



FOGACHOS & SUOR

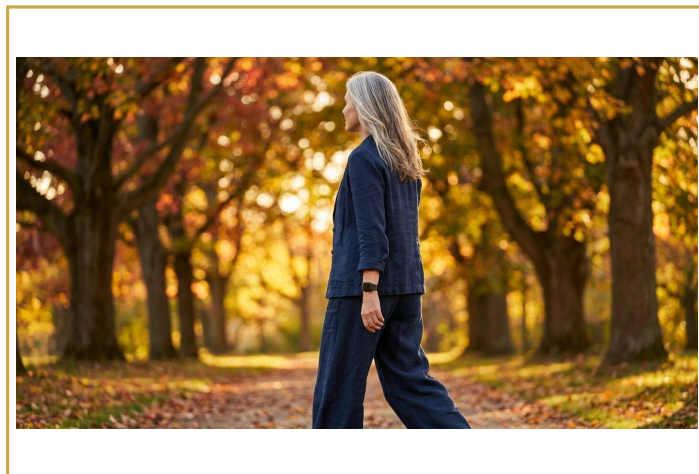
Fogachos & sudorese noturna — neurônios KNDy, termostato hipotalâmico, TRH transdérmica, fezolinetant, gabapentina, ISRS, higiene térmica do sono · Protocolo PIN 90 dias.

DR. WALTER PIN

Cardiologista · Especialista em longevidade

Sumário

01	Fogacho não é frescura — é sintoma vascular real	4
02	Por que acontece — neurônio KNDy e o termostato quebrado	6
03	Protocolo PIN Fogachos — 90 dias para retomar o termostato	8
04	TRH — quem pode, quem não pode, qual usar	10
05	Não-hormonal — quando TRH não é opção	12
06	Sudorese noturna — recuperar o sono que o suor roubou	14



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.