



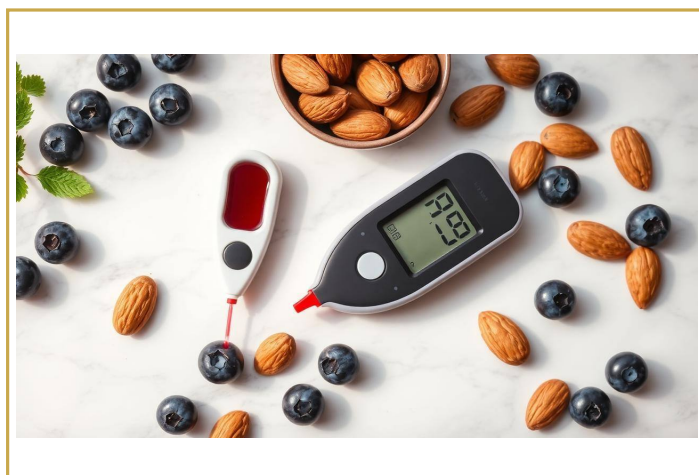
OS 12 NÚMEROS QUE SALVAM

DR. WALTER PIN

Cardiologista · Especialista em longevidade

Sumário

01	Por que 'normal de laboratório' NÃO é saudável · referência ótima x referência ruim	4
02	Os 4 números metabólicos · glicemia, HbA1c, insulina, HOMA-IR	6
03	Os 3 números cardiovasculares · LDL, ApoB, pressão arterial	8
04	Os 2 números inflamatórios · CRP ultrasensível e ferritina	10
05	Os 2 números hormonais · TSH e vitamina D	12
06	O número renal · creatinina, TFG e o seu filtro silencioso	14
07	Protocolo PIN dos 12 números · pacote ideal anual + 2 polêmicas + alarmes	16



A1c, insulina, HOMA) aos cardiovasculares (LDL, ApoB, PA), inflamatórios (CRP, ferritina), hormonais (TSH, Vi

Como usar este eBook

Os ícones a seguir aparecem ao longo do livro para guiar sua leitura e destacar o que é prático aplicar hoje:

EM 30 SEGUNDOS

Bullets dourados no topo do capítulo: leia só isso e já entende o essencial.

DOSE

Quantidade exata recomendada com base em estudos clínicos.

EXAME

Marcador laboratorial a pedir e como interpretar.

ALARME VERMELHO

Sinais de urgência. Procure médico imediatamente.

DR. PIN RECOMENDA

Decisão prática que faria com paciente do consultório.