

Curso

Genética e Epigenética do Antiaging



## Curso

### Genética e Epigenética do Antiaging

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 6 ECTS
- » Tempo Dedicado: 16 horas/semana
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Acesso ao site: [www.techtitute.com/pt/medicina/curso/curso-genetica-epigenetica-antiaging](http://www.techtitute.com/pt/medicina/curso/curso-genetica-epigenetica-antiaging)



# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 5*

02

Objetivos

---

*pág. 9*

03

Direção do curso

---

*pág. 13*

04

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 17*

05

Metodologia

---

*pág. 21*

06

Certificação

---

*pág. 29*

01

# Apresentação

A estética e o culto do corpo são uma parte fundamental da sociedade de hoje. Como resultado, cada vez mais homens e mulheres se submetem a tratamentos antienvhecimento, com o objetivo de alcançar a "juventude eterna".





“

*Não hesite em atualizar-se com este curso de Genética e Epigenética do Antiaging, onde encontrará os últimos desenvolvimentos na área"*

A importância da imagem pessoal está a crescer cada vez mais na nossa sociedade, o que leva a que um grande número de pessoas decida submeter-se a tratamentos cosméticos, nomeadamente para evitar o envelhecimento físico.

Os mecanismos moleculares por detrás do envelhecimento humano são conhecidos, sendo, então, possível atrasá-los e rejuvenescer. O cuidado da pele depende tanto de diversos agentes externos, como dos nutrientes que recebe através da alimentação.

Os tratamentos antienvelhecimento devem ter como objetivo prolongar a vida com qualidade, uma vez que a prevenção é a base da longevidade. Assim, uma compreensão do stress oxidativo, da disfunção endotelial, dos indicadores cardiometabólicos e da intervenção geral no estilo de vida são essenciais para se conseguir uma melhor qualidade de vida.

O Curso de Genética e Epigenética do *Antiaging* é uma capacitação concebida para fornecer aos médicos os conhecimentos necessários para implementar a especialização na sua vida profissional. Proporciona um equilíbrio adicional à vida profissional e abre uma porta para a crescente procura da área da saúde.

Este **Curso de Genética e Epigenética do Antiaging** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. As suas principais características são:

- O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Genética e Epigenética do *Antiaging*
- O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático do curso reúne informações científicas e práticas sobre as disciplinas essenciais para a prática profissional
- As novidades sobre a Genética e Epigenética do *Antiaging*
- Exercícios práticos para a evolução da aprendizagem através da autoavaliação
- O seu foco especial nas metodologias inovadoras da Genética e Epigenética do *Antiaging*
- Palestras teóricas, perguntas ao especialista, fóruns de discussão sobre questões controversas e atividades de reflexão individual
- Acesso aos conteúdos a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à internet



*Amplie os seus conhecimentos através deste Curso de Genética e Epigenética do Antiaging, que lhe permitirá especializar-se até atingir a excelência neste campo”*

“

*Este Curso é o melhor investimento que pode fazer na seleção de um curso de atualização por duas razões: além de atualizar os seus conhecimentos em Genética e Epigenética do Antiaging, também obterá um certificado emitido pela TECH Universidade Tecnológica”*

O corpo docente deste curso é formado por profissionais da área de Medicina Estética que trazem a experiência do seu trabalho para este curso, além de especialistas reconhecidos de sociedades científicas de referência e universidades de prestígio.

Graças ao seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, o profissional terá acesso a uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente de simulação que proporcionará uma capacitação imersiva concebida para preparar situações reais.

A conceção deste curso baseia-se na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual médico deverá resolver as diferentes situações da prática profissional que surgirem ao longo do curso. Para tal, o professor poderá contar com a assistência de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas reconhecidos e experientes na área da Genética e Epigenética do *Antiaging*.

*Não hesite em frequentar este curso connosco. Encontrará o melhor material didático com aulas virtuais.*

*Este Curso 100% online permitir-lhe-á conciliar os seus estudos com a sua profissão enquanto aumenta os seus conhecimentos neste campo.*



# 02 Objetivos

O Curso de Genética e Epigenética do *Antiaging* destina-se a facilitar o desempenho do profissional dedicado ao ensino, através dos últimos avanços e dos tratamentos mais inovadores da área.





“

*Especialize-se em Genética e Epigenética do Antiaging e conheça os últimos avanços nesta área da Medicina Estética”*



## Objetivos gerais

---

- Aprender todas as modalidades de antienvhecimento e os seus tratamentos estéticos, incorporando as ferramentas necessárias para exercer esta especialidade na prática diária
- Aprender a controlar, atrasar e prevenir o envelhecimento dos dias de hoje

*Um curso completo que lhe permitirá  
manter-se atualizado nas últimas  
novidades em Genética e Epigenética do  
Antiaging.*

A green decorative line graphic consisting of a horizontal line that turns 90 degrees upwards and then 90 degrees to the right, ending in a small square shape.



## Objetivos específicos

---

- Obter conhecimentos sobre o envelhecimento da pele e os tratamentos *antiaging*
- Conhecer os aspetos genéticos do envelhecimento da pele
- Descobrir que aspetos nutricionais estão relacionados com os tratamentos de medicina estética

03

# Direção do curso

O corpo docente do curso conta com especialistas de referência em Medicina Estética, que trazem para esta capacitação toda a sua experiência profissional. Além disso, outros peritos de reconhecido prestígio participam na sua concepção e no seu desenvolvimento, completando o curso de forma interdisciplinar.





“

*Os principais especialistas em Medicina Estética reuniram-se para lhe mostrar todo o conhecimento que possuem nesta área”*

## Direção



### Dra. Pilar Lacosta Esclapez

- ♦ Chefe da Unidade de Lipedema, Departamento de Medicina Estética nos Hospitais Viamed
- ♦ Responsável pelo Departamento de Medicina Estética Oncológica na Clínica de Cirurgia Plástica do Dr. Granado Tiogonce
- ♦ Responsável pela Unidade de Qualidade de Vida do Doente Oncológico
- ♦ Médica Estética do Hospital Nuestra Señora de La Paloma
- ♦ Médica Estética na Clínica Pilar Lacosta
- ♦ Diretora Médica do Centro de Dependência Sergesa
- ♦ Diretora da Unidade de Medicina Estética Oncológica na clínica do Dr. Granado em Pozuelo de Alarcón
- ♦ Diretora médica da clínica Dra. Pilar Lacosta em Boadilla del Monte
- ♦ Algumas das sociedades a que pertence: Membro da Direção do grupo de especialistas em medicina estética em doentes oncológicos (GEMEON), SEMNO (Sociedade Espanhola de Nutrição e Medicina Ortomolecular), SEME (Sociedade Espanhola de Medicina Oncológica Estética), SEME (Sociedade Espanhola de Medicina Estética Oncológica)



### **Dra. Margarita Mosquera González**

- ◆ Diretora Médica da área de Medicina Estética Integral. Clínica C&M. Rivas. Madrid
- ◆ Médica Especialista na Unidade de Medicina Preventiva do Hospital Universitário Fundación Alcorcón
- ◆ Especialista em Medicina Estética e Antienvhecimento

## **Professores**

### **Dra. María Ramos Trujillo**

- ◆ Médica Estética especialista em Qualidade de Vida e Cuidados Médico-Estéticos
- ◆ Responsável pelas secções de Codificação Clínica, Arquivo e Gestão Documental
- ◆ Presidente da Comissão de Histórias Clínicas e Mortalidade no Hospital General Universitario de Castellón
- ◆ Porta-voz do Comité de Segurança dos Pacientes do Hospital Geral Universitario de Castellón
- ◆ Porta-voz do "Comité de Ética de la Investigación con Medicamentos" (CEIM) do Hospital

### **Dr. Luis Miguel Zetina Toache**

- ◆ Diretor Médico da Oncomédica Cancer Consultants
- ◆ Afiliado à MSD Global Lung Scientific Symposium

04

# Estrutura e conteúdo

A estrutura do conteúdo foi elaborada pelos melhores profissionais da Medicina Estética, com ampla experiência e prestígio na profissão, reconhecidos pelo volume de casos revistos, estudados e diagnosticados, e com um amplo domínio das novas tecnologias aplicadas à docência.







“

*Este Curso de Genética e Epigenética do Antiaging conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.*

## Módulo 1. Genética e Epigenética do *Antiaging* Sistêmico e Cutâneo. Implicações Terapêuticas

- 1.1. Introdução ao conceito de *antiaging* sistêmico, um complemento necessário à Medicina Estética
  - 1.1.1. O Homem é um ser mortal e o envelhecimento é uma lei inexorável da natureza. Da filosofia à ciência
  - 1.1.2. "Esperança de vida", "longevidade" e "mortalidade cardiovascular"
  - 1.1.3. Idade cronológica e idade biológica
  - 1.1.4. Teorias do envelhecimento
  - 1.1.5. Justificação para uma área da medicina específica do envelhecimento: Características comuns do envelhecimento. Abrandar o processo e melhorar a qualidade de vida como um desafio para a medicina moderna
  - 1.1.6. A Medicina AA como complemento da Medicina Estética
  - 1.1.7. Origens da medicina *antiaging*
    - 1.1.7.1. O nascimento de uma nova medicina, não de um simples termo
    - 1.1.7.2. Perspetiva histórica
    - 1.1.7.3. Os precursores do *Antiaging*
    - 1.1.7.4. Perspectivas atuais e futuras
- 1.2. A importância do historial médico e uma boa avaliação inicial para que o nosso plano *antiaging* seja realmente eficaz
  - 1.2.1. O lugar do registo médico
  - 1.2.2. Avaliação analítica para além da convencional
  - 1.2.3. Testes básicos funcionais e de imagem
  - 1.2.4. Genética elementar
  - 1.2.5. Biomarcadores
  - 1.2.6. O lugar preferencial da aptidão cardiorrespiratória na avaliação inicial como principal marcador da mortalidade global, e não apenas CV
  - 1.2.7. Outros testes
- 1.3. Aspectos genéticos do envelhecimento. Envelhecimento da pele
  - 1.3.1. Genética do envelhecimento. Visão geral
  - 1.3.2. Regulação genética básica



- 1.3.3. Genética do stress oxidativo e da bateria antioxidante
  - 1.3.3.1. Regulação genética da produção de ROS
  - 1.3.3.2. Regulação dos genes da bateria antioxidante intracelular
  - 1.3.3.3. Regulação das defesas antioxidantes periféricas e o importante papel da haptoglobina
- 1.3.4. Genética das enzimas sirtuínas, antioxidantes no nosso ADN
- 1.3.5. A pele como um tecido pluricelular e multifuncional
- 1.3.6. O fascinante mundo das ceramidas na pele e além dela
- 1.3.7. Interação dos genes com o ambiente no envelhecimento cutâneo
- 1.4. Genética da longevidade e epigenética
  - 1.4.1. Introdução
  - 1.4.2. As grandes contribuições de Paola Sebastiani e Elizabeth Blackburn para o mundo da longevidade
  - 1.4.3. O papel do telómero no *Antiaging*
    - 1.4.3.1. Visão geral
    - 1.4.3.2. Qual é a percentagem de telómeros curtos que contribui para a avaliação inicial e acompanhamento de um bom *Antiaging*?
  - 1.4.4. Introdução à epigenética e os seus tipos
  - 1.4.5. Mecanismos epigenéticos
    - 1.4.5.1. Metilação de ADN
    - 1.4.5.2. Modificações de histonas
    - 1.4.5.3. Remodelação de cromatina
    - 1.4.5.4. MicroRNA ou epigenética transcricional
- 1.5. Aspectos nutricionais nos tratamentos de medicina estética
  - 1.5.1. Introdução
  - 1.5.2. Tipos de dietas
  - 1.5.3. Dieta à base de proteínas. Avaliação de acordo com a causalidade e intervenção
  - 1.5.4. Jejum intermitente
- 1.6. Cronobiologia nutricional
  - 1.6.1. Bases da cronobiologia
  - 1.6.2. Ritmos biológicos e relógio central
  - 1.6.3. Ritmicidade diária do cérebro (monoaminas) e periférica (hormonas)
  - 1.6.4. Ritmos circadianos e ingestão alimentar
  - 1.6.5. Micronutrição
- 1.7. Os segredos de um bom suplemento *antiaging* com valor acrescentado para o rejuvenescimento da pele
  - 1.7.1. Introdução
  - 1.7.2. Rejuvenescimento da pele
  - 1.7.3. Tratamento antioxidante
  - 1.7.4. Fitonutrientes e probióticos
  - 1.7.5. Retinóides e a sua relação com a epigenética
- 1.8. Intervenção "global" no estilo de vida como um elemento-chave na abordagem epigenética do paciente
  - 1.8.1. Porque não se deve deixar tudo para os suplementos
  - 1.8.2. Intervenção "global" no estilo de vida como um elemento-chave na abordagem epigenética do paciente
  - 1.8.3. Melhore o estilo de vida dos seus pacientes
- 1.9. O stress crónico como dinamizador do processo de envelhecimento. Estratégias de modulação
  - 1.9.1. O stress crónico como dinamizador do processo de envelhecimento
  - 1.9.2. Interação entre o stress crónico psíquico, o stress oxidativo e o stress do retículo
  - 1.9.3. Sistemas de Resposta ao Stress Crónico
  - 1.9.4. Esgotamento das reservas, inflexibilidade metabólica e disfuncionalidade
  - 1.9.5. Categorias modificáveis de HPA (hipotalâmico-hipófise-adrenal) associadas ao stress
  - 1.9.6. Desregulação Glicémica e Disfunção do Eixo HPA
  - 1.9.7. Quebrar o ciclo de stress, cortisol, insulina, adiposidade e inflamação
  - 1.9.8. Estratégias de modulação. Visão geral
  - 1.9.9. Estratégias terapêuticas para melhorar a funcionalidade do eixo HPA
  - 10.9.10. Nutracêuticos de apoio
- 1.10. Medicina estética no doente oncológico
  - 1.10.1. O doente oncológico. O que é o cancro?
  - 1.10.2. A qualidade de vida dos pacientes oncológicos e a Medicina Estética: o poder de cura da imagem
  - 1.10.3. Testes pré-intervenção em pacientes oncológicos
  - 1.10.4. Intervenção do médico estético antes, durante e após o tratamento oncológico
  - 1.10.5. Nutrição no doente oncológico

05

# Metodologia

Este curso de capacitação oferece um método diferente de aprendizagem. A nossa metodologia foi desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclica:

***o Relearning.***

Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo, sendo considerado um dos mais eficazes por publicações líderes, tais como o ***New England Journal of Medicine.***



“

*Descubra o Relearning, um sistema que renuncia à aprendizagem linear convencional e que o encaminhará por meio de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”*

## Na TECH, usamos o Método de Casos Práticos

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Ao longo do curso, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos de simulação baseados em pacientes clínicos reais em que devem investigar, estabelecer hipóteses e, finalmente, resolver a situação. Há provas científicas abundantes sobre a eficácia do método. Os especialistas aprendem melhor, mais depressa e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

*Com a TECH, poderá experimentar uma forma de aprendizagem que compromete as bases das universidades tradicionais de todo o mundo.*



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se converte num "caso", num exemplo ou modelo que ilustra alguma componente clínica peculiar, quer pelo seu poder de ensino, quer pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso se baseie na vida profissional atual, tentando recriar as condições reais na prática profissional do médico.

“

*Sabia que este método foi desenvolvido em Harvard, em 1912, para os alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar-lhes situações verdadeiramente complexas para que tomassem decisões e justificassem a forma de as resolver. Em 1924, foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard”*

#### A eficácia do método justifica-se com quatro objetivos fundamentais:

1. Os alunos que seguem este método não só conseguem a assimilação de conceitos, como também o desenvolvimento da sua capacidade mental, através de exercícios que avaliam situações reais e a aplicação de conhecimentos.
2. A aprendizagem traduz-se solidamente em competências práticas que permitem ao aluno uma melhor integração na prática diária.
3. A assimilação de ideias e conceitos é mais fácil e eficiente, graças ao uso de situações que surgiram a partir da realidade.
4. O sentimento de eficiência do esforço investido torna-se um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz num maior interesse pela aprendizagem e num aumento da dedicação ao curso.



## Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia dos Casos Práticos com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Potenciamos os Casos Práticos com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

*O profissional irá aprender através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes de aprendizagem simulados. Estas simulações são desenvolvidas com software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.*





Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluem os seus estudos, no que respeita aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Esta metodologia já capacitou mais de 250.000 médicos com enorme sucesso em todas as especialidades clínicas, independentemente da carga cirúrgica. A nossa metodologia de ensino é desenvolvida num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário de perfil socioeconómico alto e uma idade média de 43,5 anos.

*O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e maior desempenho, envolvendo-o mais na sua especialização e permitindo-lhe desenvolver um espírito crítico e defender argumentos e opiniões contrastantes: uma fórmula para o sucesso.*

No nosso curso, a aprendizagem não é um processo linear; acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Por isso, combinamos cada um destes elementos de forma concêntrica.

A pontuação global do sistema de aprendizagem da TECH é de 8.01 em relação aos mais elevados padrões internacionais.



Este curso oferece o melhor material didático, cuidadosamente preparado para os profissionais:



#### Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados especialmente pelos peritos que irão ministrar o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são então adaptados para o formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem componentes de alta qualidade, presentes em cada um dos materiais colocados à disposição do aluno.



#### Técnicas cirúrgicas e procedimentos em vídeo

A TECH faz chegar ao aluno as técnicas mais inovadoras, com os últimos avanços educacionais que estão na vanguarda da atual situação das técnicas médicas. Tudo isto, em primeira pessoa, com o máximo rigor, explicado e detalhado para a assimilação e compreensão do aluno. E o melhor de tudo é que pode assistir quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

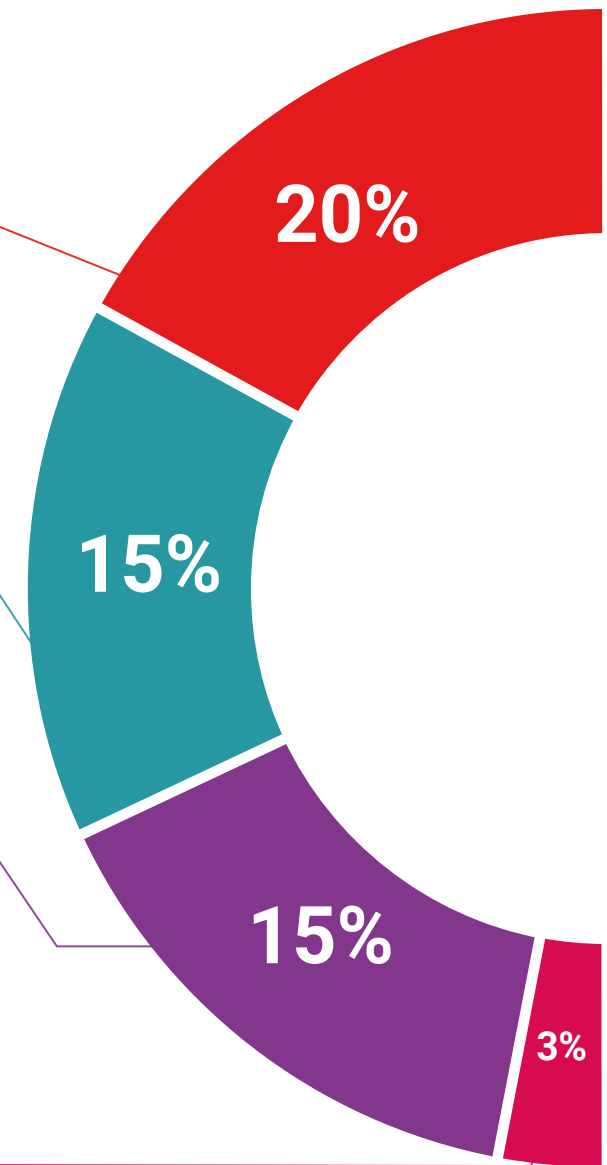
A equipa da TECH apresenta os conteúdos de forma atrativa e dinâmica através de materiais multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceptuais, a fim de reforçar o conhecimento.

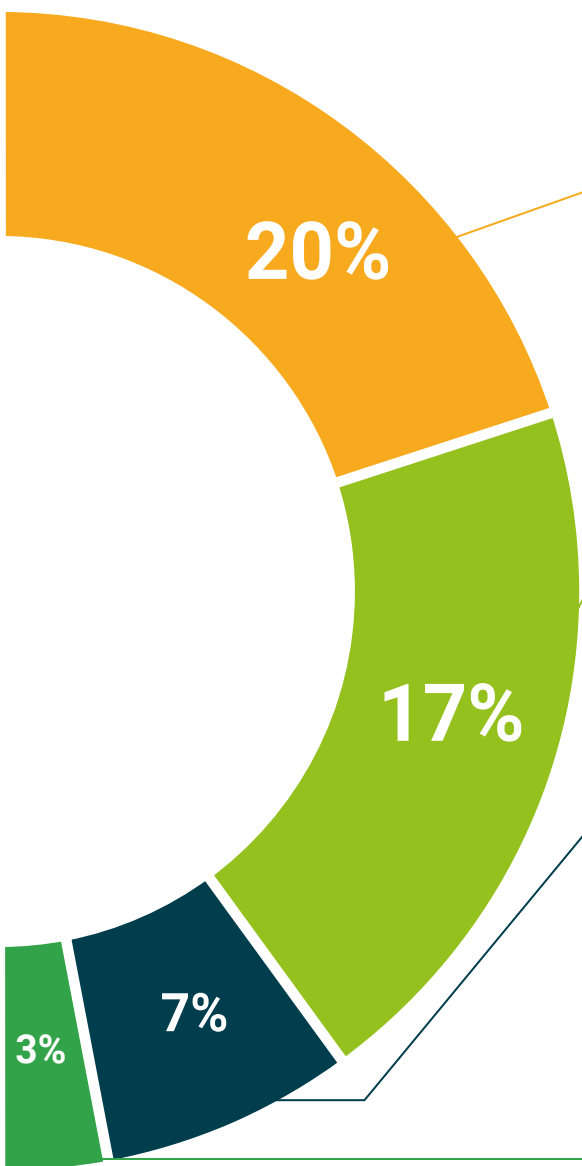
Este sistema educativo único que integra a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como um "Caso de Sucesso Europeu".



#### Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e guias internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH, o aluno terá acesso a tudo o que precisa para completar a sua capacitação.





#### Análise de casos desenvolvidos e liderados por especialistas

A aprendizagem eficaz tem de ser necessariamente contextual. Por isso, a TECH apresenta a execução de casos reais, em que o especialista guiará o aluno através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



#### Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo do curso, por meio de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que o aluno controle o cumprimento dos seus objetivos.



#### Masterclasses

Existem provas científicas acerca da utilidade da observação por terceiros especialistas. O que se designa de Learning from an Expert fortalece o conhecimento e a memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.



#### Guias práticos

A TECH oferece os conteúdos mais relevantes do curso sob a forma de planilhas ou guias práticos. Uma forma sintética, prática e eficaz de ajudar o aluno a progredir na sua aprendizagem.



06

# Certificação

O Curso de Genética e Epigenética do *Antiaging* garante, garante, para além do conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

*Conclua este plano de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Curso de Genética e Epigenética do Antiaging** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio, com aviso de receção, o certificado\* correspondente ao título de **Genética e Epigenética do Antiaging**, emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

Este certificado contribui significativamente para o desenvolvimento da capacitação continuada dos profissionais e proporciona um importante valor para a sua capacitação universitária, sendo 100% válido e atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de emprego, concursos públicos e avaliação de carreiras profissionais.

Certificação: **Curso de Genética e Epigenética do Antiaging**

ECTS: **6**

Carga horária: **150 horas**



\*Apostila de Haia Caso o aluno solicite que o seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro  
saúde confiança pessoas  
informação orientadores  
educação certificação ensino  
garantia aprendizagem  
instituições tecnologia  
comunidade compromisso  
atenção personalizada  
conhecimento inovação  
presente qualificação  
desenvolvimento simulação

**tech** universidade  
tecnológica

### Curso

Genética e Epigenética  
do Antiaging

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 6 ECTS
- » Tempo Dedicado: 16 horas/semana
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

# Curso

## Genética e Epigenética do Antiaging

