aging Medicine Endocrinology Module*; *Member of American Academy of Anti-Aging Medicine* | SÉRGIO SOUSA, Cirurgia Maxilo-facial | SÍLVIA ROQUE, Ginecologista Obstetra

- 08:00h Abertura do Secretariado
-
- 09:00-09:15h **O estado da saúde em Portugal e na Europa**
Presidente: Jaime Branco
Palestrante: Jorge Soares
- 09:15-09:45h **O que é a medicina anti-envelhecimento (MAE) e a sua importância**
Presidente: Luísa Pargana
Palestrante: Ivone Mirpuri
- 09:45-10:15h **Andropausa. Testosterona e risco cardiovascular**
Presidente: Luís Abranches Monteiro
Palestrante: Ana Rita Victor
- 10:15-10:45h **Perimenopausa/menopausa. Hormonas bioidênticas**
Presidentes: Luísa Pargana e Manuel Neves e Castro
Palestrante: Ivone Mirpuri
-
- 10:45-11:15h *Coffee-break*
-
- 11:15-11:45h **A incontinência urinária**
Presidente: Nuno Monteiro Pereira
Palestrante: Luís Abranches Monteiro
- 11:45-12:15h **Importância da avaliação do perfil dos ácidos gordos**
Presidente: Anabela Mota Pinto
Palestrante: Carla Aquino
- 12:15-12:45h **Genética e cancro: É possível prever? O que é possível mudar?**
Presidente: Rita Fontes de Oliveira
Palestrante: Paulo Canedo
- 12:45-13:00h **Sessão de Abertura e apresentação do GEMAE**
Comissão Científica, Comissão de Honra e membros GEMAE
-
- 13:00-15h00h Almoço livre
-
- 15:00-15:30h **Água, o nosso grande aliado no anti-envelhecimento**
Presidente: Ana Rita Victor
Palestrante: Isabel Azevedo
- 15:30-16:00h **Nutrição, suplementação alimentar**
Presidente: Anabela Mota Pinto
Palestrante: Pedro Carvalho

- 16:00-16:15h **Vitamina D – A “nova” hormona**
Presidente: Anabela Mota Pinto
Palestrante: Miguel Damas
- 16:15-16:45h **Medicina Geral e Familiar: Mudança de pensamento**
Presidente: Rafael Costa Santiago
Palestrante: Rita Fontes de Oliveira
-
- 16:45-17:15h *Coffee-break*
-
- 17:15-17:30h **Técnicas mistas de rejuvenescimento facial**
Presidente: Biscaia Fraga
Palestrante: Miguel Trincheiras
- 17:30-17:45h **O lifting do sorriso: A importância da saúde e estética oral na medicina anti-envelhecimento**
Presidente: Sérgio Sousa
Palestrante: Paula Sequeiros
- 17:45-18:00h **Utilização das células estaminais no anti-envelhecimento**
Presidente: Miguel Trincheiras
Palestrante: Biscaia Fraga
- 18:00-18:15h **Sexualidade após os 40**
Presidente: Luísa Pargana
Palestrante: Sílvia Roque
- 18:15-18:30h **Cerimónia de Encerramento**
Comissão Científica e membros GEMAE
- 18:30-19:30h **Teste de Avaliação**
- 20:00-23:00h **Exercício físico, um dos pilares da MAE – Experiência prática**
Cocktail dinnatoire antiaging com música para dançar.
Dj Daniel Fontoura, MegaFM



O QUE É A MEDICINA ANTI-ENVELHECIMENTO?

A medicina anti-envelhecimento (MAE) é uma medicina preventiva que tem como objetivo proporcionar-nos uma melhor qualidade de vida, atrasando sinais e sintomas relacionados com o envelhecimento.

Não é o elixir da juventude, nem tem por objetivo acrescentar mais anos de vida.

O que a medicina faz atualmente muitas vezes, é prolongar a vida do utente à conta de prolongar a doença. Há que pensar-se “antes”, prevenindo e retardando o aparecimento das chamadas doenças degenerativas, e isso hoje consegue-se sim, através de um equilíbrio do nosso corpo trabalhando os cinco pilares em que assenta a medicina anti-envelhecimento: Nutrição, Exercício físico, Suplementação Alimentar, Modulação Hormonal, e Estilos de Vida Saudável. É da sinergia destes elementos que podemos aumentar a nossa vitalidade, retardar o nosso envelhecimento e estender eventualmente a nossa longevidade.

Países nórdicos, onde se pratica a MAE, têm depois dos 65 anos ainda em média 15 anos de boa qualidade de vida, e em Portugal os estudos revelam que após os 65 anos só temos em média cerca de 6 anos sem grandes maleitas.

Neste dia dedicado à população em geral venha ver de que forma a Medicina Anti-Envelhecimento nos pode ajudar. Participe connosco nesta conferência em forma de “Mesa-Redonda” onde participam médicos dedicados a esta matéria.

Junte-se a nós e aprenda a viver com mais energia e vitalidade, mais saúde e menos doença!

A Presidente do Grupo de Estudos de Medicina Anti-Envelhecimento



Ivone Mirpuri

| PROGRAMA |

09:00h Abertura do secretariado

10:00-12:30h **O que é a medicina anti-envelhecimento (MAE) e a sua importância**
Os cinco pilares da medicina anti-envelhecimento

Debate em forma de mesa-redonda sobre a MAE focalizada aos seus cinco pilares: Nutrição, exercício físico, suplementação alimentar, modulação hormonal e estilos de vida saudáveis

Moderadora: Jornalista Paula Castanho (Programa *Retratos de Saúde, Sic Mulher*)

Palestrantes: Ivone Mirpuri, Luísa Pargana, Biscaia Fraga, Luís Abranches Monteiro e Ana Rita Victor



| COMISSÃO CIENTÍFICA |

Prof.^a Doutora Amélia Ferreira
Prof. Doutor Jaime Branco
Prof. Doutor José Amarante
Prof. Doutor Miguel Correia
Prof. Doutor Ovídio Costa
Prof. Doutor Paulo Canedo
Dr. Manuel Neves e Castro
Prof. Doutor Nuno Monteiro Pereira
Prof. Doutor Mário Mascarenhas

| COMISSÃO ORGANIZADORA |

Ana Rita Victor
Hipólito de Aguiar
Ivone Mirpuri
Luísa Pargana
Rafael Costa Santiago
Rita Fontes de Oliveira

| ORGANIZAÇÃO |


GEMAE

GRUPO DE ESTUDOS DE MEDICINA
ANTI-ENVELHECIMENTO

www.gemae.org

| SECRETARIADO |

admédic⁺
ORGANIZAÇÃO E SECRETARIADO
DE EVENTOS

Calçada de Arroios, 16 C, Sala 3. 1000-027 Lisboa
T: +351 21 842 97 10 | F: +351 21 842 97 19
E: paula.cordeiro@admedic.pt | W: www.admedic.pt

Simpósio Português **DE MEDICINA ANTI-ENVELHECIMENTO**

Curso Prático Pré-Simpósio
**Utilização de Hormonas Bioidênticas
NA PERIMENOPAUSA / MENOPAUSA**

25 a 27 NOVEMBRO 2016
Altis Grand Hotel, Lisboa



25 NOVEMBRO - INSCRIÇÃO NO CURSO PRÉ-SIMPÓSIO

(Poderá inscrever-se no Simpósio Anti-Envelhecimento sem custo adicional)

Até 30 de agosto* 225,00€

*Após esta data: 325,00€

26 NOVEMBRO - INSCRIÇÃO NO SIMPÓSIO

Especialistas 60,00€

Internos, outros profissionais de saúde e sócios GEMAE 50,00€

26 NOVEMBRO - INSCRIÇÃO NO COCKTAIL

Cocktail dinnatoire antiaging 45,00€

27 NOVEMBRO

Valor da inscrição 25,00€

SER “SÓCIO GEMAE” DÁ ENTRE OUTROS BENEFÍCIOS:

- Desconto no valor da inscrição de todos os eventos GEMAE
- Recepção de Newsletter com temas de interesse geral de saúde

Para ser sócio GEMAE, consulte o site WWW.GEMAE.ORG

