

viver



HOSPITAL
SÍRIO-LIBANÊS

41 | 2026

A cultura do remediinho

UM COSTUME BRASILEIRO:

86%

AFIRMAM
USAR
MEDICAMENTOS
POR CONTA
PRÓPRIA



FACULDADE
SÍRIO-LIBANÊS



Pós-Graduação 2026 Faculdade Sírio-Libanês

Formações que unem **excelência acadêmica**, inovação e o cuidado do Sírio-Libanês.



Aulas com especialistas e corpo clínico do hospital



Atividades práticas e estágios observacionais



Formatos flexíveis para sua rotina



Avance na sua carreira
e faça parte do ecossistema
Sírio-Libanês.

EXPEDIENTE

EDITORIAL



viver

É uma publicação trimestral desenvolvida por Letra a Letra Comunicação Integrada e Buono Design para a Sociedade Beneficente de Senhoras Hospital Sírio-Libanês

SOCIEDADE BENEFICENTE DE SENHORAS
HOSPITAL SÍRIO-LIBANÊS

PRESIDENTE

Denise Alves da Silva Jafet

DIRETORIA DE SENHORAS
RESPONSÁVEL PELA PUBLICAÇÃO

Sylvia Suriani Sabie

DIRETORIA GERAL

Fernando Ganem

PRODUÇÃO E EDIÇÃO
LETRA A LETRA COMUNICAÇÃO
(letraaletracomunica.com.br)
karin@letraaletracomunica.com.br

COLABORADORES

Edvaldo Nunes, Kamila Queiroz,
Mari Campos e Roberta Sampaio

REVISÃO DE TEXTO

Kamila Queiroz

DIRETORA DE REDAÇÃO

Karin Faria (MTB – 25.760)

PROJETO GRÁFICO BUONO DISEGNO
cargocollective.com/buonodisegno

DIREÇÃO DE ARTE E DIAGRAMAÇÃO

Renata Buono

TRATAMENTO DE IMAGENS

Buono Disegno

IMAGEM DE CAPA

A.C. / Unsplash

NOSSA ATENÇÃO PARA A SUA SAÚDE

Tomar um remédio por conta própria, seguir uma dieta da internet, buscar soluções rápidas para problemas de saúde física ou mental já são práticas de milhões de brasileiros. Em um retrato do nosso tempo, muita informação e pouco critério nas escolhas aumentam muito os riscos à saúde.

No Especial desta edição, o destaque é a automedicação. Dados recentes mostram que ela está virando regra no Brasil. Analgésicos, anti-inflamatórios, descongestionantes e emagrecedores milagrosos fazem parte da rotina de milhões de pessoas na busca por soluções rápidas para seus problemas. Nossa reportagem mostra as causas e as consequências da automedicação, ouvindo especialistas que defendem o uso racional de medicamentos e reforçam a importância da orientação profissional.

Na seção Viver com Qualidade, o destaque é para a nutrição personalizada. A nutrigenética e o estudo da microbiota intestinal ganham espaço com promessas de dietas mais precisas, baseadas nas singularidades biológicas de cada indivíduo. A reportagem discute limites, custos, evidências científicas e o desafio de transformar a novidade em inovação e em política de saúde acessível.

Em Comer, as raízes voltam ao centro da alimentação saudável, mostrando que escolhas simples podem ser aliadas importantes da saúde metabólica. Inhame, mandioca e outras variedades aparecem como parte de uma alimentação diversa e nutritiva.

A seção Viajar convida o leitor a desacelerar. Porto, em Portugal, surge como destino que pede mais tempo e menos pressa, entre o rio Douro, o Atlântico e uma vida urbana marcada pela história e pela gastronomia, entre outras atrações.

Em De Ponta, a revista destaca a excelência médica do Sírio-Libanês em transplantes com doador vivo, incluindo técnicas avançadas que ampliam o alcance desses procedimentos. Em Medicina, apresentamos a Consultoria de Imagem, área da instituição que cuida da boa aparência de pacientes que estão em tratamentos que podem afetá-la. Na seção Retrato, o Dr. William Carlos Nahas, cuja trajetória profissional se confunde com a história de avanços na urologia, é o nosso homenageado.

Boa leitura,

FERNANDO GANEM

Diretor-Geral da Sociedade Beneficente de Senhoras Hospital Sírio-Libanês

O SÍRIO-LIBANÊS É RECONHECIDO PELAS MAIS IMPORTANTES ACREDITAÇÕES NACIONAIS E INTERNACIONAIS



sumário

08

ESPECIAL

Automedicação:
o uso de remédios sem
prescrição cresce e amplia
riscos à saúde

04

FIQUE POR DENTRO

Corrida Sírio-Libanês, doação de
sangue, expansão em Brasília,
reconhecimento internacional e IA
em ressonância magnética são as
novidades do período

30

VIAJAR

Porto essencial:
uma cidade que merece
espaço nas suas férias

16

VIVER

16 | VIVER COM QUALIDADE

Nutrigenética e microbiota:
até onde a dieta
personalizada pode ir?

24 | COMER

Raízes saudáveis:
inhame, mandioca,
gingibre e outras
são aliadas
da boa nutrição

38

ÁREA MÉDICA

38 | DE PONTA

Transplante com doador vivo é uma das
expertises do Sírio-Libanês

44 | MEDICINA

Consultoria de imagem do HSL fortalece
o bem-estar emocional e atende também
pacientes de outras instituições

48 | RETRATO

Homenagem:
Dr. William Carlos Nahas
e sua impactante
trajetória

ABERTAS AS INSCRIÇÕES PARA **A 2ª CORRIDA DE RUA EM SÃO PAULO**

*Evento será no Parque do Povo, em março
de 2026, e une saúde e sustentabilidade*

Após o sucesso da primeira edição, o Hospital Sírio-Libanês anuncia a realização de sua 2ª Corrida, marcada para 29 de março de 2026, no Parque do Povo, em São Paulo. Conectado ao Dia Mundial da Saúde, celebrado em 7 de abril, o evento reforça a importância da atividade física como aliada da saúde física e mental, reunindo esporte, bem-estar e engajamento social.

A prova contará com três modalidades: caminhada de 3 km e corridas de 5 km e 10 km, contemplando participantes com diferentes níveis de preparo. A inclusão também é um pilar da iniciativa, que prevê percurso adaptado para pessoas com deficiência (PCD). Mais do que uma corrida, o evento reafirma o compromisso do Sírio-Libanês com a sustentabilidade e a filantropia. Planejada para reduzir impactos ambientais, a ação prevê o reaproveitamento integral dos resíduos gerados. O hospital é hoje o único do país com certificação de carbono neutro e mantém parceria com a REPREVE®, tecnologia que transforma garrafas plásticas recicladas nos materiais têxteis usados na confecção dos kits do evento.

As inscrições estão abertas e incluem kit e medalha. Confira os detalhes na internet, em <https://www.ticketsports.com.br/e/2-corrida-sirio-libanes-sao-paulo> ■



SÍRIO-LIBANÊS AMPLIA ATENDIMENTO ONCOLÓGICO EM BRASÍLIA

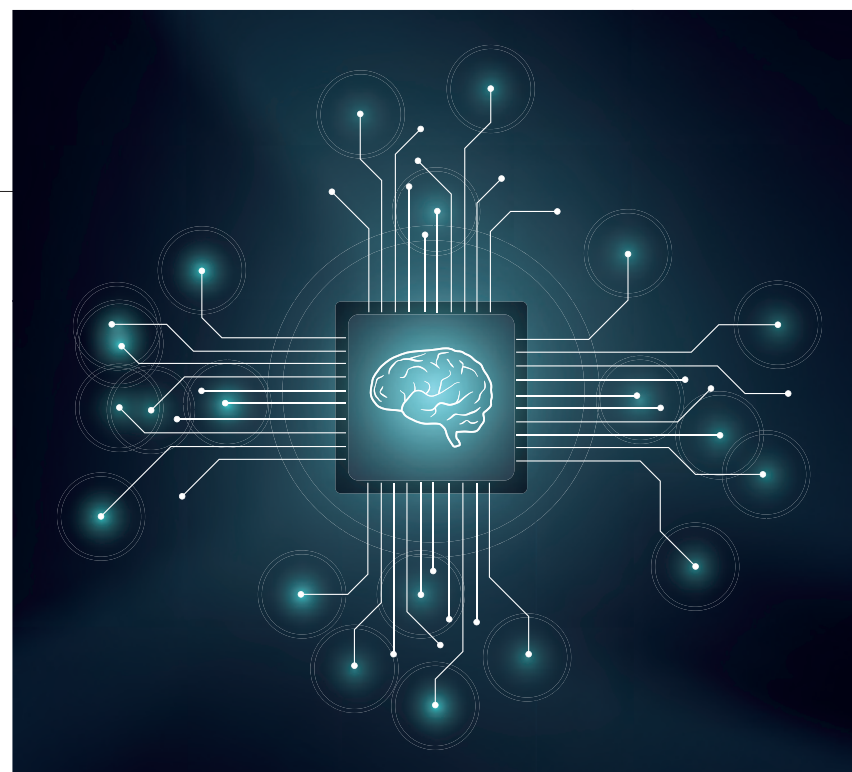
*Expansão de consultórios
traz mais conforto, agilidade e
integração ao cuidado do paciente*

O Hospital Sírio-Libanês segue expandindo sua atuação em oncologia e anuncia a ampliação dos consultórios dedicados ao atendimento oncológico em Brasília, com inauguração prevista para março, na unidade L2+.

A expansão contempla novos consultórios exclusivos, ampliando a capacidade de atendimento, reduzindo filas de espera e proporcionando mais conforto para pacientes e equipes médicas. O novo espaço oferece ambiente mais amplo, tranquilo e acolhedor, com brinquedoteca, além de acesso facilitado ao serviço de valet no hospital ao lado, favorecendo uma experiência mais positiva ao longo do tratamento. ■



Josef Micic / Shutterstock



Josef Micic / Shutterstock

IA TORNA A RESSONÂNCIA MAGNÉTICA MAIS RÁPIDA, PRECISA E CONFORTÁVEL

*Algoritmos e deep learning ampliam a
qualidade diagnóstica e melhoram a experiência do paciente*

A inteligência artificial já é parte da medicina diagnóstica e vem transformando, de forma concreta, os exames de imagem. No Hospital Sírio-Libanês, agora, a inovação foi integrada aos equipamentos de ressonância magnética, combinando algoritmos avançados de deep learning à expertise médica para ampliar a precisão dos laudos e melhorar a experiência do paciente.

A tecnologia atua em duas frentes essenciais: auxilia os especialistas na análise das imagens e acelera o processo de aquisição e reconstrução dos exames, reduzindo significativamente o tempo de permanência dentro do aparelho. O resultado são imagens de alta qualidade, capazes de apoiar diagnósticos mais detalhados em áreas como oncologia, neurologia, ortopedia e cardiologia.

Além dos ganhos clínicos e operacionais, o cuidado com o conforto também é um diferencial. As salas contam com um novo conceito arquitetônico e ambientes de espera reformulados, pensados para acolher o paciente, reduzir a ansiedade e minimizar a sensação de claustrofobia, fator relevante especialmente em exames de maior duração.

A tecnologia de ressonância magnética com inteligência artificial já está disponível na unidade Bela Vista, em São Paulo, marcando a inovação, a qualidade assistencial e o cuidado centrado no paciente da instituição. ■

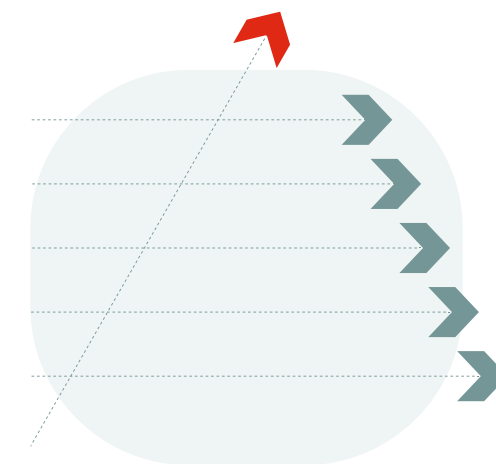
BANCO DE SANGUE DO SÍRIO-LIBANÊS É REFERÊNCIA NACIONAL EM SEGURANÇA TRANSFUSIONAL

*Serviço garante inovação tecnológica, rigor científico e
apoio a procedimentos de alta complexidade*

Com mais de quatro décadas de atuação, o Banco de Sangue do Hospital Sírio-Libanês é reconhecido como um dos serviços mais avançados do país. Fundado em 1983, foi pioneiro na implantação de testes fundamentais para a segurança do sangue no Brasil – como os testes de verificação do HIV e da hepatite C –, além de adotar precocemente a triagem por pesquisa de material genético de microrganismos. O serviço também foi pioneiro na adoção de tecnologias que inativam microrganismos que causam doenças, tornando as transfusões ainda mais seguras e elevando os padrões de qualidade. Com laboratórios especializados, o Banco de Sangue também atua como centro de apoio a casos transfusionais complexos e a programas de transplante de medula óssea, sustentando a confiança do corpo clínico em procedimentos de alta complexidade. ■



Planet Volumes / Unsplash+



SÍRIO-LIBANÊS SE DESTACA EM RANKINGS GLOBAIS DA NEWSWEEK

*Hospital lidera Urologia
na América Latina e figura
entre os melhores do mundo
em 12 especialidades*

Pelo sexto ano consecutivo, o Hospital Sírio-Libanês integra os rankings internacionais da Newsweek em parceria com a Statista. No World's Best Specialized Hospitals 2026, a instituição está presente nas 12 especialidades avaliadas, com destaque para Urologia, como líder na América Latina, e Oncologia, entre as 20 melhores do mundo. O hospital também figura no World's Best Smart Hospitals 2026, que reconhece excelência em inovação e digitalização em saúde. Presente no ranking desde sua criação, em 2021, o Sírio-Libanês recebeu o selo de "All-Time Champion", reafirmando sua solidez clínica, tecnológica e assistencial. ■

vide

um profissional de saúde

A AUTOMEDICAÇÃO, UM HÁBITO DOS BRASILEIROS REFORÇADO POR REDES SOCIAIS E PELO FÁCIL ACESSO A MEDICAMENTOS, REPRESENTA RISCOS INDIVIDUAIS E COLETIVOS



Alguém recomenda algo nas redes sociais, outros replicam, a farmácia vende sem critério e o ciclo da automedicação se completa. Analgésicos, descongestionantes, fitoterápicos, vitaminas concentradas, canetas para emagrecer e até remédios tarja preta são usados sem orientação, abrindo caminho para intoxicações, interações graves e diagnósticos mascarados.

O fenômeno é massivo: pesquisa ICTQ/CFF/Datafolha de 2024 mostra que 86% dos brasileiros se automedicam – cerca de 138 milhões de pessoas. O hábito é mais comum entre mulheres de 45 a 59 anos, geralmente para tratar dores, febre ou sintomas gripais. Apenas 35% buscaram orientação de farmacêuticos e menos de 20% consultam médicos. Os dados revelam ainda que 68% decidem o que tomar com base em redes sociais ou recomendações de conhecidos.

O clínico geral Guilherme de Abreu Pereira, do Hospital Sírio-Libanês, destaca que a automedicação desconsidera riscos importantes. “O paciente não leva em conta os malefícios do medicamento nem reconhece sinais precoces de complicações, orientações que receberia em uma consulta.” Ele relata quadros frequentes causados pelo uso inadequado de remédios, como pacientes com perda de massa muscular, diabetes e alterações de humor por corticoides, além de insuficiência hepática aguda por paracetamol e lesões renais graves por anti-inflamatórios.

DE NOVIDADES A VELHOS CONHECIDOS

Medicamentos novos ou controlados merecem atenção especial. O uso irregular de canetas de GLP-1 tem crescido e preocupa. “As pessoas apresentam grande perda de peso, mas têm reganho ao suspenderem o seu uso, o chamado efeito sanfona”, alerta o clínico.

+ Analgésicos, descongestionantes, fitoterápicos, vitaminas concentradas, canetas para emagrecer e até remédios tarja preta são usados sem orientação, abrindo caminho para intoxicações, interações graves e diagnósticos mascarados.

Ele cita estudo publicado em 2025 que analisa variação de peso, indicando risco aumentado de apneia do sono, diabetes tipo 2 e doença hepática esteatótica associado ao efeito sanfona. Esse achado, embora limitado, reforça a necessidade de acompanhamento médico, nutricional e psicológico.

Um cenário preocupante se repete com ansiolíticos. “Benzodiazepínicos (medicamentos que agem no sistema nervoso central) distorcem a arquitetura do sono, geram dependência e exigem desmame supervisionado”, afirma o doutor Guilherme. Ele alerta ainda para o risco de aquisição irregular: “Se o remédio tarja preta é vendido sem as receitas exigidas, é preciso questionar também a qualidade do produto e seu armazenamento.”

A automedicação também dificulta diagnósticos, lembra o clínico: analgésicos e anti-inflamatórios controlam dores crônicas apenas de maneira temporária; descongestionantes podem levar à rinite medicamentosa; laxantes retardam a identificação de causas orgânicas. Suplementos como biotina interferem na dosagem de TSH e T4, motivo pelo qual devem ser suspensos três dias antes da coleta laboratorial.

Segundo o doutor Guilherme, há indícios de maior frequência da automedicação entre idosos, crianças e populações com acesso limitado a profissionais de saúde. Alguns pacientes merecem atenção especial, como imunossuprimidos e transplantados – nos quais a prática pode exacerbar efeitos dos

imunossupressores ou reduzir seus níveis, levando à rejeição do órgão – e pessoas com transtornos mentais, cujo tratamento exige acompanhamento contínuo.

PROFISSIONAIS DE SAÚDE COMO ALIADOS

A médica de família Luana Camargo Brito, do Hospital Sírio-Libanês, explica por que o hábito da automedicação persiste. “É rápido, relativamente barato e foi se naturalizando ao longo do tempo. Temos a cultura da pressa e do alívio imediato”, afirma. Ela cita também fatores estruturais. “Quando a consulta demora, é cara ou difícil de encaixar na rotina, aumenta a chance de tentar resolver em casa.”

Para a especialista, ter um médico de referência transforma a relação com a saúde. “A longitudinalidade, que é o acompanhamento ao longo do tempo, e a integralidade, ou seja, o olhar para a pessoa como um todo, fazem enorme diferença. Ao acompanharmos o paciente, entendemos sua história e conseguimos chegar à causa real do sintoma, não apenas tratá-lo pontualmente”, explica ela, acrescentando que estudos mostram que essa continuidade reduz internações e mortalidade.

A médica ressalta que sintomas aparentemente inofensivos merecem atenção. “Se a queixa persiste, muda de padrão ou vem acompanhada de sinais de alerta – como febre prolongada, dor no peito, desmaio, falta

Os erros mais frequentes envolvem indicação inadequada, doses incorretas e combinações perigosas. Interações que passam despercebidas, como anticoagulantes com medicamentos que aumentam o risco de sangramento e associações que elevam efeitos adversos.

de ar ou perda de peso sem explicação – é essencial procurar avaliação.”

As redes sociais amplificaram a automedicação, acredita a doutora Luana. “A informação se democratizou, mas também se multiplicaram receitas fáceis e sem evidência científica, algo que ficou muito evidente na pandemia. A desinformação empurra para decisões arriscadas”, diz.

Sobre o que fazer na prática, a médica orienta: “A autonomia é importante, mas funciona melhor quando apoiada por profissionais. Gosto de combinar com o paciente o que pode usar em casa, por quanto tempo e quando parar. Registrar sintomas, duração, gatilhos e tudo o que está sendo tomado, inclusive os naturais, ajuda muito.”

CONSULTA NO BALCÃO

A orientação farmacêutica também é decisiva para reduzir riscos, destaca Carlos Henrique Moreira da Cunha, farmacêutico do Hospital Sírio-Libanês. “Nosso propósito é garantir que o paciente use o medicamento certo, na dose certa e pelo tempo adequado”, afirma. Ele acredita que muitos problemas comuns da automedicação poderiam ser evitados com uma checagem rápida na farmácia.

Segundo o especialista, os erros mais frequentes envolvem indicação inadequada, doses incorretas e combinações perigosas. Ele cita interações que passam despercebidas, como o uso de anticoagulantes com medicamentos que aumentam o risco de

sangramento, a perda de eficácia de antibióticos como o norfloxacino quando tomados com leite, e associações (como estatinas com certos antifúngicos) que elevam o risco de efeitos adversos.

O farmacêutico também observa que a automedicação tem aumentado, impulsionada por desinformação e dificuldade de acesso a consultas, e preocupa-se com o uso irregular de medicamentos controlados. “Canetas de GLP-1 e benzodiazepínicos têm sido obtidos sem orientação e sem controle adequado, o que traz riscos adicionais”, afirma. O uso de remédios vencidos, informa ele, reduz a eficácia e pode comprometer tratamentos, como no caso de antibióticos e anticoncepcionais.

Para quem mantém uma pequena “farmácia caseira”, Carlos Henrique recomenda armazenar os produtos em local fresco e protegido da luz, fora do alcance de crianças, preservando embalagens originais. “Revisar o que se tem em casa e descartar medicamentos vencidos em pontos de coleta apropriados já reduz muito o risco”, orienta.

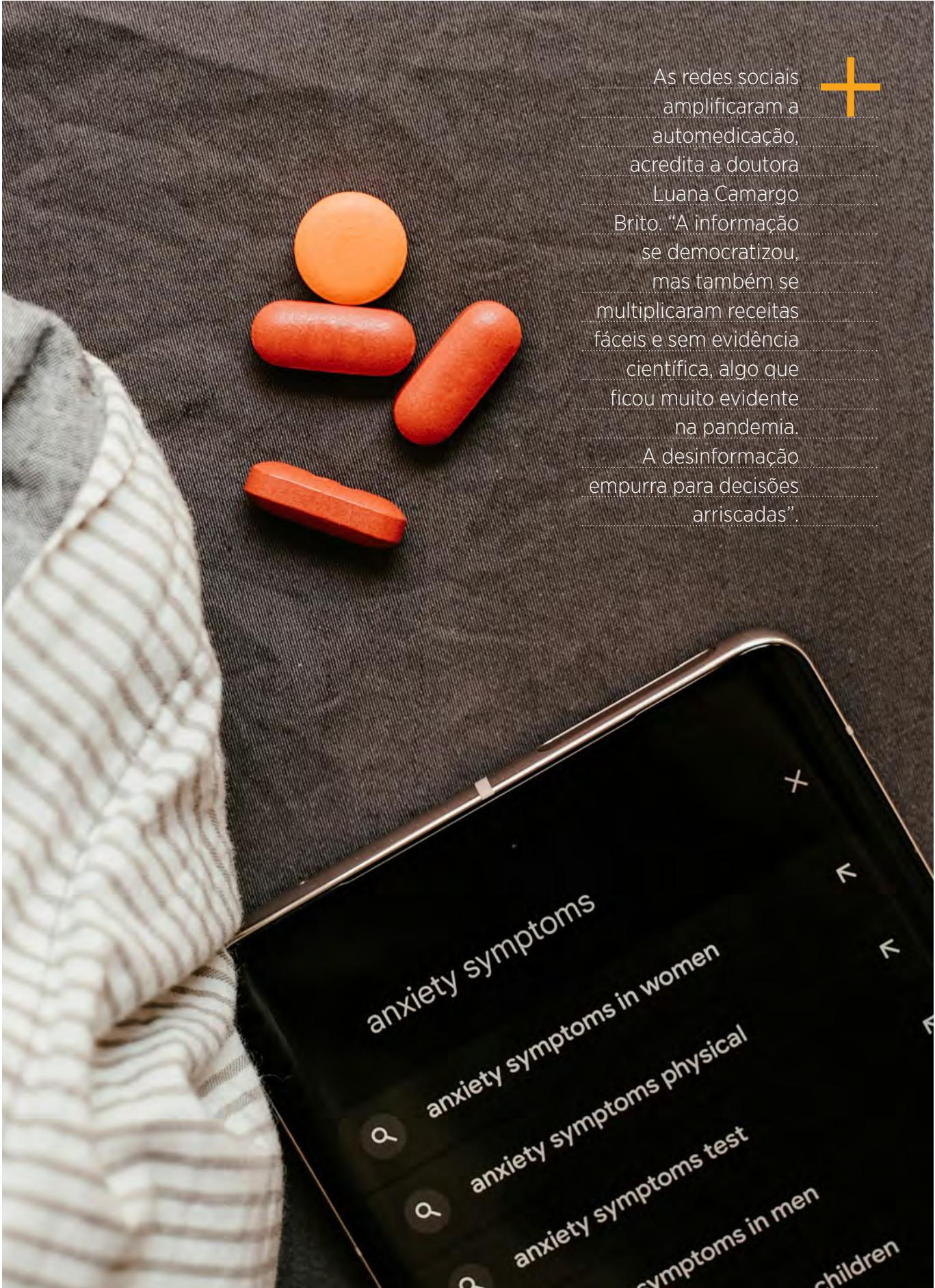
Suplementos sem fiscalização: outro risco atual

O mercado irregular de suplementos – tema do episódio “Os riscos do mercado irregular de suplementos no Brasil”, do podcast UOL Prime – cresce impulsionado por vendas on-line, marketing agressivo e promessas rápidas de emagrecimento, ganho de massa muscular e de energia. O problema: muitos desses produtos não passam por qualquer controle sanitário. Sem fiscalização, fórmulas podem conter ingredientes ocultos, doses acima do permitido ou substâncias proibidas, como esteroides anabolizantes e estimulantes cardiovasculares. A ingestão de suplementos adulterados já foi associada a quadros de arritmia, hipertensão, insuficiência renal e hepatite grave, além de reações alérgicas e efeitos neurológicos. Outro risco é a presença de múltiplos ingredientes combinados – comuns em produtos “importados” ou vendidos em marketplaces – que dificultam prever interações e aumentam a chance de toxicidade.

Especialistas alertam que, sem controle oficial, não há garantia de que o que está no rótulo é o que está no frasco. A orientação é evitar suplementos de origem duvidosa, não confiar em influenciadores ou promessas milagrosas e só usar esses produtos com orientação de um profissional qualificado.



As redes sociais amplificaram a automedicação, acredita a doutora Luana Camargo Brito. “A informação se democratizou, mas também se multiplicaram receitas fáceis e sem evidência científica, algo que ficou muito evidente na pandemia. A desinformação empurra para decisões arriscadas”.



Valeria Miller para Unsplash+

Do ponto de vista coletivo, está demonstrado que, em países onde antibióticos são comprados livremente nas farmácias, por decisão do próprio paciente, há maior circulação de bactérias resistentes mesmo em infecções adquiridas na comunidade.



O fígado paga a conta

Por ser o principal responsável por metabolizar medicamentos, o fígado é também o órgão mais vulnerável aos danos causados por remédios, ervas e suplementos. A chamada lesão hepática induzida por drogas (DILI, na sigla em inglês) pode variar de quadros silenciosos, identificados apenas em exames laboratoriais, a hepatite fulminante, que exige transplante.

“É compreensível que o fígado seja o órgão que mais sofra os impactos da toxicidade medicamentosa”, afirma o hepatologista Edson Parise, do Hospital Sírio-Libanês. Ele explica que as agressões podem ocorrer por dois mecanismos:

- **Intrínseco:** depende da dose, é previsível e reprodutível, como no caso do paracetamol. É a situação mais comum.
- **Idiossincrático:** imprevisível, ocorre somente em indivíduos suscetíveis e pode surgir dias ou meses após o início do uso do medicamento. São situações mais raras.

Entre os principais responsáveis por quadros agudos estão os anti-inflamatórios, antibióticos, anticonvulsivantes, medicações psiquiátricas, quimioterápicos e hormônios, além de suplementos para perda de peso ou hipertrofia muscular. “Fitoterápicos são consumidos de forma descontrolada, e há uma falsa ideia de que o natural não faz mal”, alerta o doutor Parise.

Produtos como chá verde concentrado, cúrcuma, ashwagandha, garcinia cambogia, cimicifuga preta e suplementos multicompostos – como Hydroxycut e Herbalife – já foram associados a hepatites graves em diversos países. Nos Estados Unidos, cerca de 20% dos casos sintomáticos de DILI têm origem em ervas e suplementos; na Austrália, a proporção subiu de 15% para 47% em pouco mais de uma década.

De acordo com o hepatologista, os sinais de alerta incluem mal-estar, náusea, pele e urina amareladas, coceira, alterações de coagulação e confusão mental, nos casos mais graves. O diagnóstico exige exames de enzimas hepáticas e exclusão de outras causas.

Apesar disso, o especialista reforça que a maioria das pessoas não desenvolverá DILI, mas isso não diminui a gravidade do problema. “O fato de um produto estar à venda na farmácia ou de amigos não terem tido efeitos colaterais não garante que seja seguro para você”, adverte o doutor Parise.

IMPACTO COLETIVO

Além dos danos individuais, a automedicação traz consequências importantes para a saúde pública. A infectologista Maria Beatriz Souza Dias, do Hospital Sírio-Libanês, alerta para o uso inadequado de antibióticos. “A resistência aparece mesmo com uso apropriado, mas quando o antibiótico não é indicado, expõe-se o paciente ao risco sem qualquer benefício”, afirma.

Em hospitais que atendem casos graves, a resistência bacteriana é um desafio permanente. “O problema é a reunião de muitos pacientes frágeis e com quadro de gravidade numa mesma instituição, UTI ou mesmo em enfermarias – como em situações de imunossupressão, câncer ou cirurgias extensas, além do uso de sondas e catéteres –, o que favorece infecções por microrganismos resistentes”, explica.

O controle de infecções hospitalares busca prevenir essas ocorrências e minimizar riscos, pois a resistência microbiana tem impacto direto e dificulta a escolha dos tratamentos possíveis. Alguns pacientes, por sua fragilidade, têm infecções recorrentes e, com o uso repetido de antibióticos, sua própria flora vai selecionando bactérias resistentes.

Do ponto de vista coletivo, está demonstrado que, em países onde antibióticos são comprados livremente nas farmácias, por decisão do próprio paciente, há maior circulação de bactérias resistentes mesmo em infecções adquiridas na comunidade. Um exemplo são as infecções urinárias de repetição em mulheres: o uso frequente de antibiótico para tratamento leva a infecções cada vez mais difíceis de tratar, pelo surgimento da resistência.

Em suma, aquele remedinho tomado sem critério pesa mais do que parece: além de prejudicar o cuidado imediato e alimentar a resistência no paciente individualmente, torna o manejo da saúde coletiva ainda mais complexo. ■

**DIETAS BASEADAS EM
GENÉTICA E MICROBIOTA
GANHAM FÔLEGO
COMO CAMINHO
PARA UMA NUTRIÇÃO
PERSONALIZADA**

O DNA NO PRATO



A promessa de uma alimentação sob medida, pensada a partir do DNA e da microbiota intestinal de cada pessoa, tem ganhado espaço e despertado curiosidade. A nutrigenética, área ainda incipiente, busca entender de que forma variações genéticas influenciam a forma como cada organismo absorve, metaboliza e responde aos alimentos.

Quando combinada à análise da microbiota intestinal, a nutrigenética abre caminho para estratégias mais personalizadas de prevenção e tratamento de distúrbios metabólicos, inflamatórios e gastrointestinais. No Brasil, esse movimento começa a se manifestar em serviços disponíveis no mercado privado. Alguns laboratórios oferecem o sequenciamento da microbiota intestinal por cerca de R\$ 1 mil, valor que não conta com cobertura dos planos de saúde.

Clínicas especializadas utilizam testes genéticos e de flora intestinal para investigar quadros como distensão abdominal persistente, estagnação no emagrecimento e inflamações de baixo grau. Ainda assim, especialistas reforçam que se trata de uma ferramenta complementar, que não substitui os pilares tradicionais da alimentação saudável.

POTENCIAL E LIMITES

“A nutrigenética estuda como as variações no nosso DNA influenciam a resposta aos alimentos”, explica a nutróloga Mariana Monteiro, do Hospital Sírio-Libanês. “Ela ajuda a entender predisposições, como maior sensibilidade a carboidratos, gorduras saturadas ou risco de deficiência de vitaminas, mas sempre deve ser somada à avaliação clínica e aos hábitos saudáveis.”

Na prática, isso significa reconhecer que duas pessoas podem reagir de forma diferente à mesma dieta, mesmo quando seguem orientações semelhantes. A nutrigenética não oferece respostas fechadas nem substitui condutas consagradas, mas pode refinar decisões em contextos específicos.

MICROBIOTA: RETRATO DINÂMICO

Se o DNA aponta predisposições, a microbiota intestinal revela um retrato mais dinâmico do organismo. É formada por trilhões de microrganismos – como bactérias, fungos e vírus – que habitam principalmente o intestino e atuam como um órgão metabólico, participando da digestão, da regulação imunológica e da produção de substâncias essenciais à saúde.

“O estudo da microbiota é central para a nutrição de precisão pois ajuda a explicar por que as pessoas respondem de forma diferente às dietas”, afirma a nutróloga Mariana. Perfis específicos de bactérias estão associados a respostas glicêmicas distintas, maior ou menor inflamação e até dificuldade de emagrecimento. Uma baixa diversidade microbiana, por exemplo, costuma estar ligada a uma pior saúde metabólica.

A análise conjunta de dados genéticos e da microbiota se dá por meio de abordagens chamadas multiômicas, que utilizam algoritmos e modelos preditivos para integrar informações do genoma, do microbioma e do metabolismo. Apesar do avanço tecnológico, ainda não há padronização universal desses exames, o que exige cautela na interpretação.

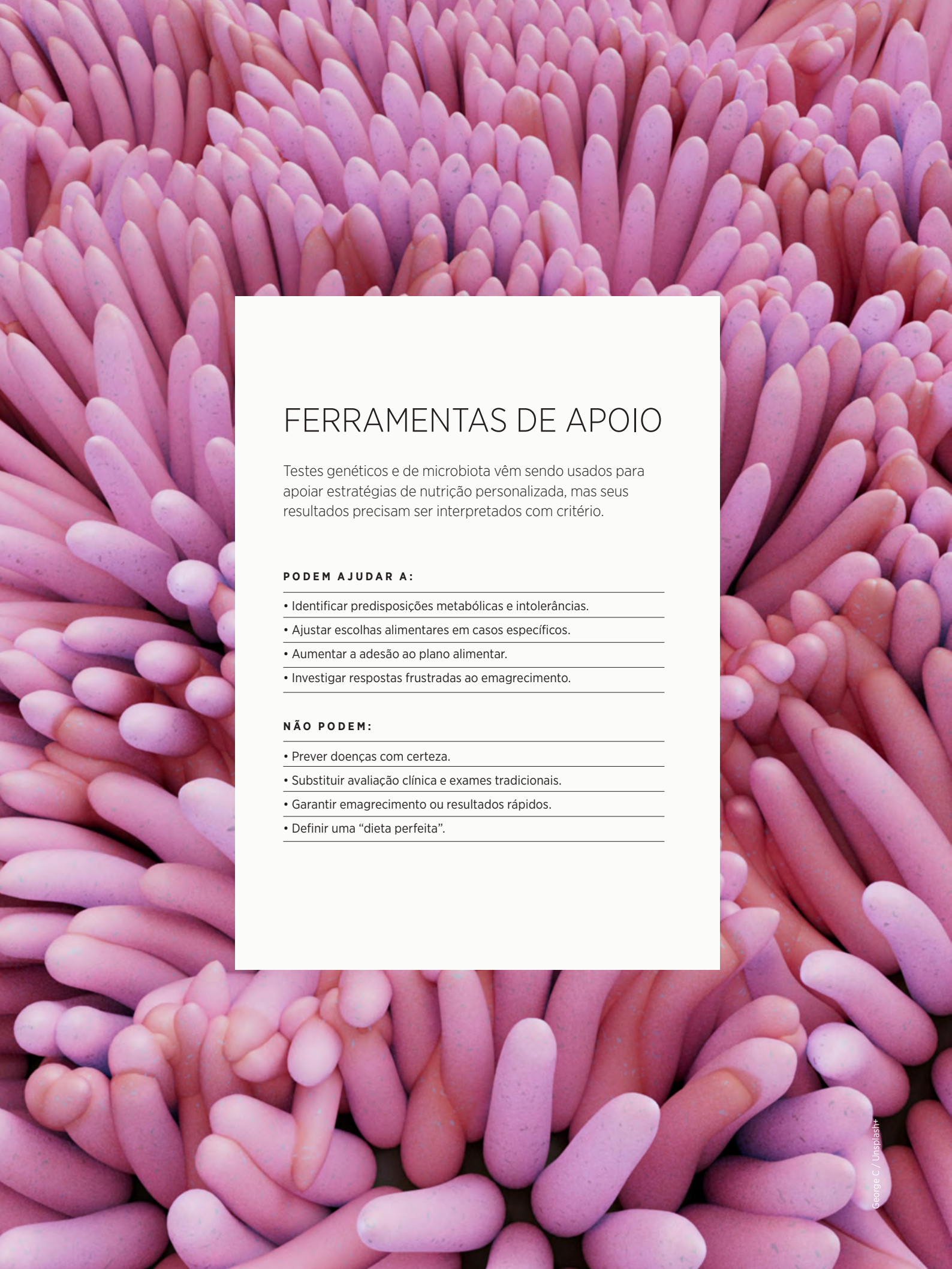
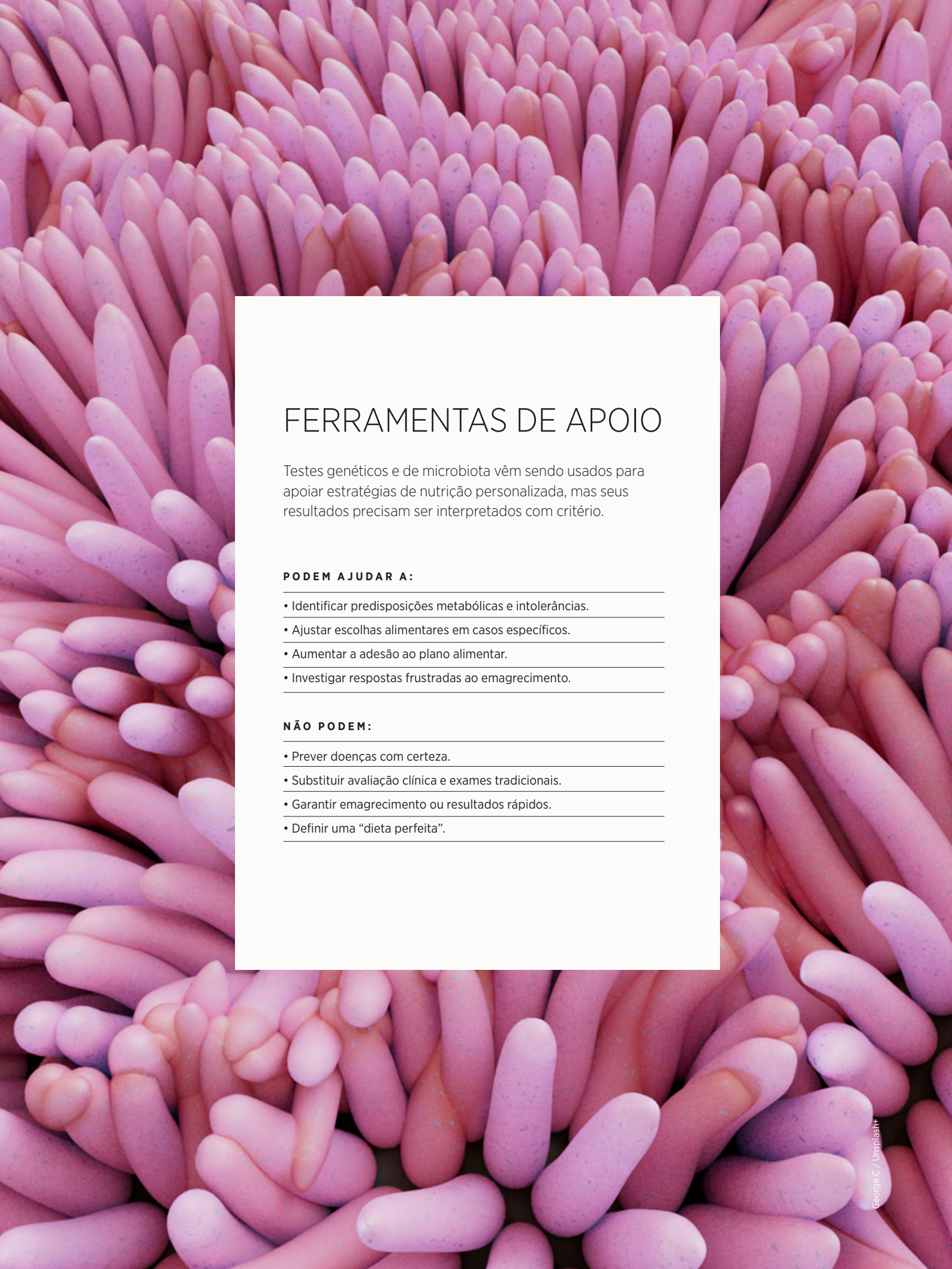
EVIDÊNCIAS SÓLIDAS E PROMESSAS

Há consenso científico de que genética e microbiota não determinam o destino metabólico, mas modulam riscos e respostas. “Não

+ Clínicas especializadas utilizam testes genéticos e de flora intestinal para investigar quadros como distensão abdominal persistente, estagnação no emagrecimento e inflamações de baixo grau. Ainda assim, especialistas reforçam que se trata de uma ferramenta complementar, que não substitui os pilares tradicionais da alimentação saudável.

existem previsões absolutas baseadas apenas em testes genéticos ou no sequenciamento da microbiota”, ressalta Mariana. “O efeito final é sempre multifatorial.”

Quando bem indicados, esses exames podem auxiliar na realização de ajustes finos de conduta, especialmente em quadros persistentes ou de difícil manejo. Ainda assim, a interpretação exige cautela e deve considerar contexto clínico, histórico alimentar e estilo de vida.

A close-up photograph of numerous pink flowers, likely chrysanthemums, with many pointed petals radiating from the center. The flowers are in sharp focus, creating a dense, textured pattern of pink and light purple hues. The background is slightly blurred, emphasizing the foreground flowers.A close-up photograph of numerous pink flowers, likely chrysanthemums, with many pointed petals radiating from the center. The flowers are in sharp focus, creating a dense, textured pattern of pink and light purple hues. The background is slightly blurred, emphasizing the foreground flowers.

FERRAMENTAS DE APOIO

Testes genéticos e de microbiota vêm sendo usados para apoiar estratégias de nutrição personalizada, mas seus resultados precisam ser interpretados com critério.

PODEM AJUDAR A:

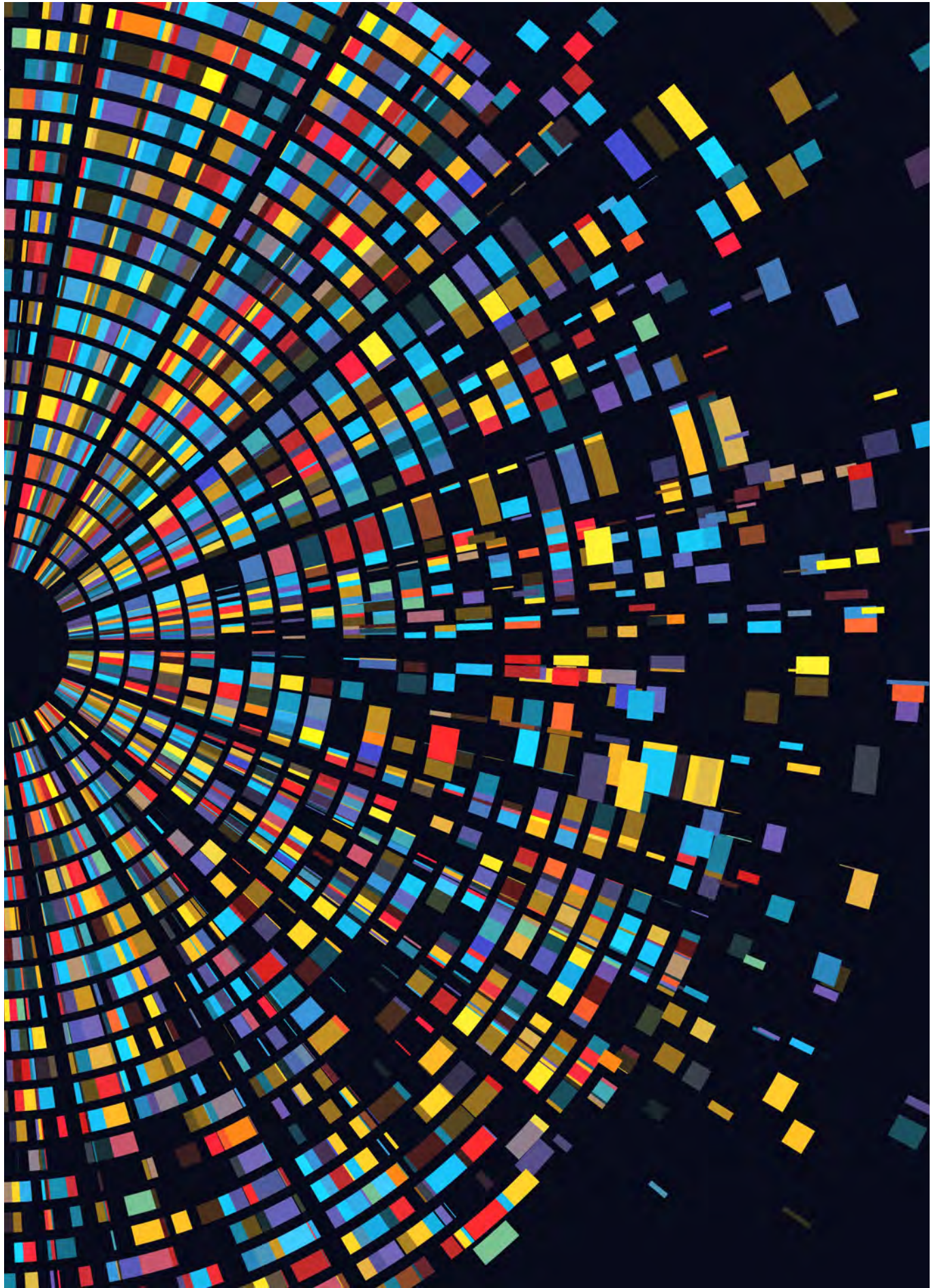
- Identificar predisposições metabólicas e intolerâncias.
- Ajustar escolhas alimentares em casos específicos.
- Aumentar a adesão ao plano alimentar.
- Investigar respostas frustradas ao emagrecimento.

NÃO PODEM:

- Prever doenças com certeza.
- Substituir avaliação clínica e exames tradicionais.
- Garantir emagrecimento ou resultados rápidos.
- Definir uma “dieta perfeita”.

George C / Unsplash+

Tartila / Shutterstock

An abstract digital artwork featuring a complex, colorful geometric pattern. The pattern consists of numerous small, irregular shapes in various colors (red, blue, yellow, green, purple, orange, and black) arranged in a way that creates a sense of depth and movement, resembling a stylized, multi-colored tunnel or a complex network of lines. The overall effect is vibrant and dynamic, with a strong sense of perspective and depth.

+ Comer bem, dormir adequadamente, praticar atividade física e cuidar da saúde mental continuam sendo os pilares de qualquer plano de emagrecimento. A nutrição personalizada, quando bem indicada, pode aumentar a adesão ao tratamento e ajudar a entender melhor o próprio corpo. Mas ainda caminha ao lado da ciência tradicional, com passos cuidadosos. Entre promessas e evidências, o desafio é usar a inovação com critério, sem apostar em atalhos onde não existem.

HORMÔNIOS, GENÉTICA E AMBIENTE
Para a endocrinologista Claudia Cozer Kalil, do Hospital Sírio-Libanês, a resposta individual à dieta e ao emagrecimento depende de uma interação complexa. “A genética pode responder por 50% a 70% do ganho de peso, interfe-

rindo no apetite, na saciedade e no gasto energético”, afirma. Esse risco genético, porém, só se concretiza em determinado ambiente – marcado por oferta de alimentos ultraprocessados, sedentarismo e estresse.
Disfunções hormonais, inflamação silenciosa e alterações da microbiota podem ser fatores que se somam, dificultando a perda de peso mesmo em quem “faz tudo certo”. “A obesidade é uma doença crônica, multifatorial. Não existe solução mágica”, ressalta a endocrinologista.
Apesar das incertezas científicas, o mercado da nutrigenética cresce rapidamente. Estimativas internacionais apontam taxas anuais de crescimento entre 14% e 18%, impulsionadas pela busca por soluções personalizadas em saúde e nutrição. No Brasil, porém, o acesso ainda é restrito a quem pode pagar, o que levanta discussões sobre equidade e aplicação futura no sistema público de saúde.
Especialistas acreditam que, com o avanço das pesquisas, os testes tendem a se tornar mais baratos e mais bem validados. Mesmo assim, não devem virar exames de rotina. “Não são para todos, nem para qualquer situação”, pondera a nutróloga Mariana. “Funcionam melhor em casos específicos, quando há sintomas persistentes ou respostas frustradas a abordagens convencionais.”
CIÊNCIA EM CONSTRUÇÃO
O consenso, hoje, é o de que nutrigenética e análise da microbiota afinam a estratégia, mas não substituem o básico. Comer bem, dormir adequadamente, praticar atividade física e cuidar da saúde mental continuam sendo os pilares de qualquer plano de emagrecimento.
A nutrição personalizada, quando bem indicada, pode aumentar a adesão ao tratamento e ajudar a entender melhor o próprio corpo. Mas ainda caminha ao lado da ciência tradicional, com passos cuidadosos. Entre promessas e evidências, o desafio é usar a ino-

vação com critério, sem apostar em atalhos onde não existem.
“Apesar do avanço dos testes genéticos, eles não oferecem respostas absolutas para emagrecimento ou controle metabólico. A obesidade envolve uma rede complexa de fatores hormonais, genéticos, inflamatórios e comportamentais, e o excesso de entusiasmo pode gerar expectativas irreais”, conclui a endocrinologista Claudia Cozer Kalil. ■

NUTRIGENÉTICA X NUTRIGENÔMICA

Apesar de frequentemente usadas como sinônimos, nutrigenética e nutrigenômica não são a mesma coisa.

A nutrigenética estuda como as variações do DNA influenciam a resposta individual aos alimentos – por exemplo, maior sensibilidade a carboidratos, gorduras ou cafeína.

Já a nutrigenômica investiga o caminho inverso: como nutrientes e padrões alimentares modulam a expressão dos genes ao longo do tempo. Ambas fazem parte da chamada nutrição de precisão e ajudam a explicar por que dietas iguais podem ter efeitos diferentes em pessoas diferentes, mas nenhuma das duas substitui hábitos saudáveis consolidados.



RAÍZES

QUE NUTREM

DA BATATA-DOCE AO GENGIBRE, ESSES ALIMENTOS TRADICIONAIS
PODEM SER ALIADOS DA SAÚDE METABÓLICA, INTESTINAL E CARDIOVASCULAR

Patrycja Jadach / Unsplash

Laura Adai / Unsplash



Nguyen Dang Hoang Nhu / Unsplash



Levi Meir Clancy / Unsplash



Jason Leung / Unsplash



Natalia Blauth / Unsplash



Por muito tempo, raízes e tubérculos foram vistos apenas como fontes de carboidrato. Nos últimos anos, porém, o olhar da nutrição sobre esses alimentos mudou – e para melhor. Batatas, mandioca, inhame, cará, cenoura, beterraba, gengibre e cúrcuma ganharam espaço não só na culinária, mas também em pesquisas científicas, que apontam benefícios para a saúde quando o consumo é feito de forma equilibrada.

“As raízes não são todas iguais. Algumas são ricas em amido e atuam principalmente como fornecedoras de energia, enquanto outras têm menor teor de carboidratos e desempenham um papel mais funcional, relacionado ao fornecimento de fibras, micronutrientes e compostos bioativos”, explica a nutricionista do Hospital Sírio-Libanês Marcela Taleb Haddad.

A nutricionista divide as raízes em dois grandes grupos. As chamadas amiláceas, como batata-doce, batata inglesa, mandioca, mandioquinha, cará e inhame, são ricas em amido e funcionam principalmente como fonte de energia, além de contribuírem com vitaminas e minerais. Já as não amiláceas, como cenoura, beterraba, gengibre e cúrcuma, têm menor teor de amido e se destacam pelo aporte de fibras, micronutrientes e compostos bioativos.

“Batata-doce, cará, inhame, cenoura e beterraba se destacam pelo maior teor de fibras, contribuindo para maior saciedade e para a saúde intestinal”, afirma Marcela. A cenoura é rica em betacaroteno, precursor da vitamina A, com ação antioxidante e anti-inflamatória – ou seja, ajuda a neutralizar os radicais livres, moléculas instáveis associadas ao envelhecimento celular e a doenças crônicas.

A beterraba tem propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias, principalmente pela

O QUE CADA UMA OFERECE

• **Batata inglesa:**
fonte de carboidrato, potássio e vitamina C; fornece energia e, quando consumida cozida ou assada, especialmente com casca, pode integrar uma alimentação equilibrada.

• **Batata-doce:**
fibras, amido de digestão mais lenta, vitaminas A e C; favorece a saciedade e o controle glicêmico.

• **Inhame e cará:**
boas fontes de energia, fibras e minerais; ajudam no funcionamento intestinal.

• **Mandioca:**
rica em carboidrato, fonte importante de energia; deve ser consumida em porções adequadas.

• **Cenoura:**
betacaroteno (vitamina A), antioxidantes e fibras.

• **Beterraba:**
contém betalainas antioxidantes e nitratos naturais, com possível benefício cardiovascular.

• **Gengibre e cúrcuma:**
compostos bioativos anti-inflamatórios e antioxidantes; usados como temperos funcionais.

presença das betalainas, pigmentos responsáveis por sua coloração característica. Além disso, contém nitratos naturais, que favorecem a produção de óxido nítrico, associado à vasodilatação e à regulação da pressão arterial.

Já gengibre e cúrcuma armazenam pouca energia na forma de amido. Seu valor nutricional deve-se, principalmente, à presença de compostos bioativos com potencial antioxidante e anti-inflamatório, além de possíveis benefícios à saúde digestiva e metabólica, sendo utilizados em pequenas quantidades como temperos ou ingredientes funcionais.

“Vale ressaltar que os benefícios das raízes dependem do seu consumo regular e da inserção em um contexto de alimentação equilibrada, com hábitos de vida saudáveis”, afirma a nutricionista.

IMPACTO NA GLICEMIA

Outra ideia que vem sendo revista é a de que todas as raízes “aumentam muito a glicose”. Isso ocorre apenas quando os tipos amiláceos são consumidos em grande quantidade e de forma isolada, sem a combinação com outros grupos alimentares na mesma refeição.

“Entre as raízes amiláceas, batata-doce, cará e inhame tendem a apresentar melhor impacto glicêmico quando comparados à mandioca e à batata inglesa, especialmente se consumidos inteiros, com casca, quando possível, e pouco processados”, explica Marcela. Isso ocorre porque a presença de fibras contribui para retardar a digestão do amido e a absorção da glicose, promovendo melhor controle glicêmico e maior saciedade.

Já raízes não amiláceas, como cenoura e beterraba, possuem menor teor de carboidratos e, por isso, costumam apresentar baixo impacto glicêmico, sobretudo quando consumidas cruas ou minimamente cozidas. Mesmo assim, nenhuma raiz precisa ser excluída.



A nutricionista ressalta que o impacto glicêmico depende, principalmente, da porção, do modo de preparo e da combinação com proteínas, fibras e gorduras saudáveis, como reforçam as diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes.

CARBOIDRATO E GANHO DE PESO

A fama negativa dos carboidratos também atinge injustamente as raízes. “Dizer que ‘carboidrato engorda’ é um mito. O que influencia o ganho de peso não é o carboidrato isoladamente, mas o excesso calórico total, a qualidade dos alimentos, as porções e o padrão alimentar como um todo”, afirma Marcela.

A nutricionista acrescenta que as raízes podem integrar uma alimentação equilibrada e sem culpa, desde que consumidas em quantidades adequadas, com preparo saudável e como parte de refeições completas.

Isso significa que se deve consumir, preferencialmente, as versões cozidas, assadas ou grelhadas, e evitar frituras frequentes. Além disso, é recomendado combinar os tubérculos com vegetais, proteínas e gorduras de boa qualidade, para melhorar a saciedade e reduzir picos glicêmicos.



Brent Hofacker / Shutterstock

FATO OU EXAGERO?

“CARBOIDRATO ENGORDA.”

Falso. O que importa é a quantidade, o padrão alimentar e o valor calórico total consumido ao longo do dia.

“BATATA INGLESA FAZ MAL.”

Falso. É fonte de potássio, vitamina C e energia; o problema está no excesso e na fritura.

“RAIZ AUMENTA MUITO A GLICOSE.”

Parcialmente falso. O impacto varia conforme o tipo, a porção, o preparo e as combinações.

“RAIZ NÃO TEM NUTRIENTES.”

Falso. As raízes fornecem fibras, vitaminas, minerais e compostos bioativos importantes.



DIGESTÃO LENTA, MELHOR EFEITO

Quando o alimento é muito desintegrado, como em purês, o amido fica mais “exposto” e é digerido rapidamente, o que favorece picos de glicose no sangue. Essa absorção acelerada exige uma resposta maior de insulina e, ao longo do tempo, pode sobrecarregar o metabolismo.

Já quando a raiz é cozida e depois resfriada, parte do amido se transforma em amido resistente, uma fração que o intestino não digere totalmente. Em vez de virar açúcar rapidamente, comporta-se como uma fibra: chega ao intestino grosso, alimenta bactérias benéficas da microbiota e ajuda a manter a glicemia mais estável.

“Raízes cozidas e depois resfriadas, como em saladas, tendem a ter menor impacto na glicemia do que quando consumidas logo após o preparo quente”, explica Marcela.

Apesar dos benefícios, dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF/IBGE) 2017-2018 mostram que o grupo “raízes e tubérculos” responde por apenas cerca de 1,2% das calorias totais consumidas pelos brasileiros. Ainda há espaço, portanto, para que esses alimentos tradicionais recuperem protagonismo na culinária do dia a dia. ■

NO PRATO DO BRASILEIRO

Publicado em 2021, no Nutrition Journal, o estudo “Impact of sociodemographic factors on the consumption of tubers in Brazil” analisou dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018 (IBGE), a base nacional mais recente sobre consumo alimentar. A pesquisa considerou uma amostra de 33.504 brasileiros, de 10 a 104 anos. Os resultados indicam que 55% da população consumiu raízes ou tubérculos em pelo menos um dos dois dias avaliados, com diferenças regionais marcantes: a mandioca predomina no Norte e Nordeste, enquanto a batata é mais frequente no Sul e Sudeste. O consumo é maior em áreas rurais do que nas urbanas. Apesar de os dados serem de 2017-2018, trata-se de uma das análises mais atuais e abrangentes disponíveis no país sobre o tema, já que não há levantamentos nacionais mais recentes com o mesmo nível de detalhamento.

Marc Stephan / Shutterstock



Porto,

TRADIÇÃO EM CORES

ENTRE O DOURO E O ATLÂNTICO,
UMA DAS CIDADES MAIS ANTIGAS
DA EUROPA VIVE UM NOVO
MOMENTO DE PROTAGONISMO



Livraria Lello

Laurentiu Morariu / Unsplash

É do alto da colina de Gaia – a cidade vizinha separada geograficamente por poucos minutos de caminhada por uma ponte magistral erguida sobre o Douro – que Porto mostra todo seu esplendor. As casinhas irregulares multicoloridas, as escadarias sinuosas, as ladeiras tortuosas, as fachadas de azulejos, as torres, a ponte, o rio...

Cheia de personalidade, a segunda maior cidade portuguesa é também uma das mais coloridas e antigas da Europa. Por muito tempo, viveu sob a sombra da fama de Lisboa; hoje, tornou-se um dos destinos mais desejados por viajantes do mundo inteiro. Antes vista como uma viagem curtinha, muitas vezes de um mero dia, a partir da capital, Porto agora ganha protagonismo nas férias de muita gente.

As experiências gastronômicas – dos estabelecimentos mais simples e despretensiosos (que tal comer uma “francesinha”, o típico e enorme sanduíche local?) aos restaurantes mais requintados, das degustações de vinho do Porto à doçaria portuguesa, tradicionalmente rica em ovos e açúcar – são em boa parte responsáveis por esse boom recente.

Eis aí, definitivamente, uma cidade feita para ser devorada sem pressa, aos pequenos e grandes bocados. Clássicos como o irretocável Le Monument, com estrela Michelin, ou novidades, como o delicioso 1638 by Nacho Manzano, deixam qualquer programa por ali mais gostoso.

Mas Porto vai muito além dos bons pratos, é claro. Patrimônio Mundial da UNESCO, suas ruas sinuosas, quase sempre bastante inclinadas, escondendo escadarias e degraus aqui e ali, são uma ótima opção de passeio em qualquer dia, a qualquer hora.

Há história aos montes, e frequentemente bastante ligadas à própria história do Brasil, em toda parte. O centro histórico reúne diversas atrações turísticas deliciosas, incluindo vá-

rios cafés (como os icônicos A Brasileira, Café Guarani e Café Majestic), a incontornável Estação São Bento, com seus azulejos divinos, a peculiar Livraria Lello (reserve com antecedência e prepare-se para filas se fizer questão de vê-la por dentro), as igrejas mais bonitas (São Francisco é uma joia local, a Igreja e Torre dos Clérigos, com quase 76 metros de altura e vistas magníficas do alto), o ambiente sempre festivo do Mercado do Bolhão...

Há também parques e jardins encantadores, como o Parque de Serralves e os Jardins de São Roque, rodeando o Palácio de Cristal.

Porto também se abre para o Atlântico na Foz do Douro, onde o rio encontra o mar e a cidade muda de ritmo. Entre molhes, faróis e praias urbanas, o Porto se mostra mais aberto, mais luminoso e menos vertical – um lugar para caminhadas à beira-mar, com cafés de frente para o oceano e vistas amplas, onde o Douro finalmente se dissolve no Atlântico.

Da Ribeira, são poucos minutos de travessia sobre a ponte D. Luís I, a pé ou de trem, para chegar a Vila Nova de Gaia, que reúne as principais caves de vinho do Porto abertas a visitas turísticas. As visitas guiadas são gostosas e interessantes; mas vale a pena também conhecer os novos bares e cafés de Gaia, pedir a taça do seu Porto preferido e aproveitar a vista matadora que se tem da cidade de lá – principalmente ao pôr do sol!

Há também sempre uma profunda efervescência artística no Porto. Ali, arte, seja antiga, moderna ou contemporânea, é sempre amplamente acessível. Do Museu Nacional Soares dos Reis, instalado no palácio mais antigo do país, ao Museu das Serras, em meio a um belo parque, os olhos do turista vivem sempre tomados por beleza e inquietação.

As galerias da Rua Miguel Bombarda – como a Galeria Presença ou a Ó! Galeria, por exemplo – são excelentes endereços para conhecer o melhor da arte contemporânea local e, quem sabe, levar também um pou-

quinho dela para casa. Provavelmente, dividindo a mala com algumas garrafas de vinho, alguns queijos, sardinhas, pastéis de nata...

ESCAPADA A MATOSINHOS

Do Porto, há várias escapadas deliciosas e super práticas a fazer, de lindas cidades históricas portuguesas (como Braga e Guimarães) ao incomparável Vale do Douro, com suas montanhas espetacularmente cobertas por vinhedos.

No entanto, é difícil encontrar uma escapada mais curta e produtiva que a simpática Matosinhos, cidade portuguesa que é parte do caminho português que leva a Santiago de Compostela, na Espanha.

Dentro da chamada “região metropolitana do Porto”, o destino é famoso por reunir em seu pequeno território (apenas 62 km²) gastronomia, praias, arquitetura (espie a estação de metrô Brito Capelo, a Galeria Municipal e a Casa Roberto Ivens, por exemplo) e ótimos museus. Tem ainda o segundo farol mais alto de Portugal, o Farol da Boa Nova, com 46 metros de altura, aberto para visitas gratuitas às quartas-feiras.

Talvez por isso mesmo Matosinhos tenha um dos melhores índices de qualidade de vida do país. Famosa pela qualidade de seus peixes e frutos do mar (é um polo da indústria pesqueira portuguesa), tem 15 praias diferentes em seus 15 km de costa, onde o visitante pode experimentar deliciosos robalos, sardinhas, polvos e percebes em toda parte, de pequenos restaurantes na cidade ao estrelado Casa de Chá da Boa Nova, do chef Rui Paula.

As bonitas praias frequentemente têm passarelas sobre as dunas de areia até chegar à beira-mar; e o litoral recortado também é muito propício para esportes náuticos – não à toa, é repleto de escolas de surf.

Para muita gente, Matosinhos é uma bela escapada de um dia a partir do Porto. Mas fica o alerta: o risco de você querer esticar e dormir pelo menos uma noite na cidade é grande. ■



Isaac Mitchell / Unsplash

Porto à beira-mar:
do Farol de Felgueiras,
na Foz do Douro, ao litoral de Vila Nova
de Gaia e Matosinhos, o mar surge
como extensão natural da cidade,
acrescentando praias, caminhadas e
paisagem oceânica ao roteiro urbano



Renato Martinho / Shutterstock

Capela do Senhor da Pedra — Praia de Miramar, em Vila Nova de Gaia



Alvaro Polo / Unsplash

Praia de Matosinhos



Ribeira do Porto — Entre o rio e a encosta, o casario compacto e os desníveis acentuados revelam a formação histórica da cidade, hoje protegida como Patrimônio Mundial da UNESCO

EXCELÊNCIA QUE TRANSFORMA VIDAS

PARCERIA ESTRATÉGICA COM O MINISTÉRIO DA SAÚDE E USO DE TÉCNICAS DE PONTA NO TRANSPLANTE DE ÓRGÃOS PERMITEM QUE O HOSPITAL SÍRIO-LIBANÊS AJUDE CRIANÇAS DE TODO O BRASIL A TER UMA NOVA CHANCE

Garantir que toda criança brasileira, independentemente de sua origem ou condição social, tenha acesso a um tratamento que salva vidas.

O que parece um sonho distante é, na verdade, um propósito maior, que move as engrenagens do Hospital Sírio-Libanês (HSL) em sua atuação no Programa de Apoio ao Desenvolvimento Institucional do Sistema Único de Saúde (PROADI-SUS).

Criado em 2009, o PROADI-SUS estabelece uma ponte entre a excelência da saúde privada e a necessidade pública. O modelo funciona por meio de isenção fiscal: hospitais filantrópicos de excelência, como o Sírio-Libanês, convertem valores que seriam pagos em tributos (como COFINS e cota patronal do INSS) em projetos de assistência, pesquisa, capacitação e gestão que fortalecem o Sistema Único de Saúde (SUS). Mas, além da engenharia tributária, o programa representa esperança para milhares de famílias que enfrentam o que os especialistas chamam de “vazio assistencial”.

O Dr. Eduardo Antunes da Fonseca, coordenador de Transplantes do HSL, enxerga um panorama desafiador da saúde no país. Segundo ele, apesar dos avanços técnicos, o

Brasil enfrenta um cenário de profunda desigualdade. “O país possui poucos centros habilitados e com experiência comprovada em transplante hepático infantil, concentrados majoritariamente nas regiões Sudeste e Sul”, explica o médico. Essa concentração geográfica impõe barreiras a famílias do Norte, Nordeste e Centro-Oeste, que lidam com custos elevados de deslocamento e a ausência de suporte local especializado.

As consequências dessa disparidade são graves. “Essas desigualdades resultam em encaminhamento tardio, descompensações evitáveis e maior mortalidade em lista de espera”, alerta o Dr. Eduardo. Ele cita um estudo do próprio grupo do HSL, publicado na renomada revista Hepatology, que demonstrou que crianças com quadros graves (ascite e hiponatremia) apresentavam risco de mortalidade acima de 50% após três meses na lista de espera. É contra esse relógio implacável que o PROADI-SUS atua.

ALTA COMPLEXIDADE A SERVIÇO DE TODOS

Para enfrentar esse cenário, o Sírio-Libanês não mede esforços em oferecer o que há de mais avançado em Medicina. A Dra. Betânia da Silva Rocha, coordenadora de Transplantes do HSL, esclarece que o foco da instituição é a alta complexidade. “A prioridade é atender crianças em condições graves e com baixo peso, que representam os casos de maior risco, exigindo excelência na assistência”, pontua.

Os números atestam a magnitude desse trabalho. Segundo a gerente de Projetos PROADI do Hospital, Cláudia Brandão, se considerarmos o histórico desde 2009, ano de criação do PROADI-SUS, já foram realizados mais de 700 transplantes pediátricos pelo programa. A relevância do HSL no cenário nacional é incontestável: dados mais recentes, baseados no Registro Brasileiro

de Transplantes de janeiro a junho de 2025, indicam que o hospital foi responsável por 23% do volume total de transplantes hepáticos pediátricos reportados no período.

E os resultados clínicos rivalizam com os melhores centros do mundo. A sobrevida dos pacientes transplantados atinge a marca de 96,7% no primeiro ano e 94,8% após dez anos. “Os resultados são comparados com aqueles dos melhores centros transplantadores do mundo, como os de EUA, Europa e Ásia”, reforça o Dr. Eduardo.

Excelência estendida à saúde suplementar

Referência nacional em medicina de alta complexidade, o Hospital Sírio-Libanês mantém um dos programas de transplantes mais respeitados do país, incluindo procedimentos realizados na saúde suplementar. A instituição realiza transplantes de rim, fígado, medula óssea (autólogo e alogênico), coração, multivisceral, pulmão, músculo-esquelético e córnea, com equipes multiprofissionais altamente especializadas, protocolos alinhados às melhores práticas internacionais e infraestrutura de ponta, que garantem segurança, rastreabilidade e cuidado integral ao paciente em todas as etapas do tratamento. Entre os destaques está o transplante renal, área em que o urologista Dr. William Nahas é uma das principais referências. Professor titular da USP e médico do Sírio-Libanês há décadas, Nahas reúne ampla experiência cirúrgica e acadêmica, com atuação marcada pela incorporação de técnicas avançadas, acompanhamento de longo prazo e foco na humanização do cuidado, contribuindo para que o transplante renal se consolide como uma terapia capaz de devolver autonomia, qualidade de vida e sobrevida aos pacientes.



Buddy AN / Unsplash

A importância da família na doação de órgãos

Apesar de ser um tema de saúde, a doação de órgãos no Brasil é regida por uma lei específica que, ao longo do tempo, gerou dúvidas na população. Entender a legislação e como manifestar sua vontade é o passo fundamental para salvar vidas.

Quem decide sobre a doação?

A legislação brasileira (Lei nº 9.434/97) estabelece o modelo de “**consentimento familiar**”. Isso significa que, no Brasil, a manifestação da vontade do potencial doador em vida — seja em documento, como a antiga “carteira de doador”, ou mesmo por escrito — **não é o fator decisivo** no momento da doação. A decisão final de doar ou não os órgãos de um paciente com diagnóstico de Morte Encefálica cabe **exclusivamente aos familiares mais próximos** (cônjuge, pais, filhos ou irmãos maiores de idade). Sem a autorização da família, a doação não pode ser realizada. Como a lei prioriza a decisão familiar, a maneira mais eficaz e importante de garantir que sua vontade seja respeitada é através do **diálogo**.

O que você deve fazer para ser um doador?

PASSO	AÇÃO NECESSÁRIA	IMPORTÂNCIA
1º / CONVERSE ABERTAMENTE	Comunique sua família (pais, filhos, cônjuge, irmãos) de forma clara e objetiva sobre o seu desejo de doar seus órgãos em caso de morte.	A família é quem terá a decisão legal de autorizar a doação no momento do óbito. Sua vontade é respeitada através do consentimento deles.
2º / EXPLIQUE OS MITOS	Discuta com seus familiares a segurança e a seriedade do processo, desmistificando crenças equivocadas (como a de que o corpo ficará desfigurado, o que não é verdade).	O conhecimento e a segurança eliminam a incerteza e a recusa motivada por medo ou desinformação em um momento de luto.
3º / DEIXE REGISTRADO	Não existe um documento legal obrigatório, mas alguns especialistas sugerem comunicar sua decisão em vida a um profissional de saúde de confiança ou registrá-la em um prontuário médico. O mais importante, porém, é a comunicação familiar.	Garante que sua família não seja surpreendida pela informação e esteja preparada para honrar seu desejo.
	Importante: A doação de órgãos só é possível após o diagnóstico de Morte Encefálica (ME) , que é a perda completa e irreversível das funções do cérebro. Este diagnóstico é feito por dois médicos não envolvidos com a equipe de transplante, por meio de exames clínicos e complementares rigorosos, e não tem relação com o coma.	

INOVAÇÃO TÉCNICA: MULTIPLICANDO VIDAS

Um dos grandes trunfos do programa é a expertise em transplantes com doador vivo e o uso de técnicas cirúrgicas sofisticadas para contornar a escassez de órgãos. A Dra. Betânia destaca a técnica conhecida como split liver (fígado bipartido). “A técnica split liver é um avanço cirúrgico notável que amplia drasticamente os benefícios da doação”, explica.

Nesse procedimento, um único fígado de um doador falecido (geralmente um adulto) é dividido para beneficiar dois receptores simultaneamente. “Normalmente, um paciente adulto ou adolescente recebe cerca de 60% do fígado (o lobo direito), enquanto um paciente pediátrico recebe cerca de 40% do fígado restante (o lobo esquerdo)”, detalha a médica. Essa inovação é crucial, pois, além de duplicar as chances de salvar vidas a partir de uma única doação, resolve o problema da compatibilidade de tamanho para receptores muito jovens.

Além disso, o HSL é referência nacional em transplantes com doador vivo – modalidade predominante na pediatria, devido à escassez de doadores falecidos nessa faixa etária. Em razão da expertise da instituição na área, o hospital já realizava transplantes com doadores vivos, em programa filantrópico, antes mesmo da formalização do PRO-ADI-SUS. A segurança é prioridade absoluta: a taxa de sobrevida dos doadores vivos no programa é de 100%.

CUIDADO INTEGRAL: DO DIAGNÓSTICO À REABILITAÇÃO

O compromisso do HSL vai muito além do ato cirúrgico. O projeto “Transplantar”, uma das iniciativas da carteira de Excelência Clínico-Assistencial em parceria com o Ministério da Saúde, abrange toda a jornada do paciente. Para viabilizar esse atendi-

to, o Sírio-Libanês mantém uma parceria estratégica com o Hospital Menino Jesus, hospital pediátrico da rede pública municipal de São Paulo. “O pré e pós-transplante são conduzidos no Menino Jesus, enquanto o transplante é realizado nas instalações do HSL, na Unidade Matriz, na Bela Vista”, descreve Cláudia Brandão.

Uma das frentes mais inovadoras desse cuidado integral é o tratamento da falência intestinal. Historicamente, pacientes pediátricos com essa condição representavam um grande desafio para o SUS, muitas vezes levando à judicialização para tratamentos no exterior que podiam custar mais de US\$ 1 milhão por paciente.

Em resposta, o HSL criou, em 2016, o Centro de Reabilitação Intestinal e Transplante Multivisceral Pediátrico. O objetivo é oferecer uma infraestrutura robusta e uma equipe multiprofissional capaz de proporcionar qualidade de vida e, quando necessário, a reabilitação intestinal, evitando o transplante ou preparando a criança para ele nas melhores condições possíveis.

FORMAÇÃO PARA REDUZIR DESIGUALDADES

Se a prática salva vidas no presente, a educação garante o futuro. O PROADI-SUS tem uma forte dimensão de transferência de conhecimento. “O programa cuida de todo o fluxo, mas também há um forte componente de qualificação dos serviços profissionais”, afirma o Dr. Eduardo. A ideia não é apenas realizar os procedimentos em São Paulo, mas qualificar a rede pública em todo o país.

Nesse contexto, destaca-se o Projeto “Praxis”. Segundo a Dra. Betânia, essa iniciativa “apoia a qualificação de centros transplantadores e o manejo do paciente pós-transplante em serviços de saúde”. O projeto envolve desde a discussão técnica de casos até

a implementação de ferramentas de gestão e governança clínica.

Essa estratégia de regionalização é essencial para diminuir o vazio assistencial e ampliar o acesso a um tratamento que salva vidas. “Ao qualificar, descentralizada-mente, profissionais do SUS, o projeto ajuda a fortalecer a capacidade instalada nas regiões atendidas, aumenta a resolutividade dos serviços e promove melhor articulação da rede de atenção à saúde”, reforça o Dr. Eduardo.

O DESAFIO DA DOAÇÃO

Apesar de toda a tecnologia, infraestrutura e capacitação humana, o sucesso dos transplantes esbarra em um fator que a medicina, por si só, não pode resolver: a disponibilidade de órgãos. “Podemos afirmar que a captação de órgãos é, de fato, a principal dificuldade e o obstáculo mais significativo”, lamenta a Dra. Betânia.

O Dr. Eduardo complementa que a baixa captação de órgãos pediátricos, associada à subnotificação de potenciais doadores, limita a eficiência do sistema. Entre as barreiras, a recusa familiar se destaca, muitas vezes motivada por desconhecimento, mitos sobre desfiguração do corpo ou simplesmente porque o tema nunca foi debatido em casa.

Para mudar essa realidade, a conscientização é a chave. “É essencial uma abordagem ampla, investindo em campanhas educativas claras, que desmistifiquem o processo”, sugere a Dra. Betânia. Mas, acima de tudo, o gesto mais poderoso acontece na intimidade dos lares: conversar. Incentivar que cada indivíduo comunique à sua família o desejo de ser doador é o caminho para transformar o luto em esperança e garantir que a excelência técnica do PROADI-SUS continue cumprindo sua missão de oferecer futuro às crianças do Brasil. ■



SÍRIO-LIBANÊS

Viva o verão em movimento, com bem-estar e cuidado

Confira orientações ortopédicas para se exercitar com segurança e conforto.



Comece devagar.

Inicie qualquer atividade física de forma gradual. O corpo precisa de tempo para se adaptar aos novos estímulos.



Progrida aos poucos.

Seja na corrida, musculação ou no treino funcional, respeite seus limites e evolua sem pressa.



Prepare o corpo antes do exercício.

Alongamento e aquecimento são fundamentais para ativar a musculatura e ajudar a prevenir lesões.



Escolha o calçado adequado.

O uso de modelos inadequados à atividade pode gerar sobrecarga em tornozelos, joelhos, quadris e coluna.



Observe os sinais do corpo.

Cansaço é esperado, mas dores persistentes ou desconfortos que não melhoram com o repouso devem ser avaliados.

No **Sírio-Libanês**, você conta com cuidado ortopédico integral e especialistas em joelho, coluna, ombro, quadril, pé, tornozelo e outras áreas do sistema musculoesquelético.

Unidades Sírio-Libanês



Bela Vista | SP

Segunda a sexta-feira,
das 8h às 18h, e aos
sábados, das 8h às 12h.



Itaim | SP

Segunda a sexta-feira,
das 7h às 19h, com ou
sem agendamento.



Brasília | DF

Segunda a sexta-feira,
das 8h às 18h, e aos
sábados, das 8h às 12h.



Agende sua consulta pelo
telefone ou acesse o QR Code.



São Paulo:

11 3394-5007



Brasília:

61 2141-4000

Saiba mais:





Envato

QUANDO O CUIDADO É VISTO NO ESPELHO

CONSULTORIA DE IMAGEM
AMPLIA O OLHAR
A PARTIR DA EXPERIÊNCIA
DO PACIENTE
ONCOLÓGICO

O tratamento oncológico transforma o corpo. Mas não apenas ele. Ao longo da jornada contra o câncer, pode modificar também a forma como o paciente se percebe, se reconhece e se comunica com o mundo, ainda que temporariamente. Queda de cabelo, alterações na pele, cicatrizes, variações de peso e mudanças hormonais impactam diretamente a imagem corporal e, eventualmente, a autoestima e o senso de identidade.

Atento a isso, o Hospital Sírio-Libanês é uma das primeiras instituições a manter, sob responsabilidade geral de Sara Roberta dos Santos, uma Consultoria de Imagem aplicada à oncologia, integrada ao atendimento como ferramenta complementar ao tratamento médico, atuando de forma articulada com a equipe multiprofissional para acolher o paciente em um momento de profundas transformações físicas e emocionais. A proposta, que nasceu no contexto oncológico, foi expandida e está disponível

a qualquer paciente interessado, em qualquer momento do tratamento, dentro ou fora da instituição, mediante agendamento. “Basta ligar no agendamento da instituição e marcar uma consulta comigo”, conta a responsável pelo serviço.

Mais do que estética, a iniciativa parte do entendimento de que a imagem corporal é uma forma de comunicação e um valor social. Ela expressa identidade, pertencimento e presença. Quando essa imagem se fragiliza – seja pelo adoecimento, seja pelos efeitos do tratamento –, o impacto pode ultrapassar o campo físico e atingir a saúde mental, as relações sociais e até a forma como o paciente se engaja no próprio cuidado.

CORPO, IDENTIDADE E SAÚDE: QUANDO A IMAGEM TAMBÉM ADOECE

Na avaliação das psicólogas do Centro de Oncologia do Hospital Sírio-Libanês Clarissa Pires Riviere e Maria Livia Leite de Abreu Gomes, as alterações corporais provocadas pelos tratamentos médicos afetam diretamente a identidade e a forma como o paciente se relaciona consigo e com os outros. “Mudanças visíveis, como a perda de cabelo, cicatrizes ou variações bruscas de peso, podem gerar sentimentos de estranhamento, vergonha, insegurança e luto pelo corpo que existia antes da doença”, afirmam.

Nesse contexto, segundo as psicólogas, a imagem corporal pode atuar tanto como fa-

tor de risco quanto de proteção emocional. Quando vivida de maneira negativa, atravessada pelo medo do julgamento, pelo estigma ou pela solidão, tende a intensificar quadros de ansiedade, depressão e isolamento social. Por outro lado, quando o paciente encontra suporte emocional e social e consegue integrar essas transformações à própria história, a imagem corporal passa a sustentar a autoestima, o vínculo social e o senso de continuidade em si.

A experiência diante do espelho, para muitos pacientes, torna-se um momento delicado. Vestir-se pode deixar de ser um gesto automático e passar a representar um obstáculo cotidiano; o olhar do outro – da família, da equipe de saúde ou da sociedade – transforma-se em um espelho social que tanto pode devolver dignidade quanto cristalizar sofrimento. O corpo, antes vivido como algo íntimo, passa a ser constantemente examinado, tocado e avaliado, o que pode gerar uma desconexão emocional com a própria imagem.

CUIDADO AMPLIADO: QUANDO A IMAGEM TAMBÉM É TERAPÊUTICA

É nesse cenário que a Consultoria de Imagem, quando conduzida com embasamento técnico, escuta ética e integração multiprofissional, deixa de ocupar um lugar superficial e passa a atuar como recurso de cuidado ampliado, explica Sara dos Santos.



Escopo do trabalho

- **Impacto da imagem corporal**
na experiência
do tratamento oncológico;
- **Consultoria de imagem**
como ferramenta de cuidado e
humanização;
- **Capacitação de profissionais de saúde**
para abordagens sensíveis e éticas;
- **Manejo prático da imagem**
durante o tratamento
(perucas, crioterapia etc.);
- **Promoção do cuidado integral:**
corpo, autoestima
e identidade.

Oncologistas, mastologistas, dermatologistas, endocrinologistas, outros profissionais de saúde demandados e consultora de imagem passam a dialogar em torno de um objetivo comum: preservar a dignidade, a autonomia e a identidade do paciente durante o tratamento.

O cuidado com a aparência fragilizada, a orientação sobre perucas, lenços e acessórios, o manejo das eventuais alterações provocadas por algumas terapias ou tratamentos oncológicos e as escolhas de vestuário tornam-se estratégias para ajudar o paciente a se reconhecer novamente. “E isso, não a partir da doença, mas a partir de quem ele continua sendo”, afirma Sara Roberta.

Do ponto de vista psicológico, esse cuidado pode devolver ao paciente uma sensação de controle em um momento marcado por perdas e incertezas. Escolher a cor de um lenço, o caimento de uma roupa ou a forma como deseja se apresentar ao mundo torna-se um exercício simbólico de autonomia. Mais do que aparência, trata-se de recuperar a experiência ativa sobre o próprio corpo, frequentemente atravessada por decisões médicas inevitáveis.

A TRAVESSIA DO TRATAMENTO E A RECONSTRUÇÃO DA IMAGEM CORPORAL

A mudança da imagem corporal ao longo de um tratamento de saúde não ocorre de forma linear. Há momentos de perda, adaptação, reconstrução e, muitas vezes, ressignificação. Cada fase impõe novos desafios: do impacto inicial do diagnóstico às marcas deixadas por cirurgias, terapias sistêmicas e radioterapia.

A abordagem multiprofissional da Consultoria de Imagem permite acompanhar essa travessia de forma individualizada, respeitando o tempo, os limites e os desejos de cada paciente. Em alguns casos, o foco está na prevenção e no manejo de efei-

tos colaterais; em outros, na manutenção da autoestima ao longo do tratamento. Em todos, o cuidado busca evitar tanto a imposição de padrões estéticos irreais quanto a ideia de que o paciente precisa “disfarçar” a doença ou sustentar uma narrativa obrigatória de força.

As psicólogas da instituição alertam para os riscos de transformar ferramentas de autocuidado em exigências sociais. O corpo que sofre alterações por conta de tratamento é, por definição, um corpo frágil – e cuidar dele exige escuta atenta para não reforçar estigmas, expectativas inalcançáveis ou o imperativo do “guerreiro” que não pode sofrer.

UM CUIDADO QUE TAMBÉM TRANSFORMA A PRÁTICA EM SAÚDE

Ao reconhecer a imagem corporal como parte integrante do cuidado oncológico, o Hospital Sírio-Libanês amplia a experiência do paciente e provoca uma transformação na prática assistencial. “O olhar da equipe se desloca do protocolo exclusivamente médico e técnico para incorporar dimensões psicossociais que influenciam direta-

mente a vivência do tratamento, a adesão terapêutica e a qualidade de vida”, afirma Sara dos Santos.

Estudos indicam que pacientes que se sentem mais seguros com sua imagem tendem a apresentar maior engajamento no tratamento, melhor manejo dos efeitos colaterais e maior bem-estar emocional. Cuidar da imagem, nesse sentido, não significa negar a doença, mas oferecer recursos para enfrentá-la com mais presença, autonomia e humanidade. Uma pesquisa feita com mulheres em quimioterapia apontou que 97,9% das entrevistadas destacaram a importância de orientações específicas sobre imagem no contexto do tratamento (Revista Brasileira de Enfermagem, março de 2025).

Ao considerar a imagem como parte do tratamento, o cuidado se estende à forma como o paciente se vê, e esse olhar, refletido no espelho, pode transformar a maneira como ele atravessa a doença. Pioneiro e com o paciente no centro do cuidado, o Sírio-Libanês é uma das primeiras instituições a integrar o cuidado com a imagem ao tratamento de saúde. “À frente do serviço de Consultoria de Imagem há mais de uma década, não tenho conhecimento de outra instituição de saúde que ofereça o serviço”, conclui Sara, líder da área. ■

SERVIÇO

I Seminário de Consultoria de Imagem

Mais do que aparência, um olhar sobre o humano guiado por profissionais de saúde.

22 DE MAIO DE 2026
DAS 8H ÀS 17H30

Evento presencial e gratuito

Faculdade Sírio-Libanês - Campus Bela Vista - São Paulo

Endereço: Rua Professor Daher Cutait, 69

O evento é destinado exclusivamente a profissionais de saúde.



9nong / Shutterstock



MEIO SÉCULO DE TRABALHO DEDICADO À SAÚDE E AO SÍRIO-LIBANÊS

Professor titular da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP) e referência em urologia, Dr. William Carlos Nahas construiu uma trajetória que une assistência, ensino, gestão e excelência

O Dr. William Carlos Nahas é médico urologista, professor titular de Cirurgia da Medicina da USP e uma das principais referências brasileiras em uro-oncologia e transplante renal. Graduado e pós-graduado pela mesma Instituição, construiu trajetória marcada pela integração entre assistência, ensino e gestão em saúde pública e privada. “Desde cedo tive interesse pela medicina, influenciado pela família árabe, que sempre valorizou a profissão, e por meus tios médicos”, relembra. A escolha pela urologia se consolidou ainda na graduação, onde foi impulsionada pela convivência com amigos que participavam do time de basquete da faculdade e o motivaram a escolher a área cirúrgica e a especialidade de urologia.

Sua relação com o Hospital Sírio-Libanês começou na formação: “Estagiei na UTI do Sírio-Libanês, a primeira UTI privada do Brasil, do quarto ao sexto ano da minha graduação, todas as quartas-feiras, das 19h às 24h”, orgulha-se. Ali, Dr. Nahas conta que tinha oportunidade de avaliar pacientes e discutir casos. Bem

como, a possibilidade de frequentar a instituição e ter contato com médicos de larga experiência, a maioria da própria Faculdade de Medicina da USP. “Foi uma oportunidade ímpar para meu desenvolvimento e enriquecimento”, completa. No fim da residência, – Dr. Nahas faz questão de declarar – se casou com a então estudante do terceiro ano de medicina, Silvia. “Com quem estou casado até hoje. Tivemos 3 filhos, a mais velha também seguiu a carreira de medicina, é dermatologista e trabalha com a mãe”, declara o pai e marido, William Nahas.

Atuou como plantonista no Hospital Sírio-Libanês, aos sábados à noite, durante os últimos 2 anos de residência. Logo após, estagiou em urologia no Hospital Necker-Enfants Malades, em Paris, durante 1 ano. Retornou ao Brasil para seguir carreira acadêmica e assistencial. No Sírio-Libanês, entre outros feitos, é chefe do núcleo de Urologia. “Onde tenho a oportunidade de trabalhar com um grupo seleto de urologistas, que foi considerado, na última publicação da revista Newsweek, o 13º melhor serviço de Urologia, entre os 125 serviços do globo avaliados”, orgulha-se. E, nos últimos 6 anos, passou a integrar também o Conselho de Administração do Hospital. “Tenho grande afeição pela instituição, onde trabalho há quase 50 anos, e me orgulho da busca permanente pela excelência”, afirma.

Atualmente é responsável, ainda, pela gestão da oncologia no Instituto do Câncer do Estado de São Paulo (ICESP), além de coordenar o Serviço de Urologia do Hospital das Clínicas da FMUSP. Ao longo de sua carreira, recebeu inúmeros reconhecimentos, e o mais recente deles chegou durante essa entrevista: Medalha de Honra e Mérito da Gestão Pública em Saúde “Walter Leser”, concedida pelo Governo do Estado de São Paulo, em reconhecimento aos relevantes serviços prestados ao SUS. “Fico muito honrado com esse reconhecimento”, conclui. ■

Foto Rachel Guedes



SÍRIO-LIBANÊS

2ª Corrida SÍRIO-LIBANÊS

Rumo a uma vida mais saudável.



Inscrições abertas

São Paulo (Parque do Povo)
29MAR



Escaneie o QR Code e inscreva-se.

Sírio-Libanês *a caminho*

*Onde a vida acontece,
a saúde acompanha.*



A excelência do Sírio-Libanês, onde você estiver.

Coleta domiciliar de exames laboratoriais, aplicação de vacinas e outros procedimentos no conforto da sua casa, no trabalho ou onde preferir.



Sem taxa de deslocamento



Ampla cobertura de convênios



Profissionais especializados



Tecnologia avançada para exames e diagnósticos



Acesse nosso site pelo QR Code ao lado e saiba mais.



SÍRIO-LIBANÊS

* Áreas de Cobertura: São Paulo Capital e Grande São Paulo, Campinas, Jundiaí, Valinhos e Vinhedo.