

06 de agosto de 2024



---

Olá, MedCofer!

**Vamos começar o dia com uma novidade quentinha da MedCof?♥**

Nossa **CofLetter** foi criada para **ajudar e estimular** nossos médicos e futuros médicos do Brasil a ficarem por dentro de **todas as notícias e atualizações mundiais** da área da medicina, com conteúdos feitos por um de nossos médicos especialistas. Além disso, pensamos muito na **saúde mental e emocional** dos nossos MedCoffers. Por isso, todas as edições terão conteúdos de **entretenimento médico, motivacional, dicas**, e muito mais!

O envio da CofLetter será sempre às **segundas-feiras às 07h05 da manhã**. Cada edição terá algo novo e exclusivo para vocês!

Então, se você curtir essa leitura de hoje, não deixe de nos avaliar, e caso você **não queira mais receber** nossa CofLetter, pode se **descadastrar** ao final da página, queremos sempre o melhor para nosso leitor.

Tenha foco e **boa leitura!**

---

## PAPO DE MÉDICO

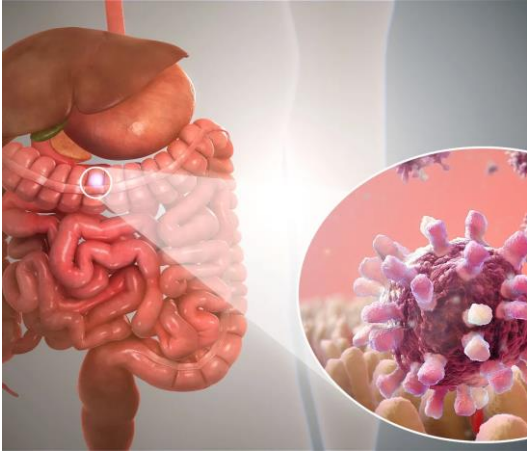
### Whipple X Whipple

No vasto universo da medicina, encontramos epônimos (que vem até diminuindo, isso é verdade). Mas muitos, além de epônimos, são homônimos (Newsletter de medicina ou português???).

**Vamos falar de um dos mais conhecidos:**

## A Doença de Whipple

Descoberta em 1907 pelo patologista **George Hoyt Whipple**, a Doença de Whipple é uma rara infecção bacteriana que pode afetar múltiplos sistemas do corpo, principalmente o trato gastrointestinal. Ela é causada pela bactéria *Tropheryma whipplei* e, apesar de ser séria, é tratável com antibióticos.



MedCof | Foto: Freepik

## A Cirurgia de Whipple

Por outro lado, a Cirurgia de Whipple, ou **pancreatoduodenectomia**, é um procedimento cirúrgico complexo que é realizado principalmente para tratar câncer de pâncreas localizado na cabeça do órgão. E quem deu nome à essa cirurgia? O cirurgião **Allen Oldfather Whipple**, que a popularizou na década de 1930.

**Então, qual é a relação entre eles?**

Aqui vem a surpresa: **nenhuma!**



Além do sobrenome, George Hoyt Whipple e Allen Oldfather Whipple **não têm qualquer** ligação direta.

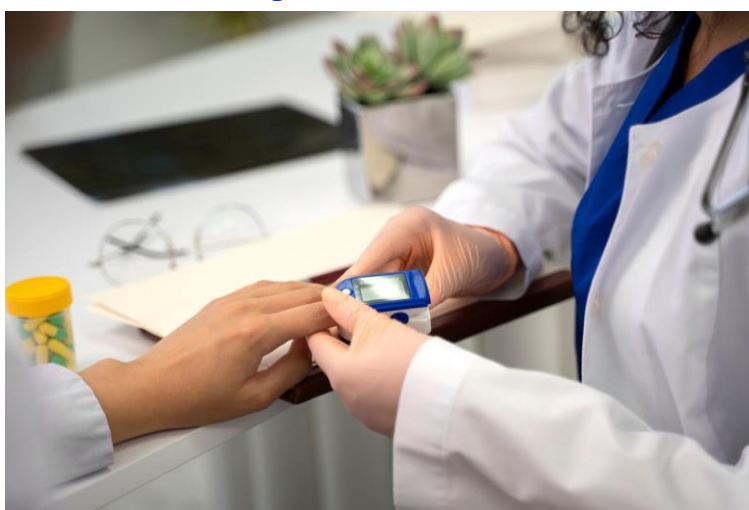
A única relação é que os dois caem em prova de residência, mas o Medcoffer acerta ambos, fiquem tranquilos.

**Gostou do aprendizado?** Fique ligado nas próximas edições para mais curiosidades e dicas essenciais para sua carreira!

**Conteúdo feito pelo: Dr. Thomas Kentish | Médico Parceiro MedCof**

---

## Nova Atualização dos Critérios Diagnósticos de Diabetes Mellitus pela SBD



MedCof | Foto: Freepik

[A Sociedade Brasileira de Diabetes \(SBD\)](#) lançou uma nova atualização para os critérios diagnósticos de Diabetes Mellitus. Entrou como critério a glicemia 1h após sobrecarga oral. Ninguém duvida que isso vai cair esse ano mais que pressão em choque séptico, né?

### **Critérios de Diagnóstico Atualizados**

- Glicemia de jejum:  $\geq 126$  mg/dL
- HbA1c:  $\geq 6,5\%$
- Glicemia no TTGO-1h:  $\geq 209$  mg/dL
- Glicemia no TTGO-2h:  $\geq 200$  mg/dL
- Diagnóstico na presença de sintomas típicos de hiperglicemia e glicemia ao acaso:  $\geq 200$  mg/dL

### **Teste de Tolerância à Glicose Oral (TTGO):**

- Preferência pelo TTGO-1h: Por ser mais prático e preciso.
- Pontos de corte: TTGO-1h ( $\geq 209$  mg/dL para DM,  $\geq 155$  mg/dL para pré-diabetes).

Fiquem atentos e nos acompanhem! Avisaremos todas as novidades!

*Conteúdo feito pelo: Dr. Thomas Kentish | Médico Parceiro MedCof*

---

## Revalidação de Diploma Médico nos EUA [?](#)



A MedCof, em mais um exemplo de seu ímpeto vanguardista, recentemente fez um post detalhado sobre a revalidação de diploma médico nos EUA, e estamos animados para compartilhar mais informações com vocês. Afinal, sabemos que é o sonho de MUITA gente ir trabalhar na terra do Tio Sam.

O processo de revalidação pode parecer desafiador, mas com o conhecimento certo, é totalmente alcançável. Aqui estão alguns postos-chave do processo:

### 1. USMLE (United States Medical Licensing Examination):

- Etapas: O USMLE é composto por três etapas: Step 1, Step 2 CK (Clinical Knowledge) e Step 3.
- Step 1: Foca nas ciências básicas e é geralmente considerado o mais difícil.
- Step 2 CK: Avalia o conhecimento clínico necessário para a prática médica.

- Step 3: Testa a capacidade de aplicar conhecimento médico e compreensão da ciência biomédica essencial para a prática da medicina sem supervisão.

## 2. Residência Médica:

- Match Process: Após passar no USMLE, é necessário aplicar para programas de residência médica através do NRMP (National Resident Matching Program).

[Clique aqui](#) para ficar por dentro sobre MedCof USA - USMLE Prep.

Faremos **história** nesse tema 🗣️!

*Conteúdo feito pelo: Dr. Thomas Kentish | Médico Parceiro MedCof*

---

## Let's Chill CofLover



## Uma Dica de Filme 🎬

### Filme da Semana: A Felicidade Não se Compra

Estreamos essa nossa sessão reforçando, caros alunos: medicina não é tudo!! E hoje daremos uma indicação de um filme. Um gigantesco clássico do grande cineasta Frank Capra: "A Felicidade Não se Compra" (It's a Wonderful Life).

### Por que assistir?

- **Inspiração e Reflexão:** O filme aborda a história de George Bailey, um homem que chega ao ponto de desespero, mas recebe a chance de ver como sua vida impactou os outros. É uma lição poderosa de como cada ato de bondade faz a diferença.
- **Valores Humanos:** O filme destaca a importância da família, amizade, comunidade e o verdadeiro significado da felicidade.

Acaba sendo, algo que vai além da medicina, muito bom para aplicar na nossa prática. Afinal, a rotina de atendimento pode nos mecanizar demais. Para nós, pode ser apenas mais um paciente. Mas para eles, somos um ponto de apoio.

*Conteúdo feito pelo: Dr. Thomas Kentish | Médico Parceiro MedCof*

---

### 3 Dicas para Aproveitar Seu Plantão (Versão Internato)



Sabemos que a rotina de um interno pode ser exaustiva. E não precisa ficar longas horas sentado em algum banco sem encosto (se sobra algum, né)! Por isso, trouxemos três dicas práticas para ajudar a otimizar seu tempo e tornar seus plantões mais produtivos e menos estressantes.

#### 1. Amplie sua network!

- **Se apresente:** Antes de começar o plantão, se apresente educadamente. Veja, sabemos que nem sempre terá a melhor receptividade. Mas a educação e a atitude prestativa costumam desarmar muito!

- **Proatividade:** Engaje nas discussões de caso. Traga dúvidas dos estudos em casa. Todos sabem da sua realidade acadêmica. Não se preocupe em ser perfeito. Queira aprender.

## 2. Estudo Inteligente

- **Leve Material de Estudo:** Sempre tenha um livro ou artigos científicos para ler nos momentos de calma. Assim, você aproveita para se atualizar e revisar conteúdos importantes;
- **Use e abuse dos cofexpress:** Nossos vídeos de revisão ajudam a rever, nos momentos de calma, o assunto do que está sendo abordado no plantão e facilita no estudo aprofundado.

## 3. Cuide de Você

- **Pausas Regulares:** Faça pequenas pausas durante o plantão para respirar e descansar a mente. Isso pode aumentar sua produtividade e diminuir o estresse;
- **Alimentação e Hidratação:** Não negligencie sua saúde! Leve lanches saudáveis e mantenha-se hidratado.

Conteúdo feito pelo: *Dr. Thomas Kentish | Médico Parceiro MedCof*

---

## LEIA TAMBÉM BLOGMEDCOF

 [Diabetes Mellitus](#)

 [Asma](#)

 [Atualizações gerais da medicina](#)

---

## Nota de rodapé

O que você achou da edição de hoje?

 [Muito boa](#)

 [Boa](#)

 [Mediana](#)

---



**Compartilhe nossa CofLetter** e ajude seus amigos, familiares, conhecidos a ficarem por dentro de tudo sobre o mundo da medicina, com conteúdos acadêmicos, de entretenimento, atualizações em nível mundial e ***muito mais!***