



# FOI A VITAMINA D

*Uma coletânea de sucessos*

PROTOCOLO COIMBRA - BRASIL

# **FOI A VITAMINA D**

*Uma coletânea de sucessos*

PROTOCOLO COIMBRA - BRASIL

**PRIMEIRO VOLUME**

# COMPILAÇÃO

Débora Gonçalves

Ana Claudia Domene

Ana E. D. Gurniak

Priscila Andrade

Shirley Talina

## DESIGN

Pati Mascarenhas

## PREFÁCIO

Yara Corrêa



# ÍNDICE

Apresentação.....	6
Prefácio.....	7
Depoimentos	
Artrite Reumatóide.....	9
Dermatite atópica.....	14
Dermatite Perioral.....	18
Doença de Crohn.....	19
Doença de Parkinson.....	23
Esclerose Múltipla.....	26
Esclerose sistêmica.....	70
Espondilite anquilosante.....	72
Fibromialgia.....	75
Lúpus.....	79
Miastenia gravis.....	82
Neuromielite óptica.....	84
Pênfigo Vulgar.....	86
Polineuropatia de origem autoimune.....	87
Polineuropatia Desmielinizante Inflamatória Crônica..	90
Dermatopoliomiosite.....	91
Psoríase.....	92
Sjögren.....	94
Vitiligo.....	96
Sem diagnóstico .....	97
Links.....	100



# APRESENTAÇÃO

Ajuda. Divulgação. Gratidão.

Ajudar e divulgar como forma de agradecer.

A ideia veio num "estalo" que, imediatamente, se transformou em um pequeno projeto.

Por que não reunir em um livro digital e gratuito os depoimentos dos pacientes publicados na página do Facebook "Protocolo Coimbra Brasil"?

À exceção dos depoimentos de pacientes de outros países e que foram traduzidos, não houve edição dos relatos e, assim, toda a força, emoção e verdade das experiências ficaram preservadas.

Agradecemos a todos pacientes e familiares que, de forma espontânea, publicaram as histórias de vitórias e determinação. Elas são a essência deste, carinhosamente por nós chamado, "livrinho".

Que os depoimentos a seguir possam trazer esperança, alegrias, inspiração e coragem!

Uma excelente leitura!

**Ana E. D. Gurniak**



# PREFÁCIO

Este e-book foi criado com a intenção de espalhar as boas notícias, de que há uma luz no fim do túnel para quem sofre com as doenças autoimunes. O Protocolo Coimbra, tratamento médico seguro e eficaz voltado à neutralização das doenças e não apenas à redução das manifestações dessas doenças (sequelas e sintomas), representa uma nova prática médica, que busca entender as características genéticas, epigenéticas e comportamentais de cada paciente. Os resultados são verdadeiramente assombrosos e se encontram nas páginas a seguir.

Vidas foram mudadas e diagnósticos ruins transformados em histórias de vida plena. Dores, desesperanças e incertezas deram lugar a recomeços com finais felizes. São relatos totalmente espontâneos dados pelos pacientes, que traduzem não só a nova realidade como a gratidão pela oportunidade de nascer de novo. Poder dormir em paz e sem o fantasma de uma doença autoimune não tem preço.

Nossa gratidão ao criador deste tratamento, Dr. Cícero Galli Coimbra! Gratidão imensa. Médico que ousou se colocar no lugar do paciente e questionar grandes interesses financeiros. Não há palavras para descrever o sentimento de quem teve a sua vida transformada. No final do túnel na verdade havia um sol – fonte de vitamina D desde que o mundo é mundo –, e este médico humanista desbravou novos caminhos e trouxe para esses pacientes um futuro ensolarado.

Que a leitura dos testemunhos a seguir possa inspirar mais e mais pessoas a assumir as rédeas da própria vida e a transformar prognósticos ruins em testemunhos de superação e saúde.

**Yara Corrêa**



“

Precisamos ter a proteína da gratidão e  
a enzima da empatia.”

Cicero Galli Coimbra

# ARTRITE REUMATÓIDE

## JULIANA HERKENHOFF

Juliana Herkenhoff, paciente do Protocolo Coimbra há 5 anos para AR:

“Sempre me emociono quando recebo mensagem me agradecendo por ter sido um veículo de informação e incentivo para buscar o Protocolo Coimbra, o que na verdade foi meu primeiro propósito nessa rede.

Ontem recebi mensagem de uma indiana me agradecendo, porque depois de dez anos de tratamento convencional sem sucesso, para Artrite Reumatoide, encontrou o Protocolo Coimbra vendo minhas fotos e textos, o que a fez ver que existia uma saída para seu sofrimento.

Me emocionei como sempre e quando me dei conta de que ela era da Índia, cultura que me deu tanto, que foi também um veículo de enorme transformação e de cura para mim através da Filosofia e prática de Yoga, a imagem que me veio à cabeça foi a de um círculo e logo imaginei nosso planeta dentro desse círculo.

Não que a gente precise de provas, mas existem momentos em que é muito clara a constatação de que realmente somos uma pequena parte de um todo, como uma célula de um organismo enorme, que depende de outras células para manter seu equilíbrio e que independente da distância entre elas, todo o organismo é sempre afetado, para o bem ou para o mal.

#weareone#somostodosum

Ps. Quem tem ou conhece algum portador de autoimune, e que sofre por isso, pode me chamar no DM, existe outra opção que não o sofrimento, não se contente com menos do que a saúde!”

24/08/2019





# ARTRITE REUMATÓIDE

## ESTELINA COSTA

35 ANOS DE ARTRITE REUMATOIDE, 4 ANOS COM O PROTOCOLO COIMBRA:

"Olá pessoal, meu nome é Estelina, sou portadora de artrite reumatoide há 35 anos. Foi uma vida de sofrimento, angústia, depressão e desespero por não vê saída. Vivia em crises, mesmo tomando corticoides, anti-inflamatórios e outros. Foi quando conheci Dr. CARLOS BAYMA, um excelente médico e um ser humano incrível. Na primeira consulta, me passou muita confiança no tratamento com ALTAS DOSES DE VITAMINA D. Há 4 anos estou bem, sem tomar remédios e a doença está controlada. Apesar do sucesso do tratamento, poderia estar melhor, se não fossem as sequelas da doença, por ter chegado tarde ao tratamento. Obrigada Dr. CARLOS, por me ajudar a confiar e conseguir ter uma vida melhor, por dedicar seu tempo e sua vida, sempre buscando o melhor para seus pacientes, e assim ajudando pessoas a ter uma vida melhor e com saúde. Gratidão Dr. CARLOS BAYMA! DEUS o abençoe!"

Post de Estelina Costa no grupo Protocolo Coimbra - Brasil.

22/01/2020



# ARTRITE REUMATÓIDE

## ROSÂNGELA MONROE



Post de Rosângela Monroe no grupo Artrite Reumatóide - Protocolo Coimbra:

“Quero registrar mais esse depoimento e expressar meu agradecimento à Deus, minha família, dr Cícero, dr Danilo, Any Sugmatti, grupos e seus moderadores e a Denise Prado, a amiga de todas as horas rsrsrsrHá exatamente dois anos estive na primeira consulta, com o diagnóstico de AR, sentindo dores, inflamações, desequilíbrio, fadiga, alguns exames, mas muita confiança. Não é fácil seguir o tratamento, exige atenção e alguns

cuidados quando se faz uso de altas doses, mas possível e gratificante quando percebemos os efeitos benéficos da Vitamina D entre outras agindo no organismo, causando bem estar, e eterno sentimento de gratidão. – feeling blessed.”

09/02/2020

# ARTRITE REUMATÓIDE BETA DAVIS

Um post "light" para esses tempos difíceis: ARTRITE REUMATÓIDE, MÉDICOS CONVENCIONAIS, ATAQUES DE RISO E PROTOCOLO COIMBRA. Post de Beta Davis no grupo Protocolo Coimbra - Brasil:

"Boa tarde, meu povo!! Quarentena, né? Dá tempo de se cansar de ter tempo e de compartilhar algumas coisas...Sou paciente do Dr Renato Slomka, tenho artrite reumatóide, e me encontro no décimo mês desse protocolo que eu amo, divulgo, defendo, e tudo mais...Mas hj, a conversa é a seguinte. Fiz alguns exames solicitados por outro médico, um ortomolecular que acompanha a minha alimentação. Até aí tudo ótimo. Mas veio algumas alterações hormonais, que apesar de não valorizar muito, e não ter vínculo com o protocolo, me levaram a um endocrinologista.Pois bem...Fui a um endócrino que uma amiga indicou.Em lá chegando, era um médico jovem, que me fez a seguinte pergunta, enquanto abria os meus exames (apesar de não ser nada simpático):"Em que eu posso lhe ajudar?"Ao que eu respondi a respeito das tais alterações hormonais...O tal "doutor" passou batido por essas alterações e grudou o dedo onde???Na minha Vit D!! (no valor de 314- nada demais né, amores? Bommm... A partir daí foi um calvário... Fez algumas profecias a respeito de tal valor, praticamente encomendando a minha alma, divagou sobre a "intoxicação por Vit D iatrogênica" e por aí foi, conduzindo um verdadeiro espetáculo."Você SABE o que essa vitamina pode te causar?????"Houve alguma tentativa de minha parte de "explicar o protocolo", mas tal tentativa não era possível, pois nesse momento não existia mais nada no consultório, apenas a minha "super vitaminose"... por aqueles instantes, nem mesmo o Coronavirus representava ameaça, apenas aqueles malditos 314 ng/ml de Vit D!!!Bom... Foi então que não me contive e tive uma reação inesperada.Uma crise de riso!!! Pasmem gente, eu tive uma crise de riso!!! Óbvio que o "Doutor" passou a me odiar mais ainda nesse momento, dizendo:"Vc não devia estar rindo, devia ter MEDO!

Apesar de ser inútil, consegui segurar o riso e dizer apenas: "Como profissional da saúde (sou enfermeira) , até posso entender o seu receio; como paciente eu digo... se vc sentisse a dor que eu já senti, iria rever os seus conceitos".Dito isto, tive que perguntar:'Então Dr, meus hormônios, o q achou?"Ao que ele respondeu que provavelmente não era NADA, solicitando novos exames "sem urgência".Agora, algumas reflexões:1) não vá a um especialista não indicado por um médico do protocolo (se vc tiver como escolher, claro);2) tentei entender minha crise de riso, e acho que veio justamente de estar diante de um babaca de jaleco, que mais parecia um palhaço, montando um circo onde desfilava toda a sua ignorância e arrogância;3) foi bem frustrante, não pelo que ele disse, mas por ter jogado 280 reais no lixo e por ter, novamente, constatado como temos poucos profissionais nessa área que realmente se IMPORTAM com o que sentimos;4) e por último, e não menos importante: ACREDITEM na Vit D!!! Ela salvou a minha vida.Obrigada a esse grupo que sempre é fonte de apoio e de esperança a todos nós! Que saibamos enfrentar esse momento com sabedoria!PS: segue abaixo a foto do estrago que a Vit D fez na minha vida, reduzindo o fator reumatóide praticamente pela metade."

23/03/2020



Valores de Referência		Resultados Atuais	Resultados anterior
		2910329007 13/03/2020	3600029664 03/08/2018
Fator Reumatóide	Inferior a 20 UI/mL	55	101

Liberado em: 13/03/2020

Ficha N°: 2910329007

Emitido em: 17/03/2020

Responsável Técnico:  
DRÁ. KATIA ZANOTELLI FASSINA - CRM 23034RS

*Famip*  
Fleury S.A. - CRM 23034RS Anvisa 4033

O laudo evolutivo proporciona uma visão concisa, em ordem cronológica, dos resultados de alguns dos exames mais freqüentemente utilizados para acompanhamento clínico e é um complemento do resultado tradicional.

# DERMATITE ATÓPICA

## KATIA LOPES

Post de Jonas Lopes, sua esposa Katia Lopes segue o Protocolo Coimbra há 1 ano e 2 meses para Dermatite Atópica. As 3 primeiras fotos são atuais, as 3 últimas são de antes do início do tratamento:

"Minha intenção nesta postagem não é chocar ninguém, mas não posso deixar passar a possibilidade de compartilhar com todos o quanto Deus abençoou minha esposa. Foram 9 anos de desolação, de crises terríveis por conta de um problema em sua saúde ( dermatite atópica crônica agudizada), foram muitas noites em claro cuidando dela para ela não se ferir mais ainda dormindo ao coçar sua pele já fragilizada; Até que ficamos sabendo de um tratamento novo, mas disponível apenas em São Paulo ou Curitiba, pois bem, era nossa esperança, não medi esforços para levá-la para ver o Dr Joao Paul, médico que vem cuidando dela desde então, em abril do ano passado viajamos sem ter condições para iniciar o tratamento (com muita esperança, mas ainda super desolados diante de tantas lesões). Agora, 1 ano e 2 meses estamos indo para mais uma consulta, mas agora com ânimo renovado, com motivos de sobra para chorar, mas agora de muita alegria, apenas para a revisão do tratamento! Em resumo: "Na minha angústia clamei ao Senhor; E o Senhor me respondeu, dando me ampla liberdade." Salmos 118:5"





24/06/2019

# DERMATITE ATÓPICA

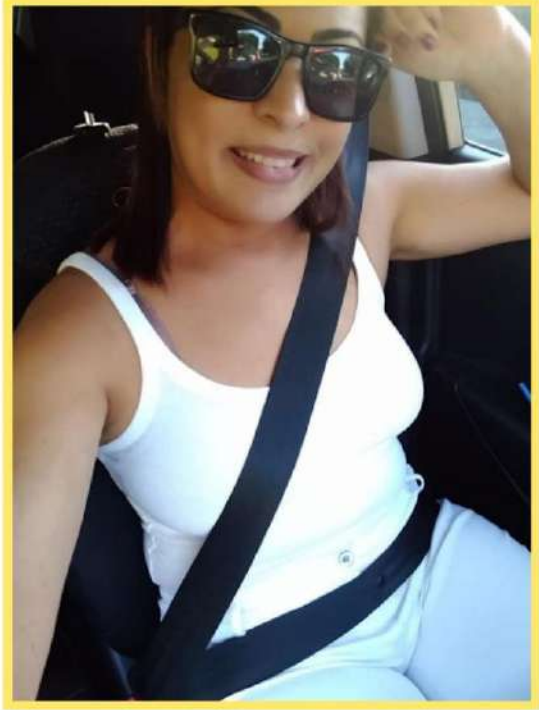
## CÉLIA SANTOS

Por Célia Santos, no grupo Protocolo Coimbra - Brasil:

“Estou há um mês sem corticóide, sem crises de dermatite atópica. Antes de suplementar mha vit D estava 44, agora está 318. Eu tomei corticóide por 17 anos, ficava um dia sem, a coceira e lesões voltavam bem piores. Nunca ficava mais que dois dias sem o corticóide. Em dezembro de 2018, cheguei no pior momento, quase não urinava e inchei demais. Mesmo com corticóide eu não dormia bem, sentia fadiga e dificuldade para respirar. Só em julho de 2019 descobri o protocolo Coimbra, e fui na primeira consulta. Foi extremamente difícil no início, qd parei o corticóide, mesmo fazendo o desmame, as lesões atacaram no corpo todo. Sinceramente achei que no meu caso, não ia dar certo, perdi totalmente as esperanças! Hoje com cinco meses de protocolo, dieta alimentar equilibrada.. posso dizer que estou bem. No meu caso descobri que o glúten é veneno, cortei totalmente por conta própria, e melhorei drasticamente, fiz o teste: comi algo com glúten e atacou muito forte novamente!! Voltei a dormir, emagreci 12kg, desinchei, não tenho mais coceiras, e o melhor sem corticóide, anti histamínicos.. somente com a abençoada Vit d e o polivitamínico! Dia 08/01/20 vou na segunda consulta, e estou extremamente maravilhada e agradecida ao Dr Cícero e meu médico Danilo Finamor! Pele limpa, hidratada, sem lesões e sem coceira. Acreditem, é possível é verdade que a Vit D faz milagre! — feeling thankful.”

14/01/2020







# DERMATITE PERIORAL

## RENATA MELONI



DERMATITE PERIORAL e Protocolo Coimbra:

Repost @renatavdmeloni

"Levanto os meus olhos para os montes e pergunto: De onde me vem o socorro? O meu socorro vem do Senhor, que fez os céus e a terra. (Salmos 121:1,2) Após 6 dias de tratamento apenas com o protocolo Coimbra toda inflamação do rosto já está seca. Não sinto nenhuma queimação ou ardência ou coceira no rosto.

Estou sentindo apenas a pele ressecada e áspera. Vamos lá, um dia de cada vez. Depois de anos agora falta pouco! Porque até aqui me ajudou o Senhor, e creio que continuará agindo a meu favor!"

10/05/2020

# DOENÇA DE CROHN

## CAROLINE CHALITA

Do Instagram, #Repost @carolchalitahissa

"Dia 19 de maio é o Dia Mundial das Doenças Inflamatórias Intestinais-DII. Nunca passou pela minha cabeça que eu fosse vir até aqui para falar sobre o Maio Roxo, mas desde o dia 04/12/2019, eu passei a fazer parte desse grupo. Durante anos convivi com dores abdominais leves e muitos quadros de diarreias, sejam causadas por alguns alimentos que irritavam meu intestino, ou por bebidas alcoólicas, ou por emoções à flor da pele. Mas eu achava normal! Numa manhã de domingo pós plantão, com quadro de febre insistente, resolvi ir a emergência, e após um exame de imagem, o médico chegou ao possível diagnóstico de doença de Crohn. Claro que eu não quis acreditar naquilo. Afinal, achamos que nunca vai acontecer com a gente. Era o que pensava, mas após diversos exames, fui diagnosticada com Doença de Crohn em fase avançada! Sim, meu mundo desabou! Diversos pensamentos e sentimentos...um vazio! Mas Deus é tão maravilhoso, que me deu anjos em forma de família e amigos para me apoiarem, me levantarem e dizer: "Estamos JUNTOS"! Após consulta com o gastroenterologista, iria iniciar o tratamento com imunobiológicos. Eu só pensava na "bomba" que seria para meu corpo, nos efeitos adversos, e como pagaria 15mil a cada 8 semanas. Mas pela segunda vez, Deus me enviou outro anjo, que me mostrou outro caminho e me levou até Dr. Paulo Gabriel @paulogpfaria para uma consulta do Protocolo Coimbra @protocolocoimbra\_brasil. Em quase 3h de consulta, tive "uma aula", uma explicação impecável sobre o Protocolo com altas dosagens de Vitamina D. Hoje já estou indo para o 5º mês de tratamento e me sinto muito melhor fisicamente e clinicamente. Conversei com outras pessoas que também fazem o Protocolo e que em poucos meses tiveram excelentes resultados, entrando em fase de remissão em poucos meses.

Sou MUITO GRATA a todos que me ajudaram, incentivaram e me apoiaram nessa escolha. GRATIDÃO ao Protocolo por me dar mais qualidade de vida. GRATIDÃO a quem cuida da minha saúde mental de forma impecável @psicologa\_luciane\_sims . GRATIDÃO @nutri.anacarolina pela readaptação alimentar. Eu te pergunto: Como anda seu segundo cérebro? Como anda seu intestino?"

20/05/2020



# DOENÇA DE CROHN

## PRISCILA ANDRADE

Post de Priscila Andrade, uma das administradoras do grupo Protocolo Coimbra - Brasil. Diagnosticada com Doença de Crohn em 2013 e seguindo o Protocolo Coimbra desde 2018:

"Olá vitaminados...

Hoje venho aqui para dar um breve relato sobre o meu tratamento.

Quem procurou na lupa por "crohn" vai ver minhas perguntas de início de tratamento e também algumas postagens no decorrer do tratamento.

Resolvi fazer esta postagem para mostrar em imagens desde a descoberta do meu tratamento em 2013 até a data de ontem, essa notícia é "quentinha".

Ainda não alcancei a remissão, mas tenho certeza de que estou no caminho certo, um caminho que não é fácil a seguir, que aprendemos todos os dias, com as postagens de todos aqui no grupo, e principalmente conhecendo um pouco mais do nosso corpo e da nossa mente.

Ah, a mente, essa é poderosa!!!! E com certeza o meu maior desafio do tratamento não é a ingestão de 2.5 litros de líquido ou uma dieta que não podemos comer uma pizza ou lasanha recheada de queijo e depois uma deliciosa barra de chocolate ao leite; o meu maior desafio ainda é saber dizer não, me preocupar menos com o que não depende de mim, e saber deixar as coisas na mão de Deus pois só ele sabe o que o futuro nos guarda!! Sou grata a Deus, a minha família, ao Dr CICERO COIMBRA, ao meu médico dr Renato Slomka, aos administradores do grupo que são essenciais para tantas dúvidas do começo do tratamento

e as que ainda surgem, também aos membros do grupo, em especial a Miguel Vera Nunes que trouxeram para o Sul um pouco da sua história e me incentivaram contando seu testemunho com o protocolo coimbra...

Serei eternamente grata a todos!! Abaixo as imagens falam por sí. Diagnóstico em 2013. Uso de mesalazina por muitos anos e 8 meses usei certolizumabe, última aplicação 04/2018.

Início tratamento protocolo coimbra 11/2018."

As imagens da colonoscopia com os relatórios do exame estão disponíveis na página Protocolo Coimbra - Brasil.

22/05/2020

## Maio Roxo

Mês de conscientização sobre Doenças Inflamatórias do Intestino.

## Doença de Crohn

@PROCOLOCOIMBRA\_BRASIL



## DOENÇA DE PARKINSON

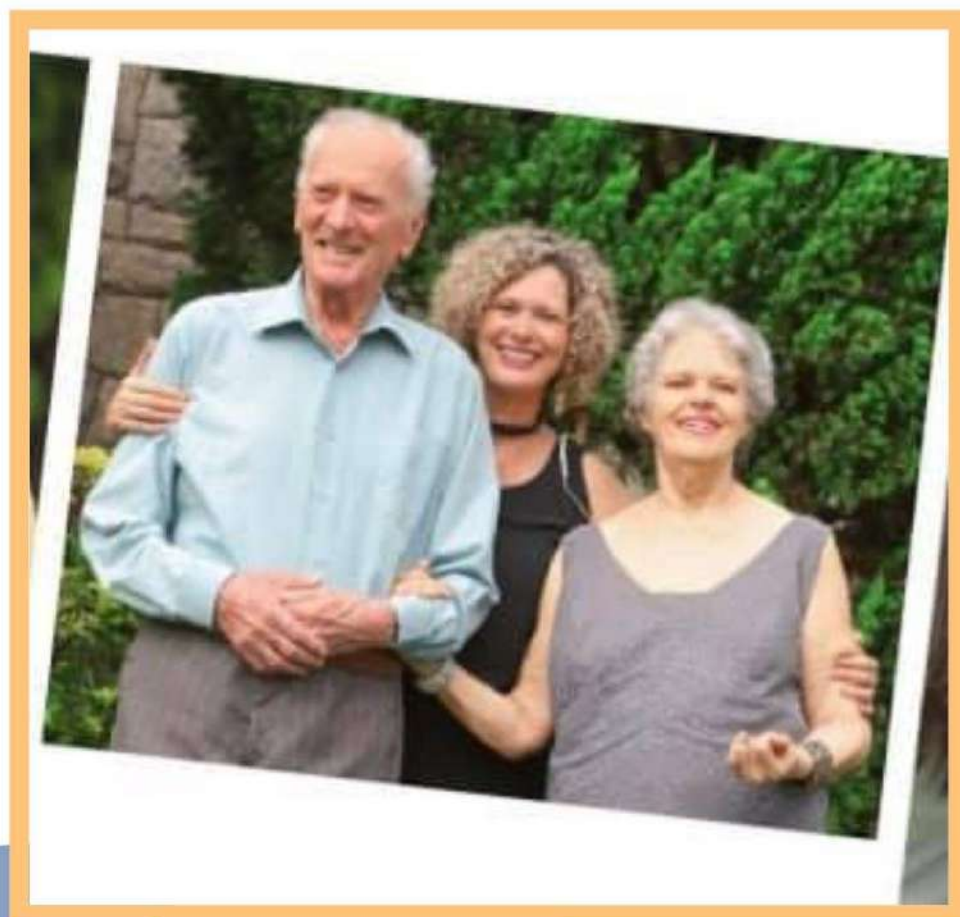
# DENISE ABACKERLI

Importante relato de Denise Abackerli sobre o Protocolo Coimbra no tratamento de Parkinson e Alzheimer.

"Olá a Todos, Meu nome é Denise Abackerli e venho aqui dividir minha experiência convivendo com meus pais com diagnóstico de Parkinson e Alzheimer. Minha mãe, D Nilza, 79 anos, foi diagnosticada com Parkinson há uns 5 anos, porém antes disso vinha com um quadro crônico de depressão, síndrome do pânico, tendo ainda 20% de visão por conta de degeneração da córnea e glaucoma. A interação medicamentosa de todas estas enfermidades levou a uma sequência de delírios e perdas cognitivas. Estávamos literalmente perdendo nossa mãe. Nossa primeira consulta com Dr Cícero foi há 9 meses atrás. De lá para cá, notamos uma grande evolução no quadro depressivo e de variabilidade de humor. Efeitos do Parkinson como marcha, problemas intestinais, incontinência urinária, praticamente desapareceram. Ainda não retiramos os medicamentos como antidepressivos, serenata, neupro e donarem, mas percebemos que a dependência deles se torna menor. O desafio está agora na diminuição do tremor, que só é eliminado com o uso do prolopa e stalevo. Para meu pai, Sr. Antonio, 88 anos, estamos há 4 meses no protocolo Coimbra e não percebemos melhoras significativas, porém o quadro segue estável. Notamos sim, uma grande melhora na imunidade geral dele. Para ambos, temos uma rotina de eliminação da carne vermelha, alimentação saudável e orgânica e exercícios físicos 2 vezes por semana. Ressalto também o cuidado que Dr Cícero tem com os outros membros da família e cuidadores. Ele nos orientou a fazermos uso da vitD, (10000ui), cloreto de magnésio, folato e pantotenato de cálcio. Isto tem, no meu caso, me deixado com muito mais disposição para os desafios diários, sem perder a ternura e carinho no cuidado com meus pais. Deixo claro, que todo este cuidado também vem acompanhado de auxiliares dedicadas que nos ajudam nesta caminhada diária.

Espero que um pouco desta experiência possa ajudar outros pacientes, pois o depoimento da evolução destas enfermidades dependem muito da disponibilidade dos cuidadores em faze-lo e confesso que com os afazeres, às vezes fica difícil a troca de ideias e ou dividir a evolução do tratamento. Parabenizo muito a iniciativa das fundadoras deste grupo. E para finalizar, quero dizer que de tudo que li e experimentei neste processo com meus pais, acredito muito no protocolo e na forma como Dr. Cícero e sua equipe enxergam a medicina. Eh uma revolução e há muito ainda por vir, principalmente no campo da prevenção de doenças auto-imunes, degeneração neurológica, e na área da longevidade saudável."

17/06/2019



# DOENÇA DE PARKINSON MANUEL SOUZA

16 anos com a DOENÇA DE PARKINSON e PROTOCOLO COIMBRA, um dos primeiros pacientes do Dr. Cícero Coimbra! Post de André Linn no grupo Protocolo Coimbra - Brasil.

“Aos iniciantes no Protocolo Coimbra com Parkinson, publico aqui um vídeo feito hoje no aniversário de 80 anos do meu padrinho que desde 2004, quando diagnosticado com a patologia, está com as benditas doses de D3. Ele é o pianista! Saúde a todos!”

Esse paciente está tomando atualmente 50.000 UI por dia.

16/02/2020



Vídeo disponível na página  
do Facebook  
Protocolo Coimbra - Brasil.





# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## PAULO FARIA

"Dia 28/08/17 já se passam três anos, três anos de diagnóstico , 3 anos de mudanças na vida.. Nessa mesma data a 3 anos atrás eu me encontrava no fundo do poço com a notícia de um diagnóstico sombrio e com futuro nebuloso pela frente, até o dia que pude ter ciência de que a vida ainda tinha muita coisa a me oferecer, graças a Deus e a esse que está na foto comigo Dr Cicero Coimbra. Graças ao protocolo coimbra estou aqui em plena saúde física e mental, que me faz hoje ser uma pessoa melhor com a saúde em dia e com a Esclerose Múltipla desligada! Nesses três anos muita coisa mudou na minha vida como paciente e como médico, faço forças diárias para que amigos pessoas , colegas , pacientes tenham ciência de que ainda existe saída, que a vitamina D em altas doses está aí pra provar isso, e eu sou prova viva de sua eficácia. Obrigado mais uma vez Dr Cicero!"

28/08/2017



# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## GIULIANO GUARINI

Depoimento de Giuliano Guarini, paciente que tem esclerose múltipla e se trata com o Protocolo Coimbra (altas doses de vitamina D) há 5 anos.

"1.600 km de bicicleta! Aqui estou eu, recebendo minha medalha de finalista na mais dura e extrema prova ciclística de longa distância da Europa: 1.001 Miglia. Pedalei 6 dias e 6 noites, sem intervalo. Dormi 1 hora por noite. Peguei temperaturas de 8 a 36 graus. Cruzei 5 províncias italianas, por todo tipo de relevo e vegetação. Apenas 15 brasileiros, até hoje, conseguiram concluir este desafio. E... Tenho esclerose múltipla diagnosticada há quase 6 anos. Nunca usei interferon's, nunca fiz pulso, nem um comprimido de cortisona usei. Meu único tratamento é o protocolo de vitamina D. Espero que minhas postagens ajudem quem duvida do tratamento a tomar sua decisão!"

10/01/2018



## ESCLEROSE MÚLTIPLA

# SAMARA FERREIRA

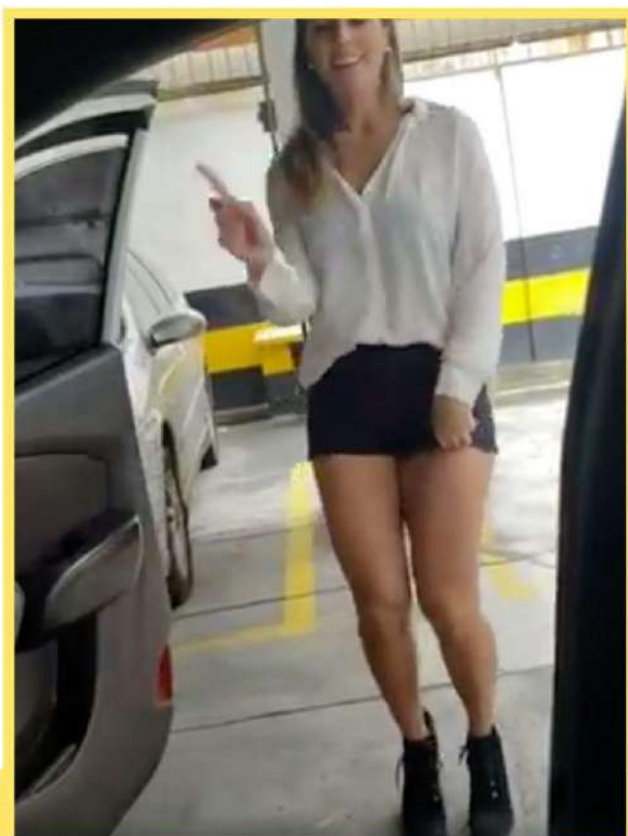
Essa é a paciente Samara Ferreira (DJ Sam Ferry), que tem esclerose múltipla e há quase 10 anos se trata exclusivamente com o Protocolo Coimbra.

"Vida normal e feliz. Espero que minhas postagens ajudem quem duvida do tratamento a tomar sua decisão!"

03/08/2018



Vídeo disponível na página  
do Facebook  
Protocolo Coimbra - Brasil.



# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## RAFAEL SALGADU

Post de Rafael Salgado no grupo do Protocolo Coimbra em Espanhol. Rafael tem esclerose múltipla desde 2005 e desde 2011 se trata exclusivamente com o protocolo. Quando iniciou com as altas doses de vitamina D, sua EM já havia progredido para EM secundariamente progressiva.

"Pessoal, vocês estão curiosos, mais vamos lá, nem sempre o sucesso do tratamento é a recuperação total, e sim o desligamento da ação da doença, as sequelas temos q correr atrás de resolver. Nem tudo que vemos na internet é da forma maravilhosa que vemos, em 2015 eu necessitava de uma cadeira de rodas, mais também caminhava um pouco, hoje não necessito mais também não caminho se bengala por muitos metros. Tenho algumas dificuldades, mais estou bem pois me acostumei e me adaptei, resumindo faça Parajiu Jitsu volei futebol musculação fisioterapia pilates ou qualquer outro esporte, mexa-se corra atrás, precisamos estar em movimento sempre, as coisas e os sintomas vão melhorando com o tempo."

01/09/2018



# ESCLEROSE MÚLTIPLA

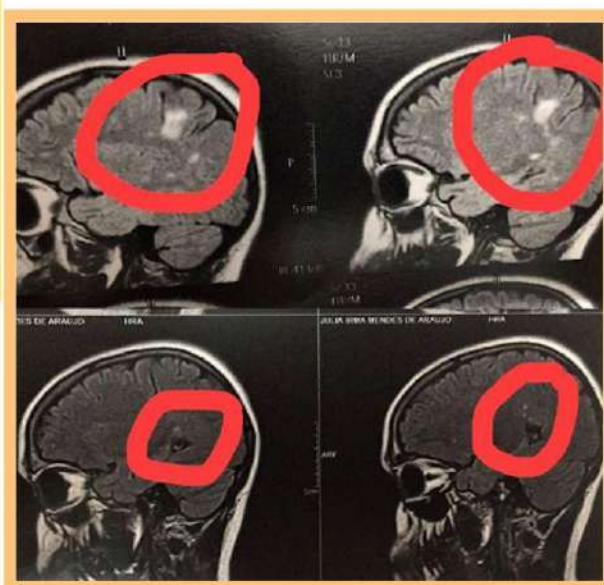
## JULIA MENDES

Post de Julia Mendes no grupo de pacientes do Protocolo Coimbra Brasil.

"Depoimento: 10 meses de Protocolo Coimbra. Em 30 de outubro de 2017 fui diagnosticada com Esclerose Múltipla. Entre todos os processos internos/externos que eu tive que passar após essa notícia, talvez o principal tenha sido escolher a qual tratamento eu iria me submeter. Por mais que muitas pessoas tentem lhe influenciar visando o seu bem, a escolha é sua, sempre será. Passei por vários médicos que tiraram totalmente a minha crença no Protocolo Coimbra, mas eu mantive a minha convicção de que esse seria o melhor tratamento pra mim. Além da pulsoterapia que fiz quando estava em surto, não tomei nenhum tipo de remédio para EM desde então. Iniciei o Protocolo em dezembro de 2017. Às vésperas do Natal e eu só conseguia pensar o quanto era difícil lidar com tantas coisas e com tantas restrições alimentares ao mesmo tempo. Permaneci. Durante o ano de 2018 eu mantive a disciplina e a fé, no Universo e no Protocolo. A primeira coisa que vocês precisam saber: é, talvez, o tratamento mais difícil. Sabe por quê? Porque é muito complicado você continuar tendo uma vida normal. Porque o normal do mundo atual são comidas que nos fazem mal, é sedentarismo, é estresse 24h/dia e pouca hidratação. É pouca qualidade de vida. É você se sentir excluído porque a maioria das pessoas só comem coisas que você não pode mais. É querer ficar em casa ao invés de ir fazer exercícios porque é mais cômodo e você está sempre muito cansado do trabalho. O Protocolo lhe devolve o que a maioria das pessoas não têm hoje em dia: qualidade de vida. Eu não abri mão das coisas boas, pelo contrário, eu escolhi o melhor da vida e o que de mais lindo podemos tirar dela. E, de brinde, ganhei o controle da minha doença degenerativa do cérebro que não tem cura, como vocês podem ver nas duas imagens comparativas: acima - lesões de OUT/17, abaixo - lesões de OUT/18). E essa foto no Machu Picchu, com o melhor parceiro do mundo, vocês sabem quando foi? Em AGO/18, antes de fazer ressonância nova, com menos de 10 meses de tratamento.

Sabem quais dificuldades tive pra andar quilômetros, subir o equivalente a 50 andares e lidar com a altitude do Peru? Nenhuma. Confesso: tive medo. Fui. Foi uma viagem maravilhosa e que só me mostrou que a vida é muito mais que um diagnóstico, que um tratamento. A vida é o que a gente escolhe fazer todos os dias pra ser alguém melhor. Alerta: não estou curada! Mas estou bem! Feliz! Cheia de saúde e com lesões que quase sumiram. Nenhuma lesão nova. Nenhum processo inflamatório! Fruto de disciplina e fé. Eu escolhi o Protocolo Coimbra, e você?"

18/10/2018

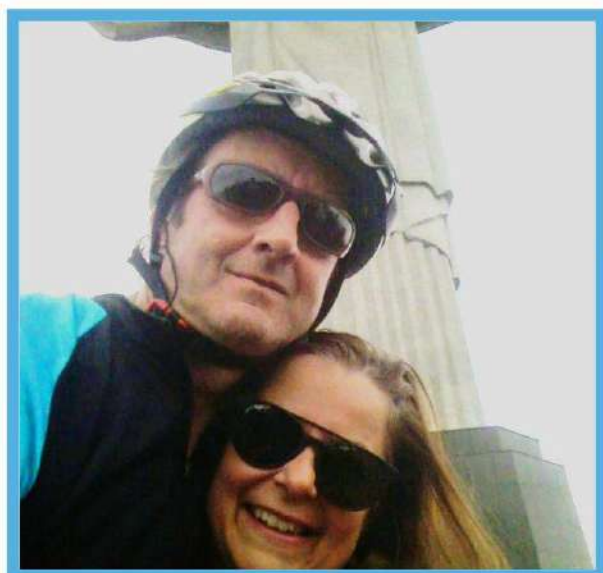


# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## FERNANDA DE MELLO CAMPOS

Esta é Fernanda de Mello Campos, diagnosticada com esclerose múltipla em 2003, seguindo o Protocolo Coimbra desde 2011. Você pode ver uma entrevista com a Fernanda logo no início de seu tratamento com a vitamina D no documentário do Daniel Cunha "Vitamina D - por uma outra terapia": E aqui está Fernanda nesse último fim de semana, quase 7 anos depois, 15 anos de esclerose múltipla, pedalando 55 km até o topo do Cristo Redentor.

27/11/2018



# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## DAVID NEVES

Este é David Neves, cujo depoimento está no livro "Esclerose Múltipla e (muita) Vitamina D". David segue o Protocolo Coimbra para esclerose múltipla desde 2012. Este é um post que ele acabou de compartilhar no nosso grupo de pacientes:

"Fala pessoal!

Vejo muita gente nova no grupo perguntando sobre o pessoal que faz o tratamento há mais tempo.

Conheço pessoalmente muitos pacientes que fazem o tratamento faz 4, 5, 7, 10 anos que estão muito bem. A maioria anda bem atribuído com trabalho, afazeres e problema comuns do dia-a-dia e acabam não participando muito mais aqui do grupo. Porém, todos que eu converso estão muito bem com o protocolo.

Em 2012 quando fui diagnosticado eu sempre pensava: "como estarei daqui uns anos. Como estarei de saúde, etc". Posso afirmar que hoje me sinto melhor do que antes do diagnóstico.

Esses dias de férias estava andando de Stand up paddle (aquelas pranchas grandes), fazendo alguns malabarismos que fico tentando fazer...segue a foto.

Faço o protocolo desde 2012. Em resumo, equilíbrio 100%, e vida normal com os afazeres da vida.

Um abraço forte a todos vitaminados!! Muita saúde a todos nós!"

23/01/2019





# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## ESDRAS CORREA

Post de Esdras Correa em nosso grupo de pacientes. Esdras segue o Protocolo Coimbra há 8 anos para Esclerose Múltipla.

"Bom dia anos de tratamento somente com a vitamina d,sem surtos,com a doença desligada e com redução das lesões que já haviam desde de 6 anos de idade. Gloria a ti meu Deus!! Meu obrigado meu amigo e medico Dr Cicero!! Segue fotos das redução das lesões doença que já agia desde 6 anos de idade apos um embaçamento no olho esquerdo como acontece com muita gente e só foi descobrir que era a esclerose em 2010 apos uma paralisia apos um stress e um neuro pedir as ressonâncias.Vejam as reduções das lesões .só firmam cicatrizes,sem lesões ativas e com redução das lesões antigas.isto não e maravilhoso meus amigos?"

11/03/2019



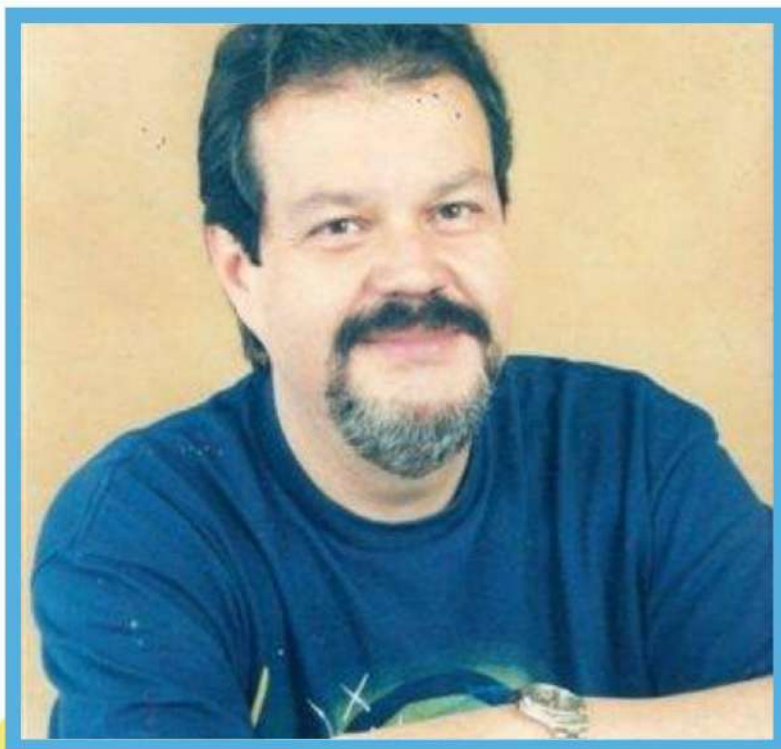
## ESCLEROSE MÚLTIPLA

# RONALDO RAMOS

Este é Ronaldo Ramos, um dos primeiros pacientes do Protocolo Coimbra. Ronaldo foi diagnosticado com esclerose múltipla em 2001 e iniciou o protocolo em 2005. Esta semana, ele nos deixou uma atualização no grupo de pacientes:

"A verdade é sendo ou não cientificamente provado, portador de EM desde 2001, tive surtos até então. Em 2005 comecei o protocolo e não tive mais surto algum. Não piorar, é sinal de melhora... 14 anos, nenhum novo surto. Sequelas ficaram, poucas, qdo estresso, elas dão as caras. Ex. hipoestesia nas 2 mãos, equilíbrio (meu cerebelo desmielinizou). Dificuldade na minha marcha, muito calor e stress atrapalham... Minha em está inativa há uns 12 anos pelo menos."

11/04/2019



## ESCLEROSE MÚLTIPLA

# NATHY LONGO

Esta é Nathy Longo, diagnosticada com esclerose múltipla há 14 anos e há 9 anos se tratando exclusivamente com o Protocolo Coimbra. Ontem, Nathy deixou esse comentário em nosso grupo de pacientes e nos permitiu compartilhá-lo:

"... Eu faço o tratamento há 9 anos e estou ótima. EM há 14 anos e antes da vitamina, 3 a 4 surtos por ano. Desde que iniciei o protocolo nenhum surto, exames ótimos, vida normal! Quer dizer, não muito normal, pq tenho uma linda bebê de 1 ano e 8 meses que só apronta e me deixou maluca, mas nem as noites mal dormidas, nem o cansaço físico deixam a minha ex companheira aparecer. Amamento até hoje, tenho uma vida normal e só lembro da Esclerose por causa do grupo! rs"

12/04/2019



# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## KARINE METZGER



Emocionante e realista depoimento de Karine Metzger, paciente com esclerose múltipla que segue o Protocolo Coimbra desde 2012. Obrigado Karine, por nos enviar essa atualização de sua experiência com o Protocolo!

"Como muitos de vocês sabem, eu estava morando no Brasil, o país dos meus sonhos (Karine é alemã). Lá eu fui diagnosticada com EM e comecei o Protocolo Coimbra em 2012. Desde o começo, eu não tive dúvidas de que o PC era a coisa certa a se fazer. Mudar minha dieta não foi tão difícil, já que a

comida no Brasil não é baseada em laticínios (como é na Alemanha, por exemplo).

Encontrar a dose certa de vitaminas e outros suplementos demorou um pouco, pois eu tive 2 bebês em 3 anos. Meus dois filhos são muito saudáveis e bem desenvolvidos. Eu segui o CP durante as duas gravidezes e me senti muito bem. Claro que eu segui a dieta (Cálcio!) E me exercitei regularmente. Efeito colateral legal: perdi 12 kg. Nos anos seguintes, alguns dos sintomas raramente reapareciam por um tempo muito curto, quando eu estava muito exausta ou estressada, o que era normal (segundo minha médica, enquanto me lembrava sempre de desacelerar um pouco).

Em 2016, senti que alguns dos sintomas antigos pioraram. Minha querida médica Maira me disse que seria inútil tomar minhas cápsulas, seguir a dieta, se eu não descansasse o suficiente e continuasse entrando em pânico com as situações. Então eu decidi desacelerar mais uma vez. (Alguns detalhes de fundo: tínhamos acabado de comprar uma casa e estávamos em plena reforma, eu tinha tido meu filho, meu marido trocou de emprego e estava escrevendo sua tese de mestrado). A coisa é que eu estava me sentindo tão saudável que exagerei um pouco.

Em 2017 tudo foi ótimo, crianças dormindo bem, casa acabada, empregos e saúde excelente. Mas o Brasil não estava bem. Então decidimos nos mudar para a Alemanha. Isso partiu meu coração, porque meu sonho era viver para sempre no Brasil, e eu tive que abrir mão desse sonho. Nós nos demos 18 meses para nos prepararmos. Como foi emocionalmente muito difícil para mim, voltei a ver um psicólogo para lidar com a grande mudança. Estávamos nos mudando em dezembro de 2018. Em novembro meu pai morreu. Foi um pesadelo. Nós estávamos planejando o Natal juntos. Ele morreu 3 semanas antes da nossa mudança. Então fomos para a Alemanha: funeral, família, organização de coisas, chorando muito. De volta ao Brasil eu fiz uma cirurgia no joelho. 10 dias depois, peguei minhas muletas, 12 malas grandes, dois filhos, marido e entrei no avião de volta para meu novo/antigo lar. Eu tinha que ser forte para ajudar meus filhos e meu marido a se adaptarem em seu novo país. Não mais no Brasil. Sem ajuda em casa, sem os 300 dias de sol, entrega de sushi, médicos que respondem via whatsapp ... e de repente creme e queijo e leite por todos os lados. :-/. Mas eu me sentia forte e saudável e, apesar da montanha russa emocional, minha saúde continuou estável. Eu tinha a energia para fazer as coisas e reassentar tudo.

Por que estou contando tudo isso? Porque sou profundamente grata. Que por acaso eu estava no país certo no momento certo (diagnosticada no país do Protocolo Coimbra). Que tive o privilégio de conhecer o PC desde o começo. Que eu fui diagnosticado em 24h. Que o PC me possibilita uma vida normal, ativa e feliz. Pode soar estranho, mas minha vida depois do meu diagnóstico só melhorou. Como adolescente eu costumava ter depressão e falta de energia. Eu tropeçava e caía muito. Com o PC eu sou uma pessoa melhor. Eu agora cuido de mim e dos outros de uma maneira melhor. Sou atenta e grata e aprecio as pequenas coisas da vida. O PC abriu um novo capítulo na minha vida. Dr. Cicero Galli Coimbra é meu anjo pessoal.

Hoje eu moro na Alemanha com meu marido e meus dois filhos. Temos uma casa cheia de escadas e um enorme jardim. Em breve, estarei trabalhando em tempo integral novamente. Estou feliz e agradecida e desde 2017 sem nenhum sintoma.

Eu desejo a todos vocês o melhor, muita paciência e coragem."

Abraços,  
Karine"

09/06/2019

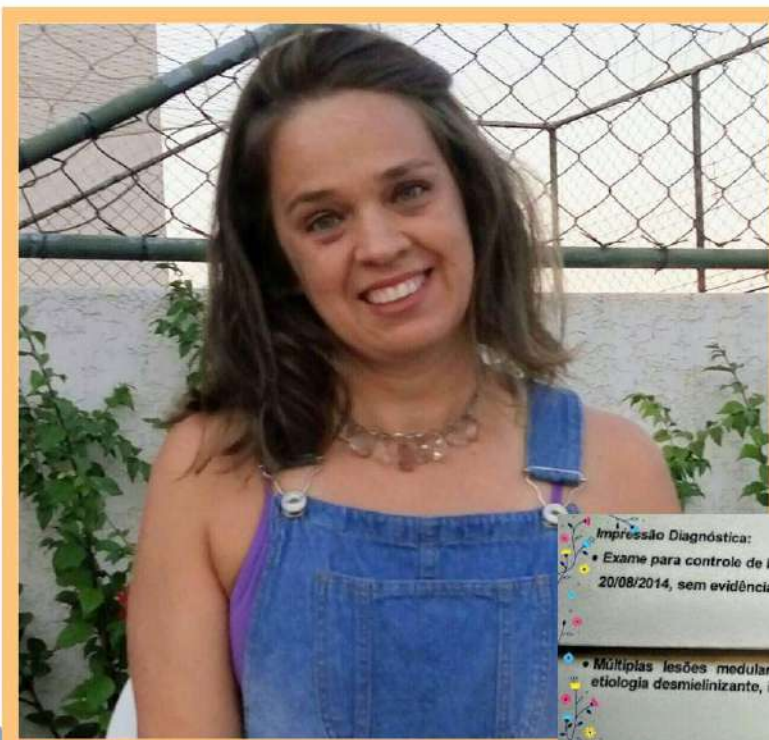
# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## CLAUDIA FONTENELLE

Claudia Fontenelle, 5 anos com o Protocolo Coimbra para esclerose múltipla:

"Ninguém perguntou, mas eu vou contar. Há 5 anos eu não tomo a medicação tradicional para a Esclerose Múltipla. Faço parte de uma parcela cada vez maior de pessoas que migraram para o Protocolo Coimbra e controlam doenças autoimunes apenas com altas doses de vit D. Esta semana descobri que, desde então, a doença estacionou. Detalhe: isso não acontecia com o tratamento convencional. Zero problemas neurológicos e, tão importante quanto, zero problemas renais pelo excesso da vitamina. Por favor levem em consideração o meu depoimento que, somados a tantos outros, só mostram que a coisa é válida, séria e incrível. O Brasil é referência de pioneirismo no tratamento de doenças autoimunes e isso merece ser reverenciado."

20/06/2019



**Impressão Diagnóstica:**

- Exame para controle de lesões de etiologia desmielinizante, inalterado em relação ao de 20/08/2014, sem evidência de aparecimento novas lesões.
- Múltiplas lesões medulares alongadas e difusas nos níveis cervicais, de provável etiologia desmielinizante, inalteradas em relação ao exame de 20/08/2014.

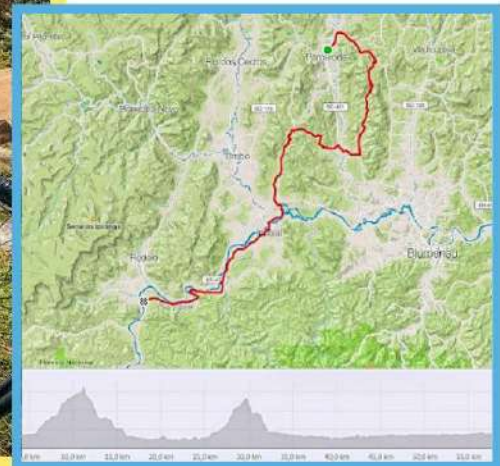
# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## RICARDO OHF DALFOVO

Publicação de Ricardo Ohf Dalfovo em nosso grupo de pacientes. Ricardo foi diagnosticado há 21 anos com esclerose múltipla e há 6 anos se trata com o Protocolo Coimbra.

"Olá pessoal, gostaria de compartilhar com vocês, nestes últimos 5 dias em fiz um pedal de 294 km com 5412 metros de elevação. Foi incrível, foi o máximo que eu fiz em tão pouco tempo!!! E me senti ótimo!!!! O pedal se chama Circuito Vale Europeu de Cicloturismo, perto da minha cidade. É feito para 7 dias pois são 7 etapas, mas fiz em 5 dias. Levei toda minha bagagem, somente dormi em hotéis. Foi uma realização!!!!"

24/06/2019



# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## OTÁVIO FREITAS



O neurocirurgião, Dr. Otávio Freitas, fala de seu diagnóstico de esclerose múltipla e seu tratamento com o Protocolo Coimbra:

"Em 2009, enquanto estava no meu 3º ano de residência em Neurocirurgia, desenvolvi Esclerose Múltipla. Desenhava-se uma situação única: um neuro com esclerose." "Ter sido um paciente com doença grave e incapacitante me permite compreender melhor o estado em que alguém se encontra ao trilhar esse caminho. Certamente muitos de nós, os portadores de Esclerose Múltipla (EM),

têm histórias muito marcantes, profundas e cheias de renovação. Acredito que minha jornada seja realmente peculiar e interessante e, por isso, a compartilho aqui. Desconheço outro ser como eu, ou seja, o único Neuro com Esclerose Múltipla que já vi em toda minha vida. Pois é, assim começa minha história com a bendita Esclerose Múltipla. Estava eu no terceiro ano de residência de Neurocirurgia em 2009, sob muito estresse, mas isso também já era de se esperar, afinal de contas, um residente é um especialista em formação. Apesar de todo o treinamento e dedicação dos preceptores, realmente não estamos preparados para o turbilhão de emoções, perdas e enfrentamentos diversos aos quais somos submetidos todos os dias. Então, um dia, desenvolvi um incapacitante borramento visual no olho direito e, nesse momento, já passou pela minha cabeça que poderia ser essa doença degenerativa, progressiva e desprovida de misericórdia, cuja evolução é implacável. Naquele momento ainda não configurava EM, pois era um surto isolado e, com isso, chegamos no diagnóstico de Síndrome Clínica Isolada, mas como 80% dos portadores dessa condição evoluem para EM, em seguida iniciei o tratamento com o famoso Interferon Beta.



Com isso, houve início essa primeira fase de desesperança, que só não foi pior pela minha forte negação da doença, pois continuei tentando levar uma vida o mais normal possível, apesar do cansaço e fraqueza constantes, claro, agravados substancialmente no dia da aplicação do Interferon e no dia seguinte. Aplicava sempre à noite e, mesmo ingerindo 1g de dipirona antes da aplicação, passava uma noite horrorosa, com dores difusas e, às vezes, até febre. Mas ainda podia piorar, porque no dia seguinte a carga de trabalho era imensa e a demanda tinha que ser cumprida, pelo bem-estar dos pacientes. Continuei em um processo de negação, até que no ano seguinte (2010), bem no meio de um mergulho com cilindro, pude observar sozinho lá embaixo, envolvido naquele silêncio revelador, um formigamento no segundo e terceiro dedos da mão direita. Naqueles dias participava de um congresso (o Brasileiro de Neurocirurgia), e ao terminar o evento, voltei e realizei uma nova Ressonância de todo o neuroeixo e constatamos uma nova placa na medula cervical em C2. Não havia placas desmielinizantes cerebrais, como no primeiro surto, mas era a confirmação que eu mais temia. Eu estava, sem sombra de dúvidas, entre os 80% para os quais a doença evoluiu. A partir daí a negação deu espaço à raiva. De forma alguma eu aceitava ou entendia a razão dessa doença tão complicada, justo eu! E que ironia do destino, pois eu conhecia cada pequeno detalhe, cada nuance dos sinais, sintomas e a clínica tão exuberante dessa patologia. Mantive o tratamento aos trancos e barrancos, sem alterar doses, pois os surtos, “com muita sorte”, haviam sido pouco exuberantes do ponto de vista clínico. Alguns processos internos (psicológicos) já estavam bem resolvidos, mas nem perto do ideal, obviamente. No ano seguinte (2011), quando já estava de volta a minha cidade natal, Pelotas, exercendo, a muito custo o ofício de Neurocirurgião, voltei a apresentar mais uma vez um borramento visual. Dessa vez, foi no outro olho, o esquerdo. Mas o que mais me marcou nessa época foi ver o desespero no olhar de meu pai – ironicamente outro Neurologista – pois ele, assim como eu, enxergava onde isso poderia parar e como seria minha vida, tentando me reerguer em meio aos tropeços. Quando voltei para Pelotas, iniciei acompanhamento psicológico com dois psiquiatras amigos fantásticos, que me ajudaram muito a compreender e enfrentar toda essa situação.

A partir daí fiquei na erraticidade por um tempo, absolutamente perdido, pois literalmente, nessa situação não sabemos o que esperar da vida. Os planos tornam-se nebulosos, outros problemas se tornam muito pequenos, as alegrias são sempre passageiras. Fiz a minha própria busca, como muitos dos meus pacientes também fazem, tentando entender os motivos, afinal de contas sempre acreditei em Deus e sei que Ele é justo. Enfim, foram muitas reflexões, viagens internas e também literais tentando compreender as razões e juntando forças para me manter bem, mental, emocional e espiritualmente. Voltei a praticar esportes com mais entusiasmo em meados de 2012. Mas, deixando de lado as lamúrias... Em 2012 as coisas começaram a mudar, pois conheci uma médica que, pela primeira vez em muito tempo, injetou uma nova esperança nesse turbilhão que virara minha vida. Ela começou inicialmente com um papo de Medicina Ayurvédica, pois tinha uma amiga com Esclerose Múltipla que melhorara muito após instituído o tratamento nessa medicina milenar. Logo em seguida, a colega médica, que inclusive possui traços marcadamente indianos, sugeriu fortemente o tratamento com altas doses de vitamina D. Foi a primeira vez que algum colega médico discutia outras opções de tratamento comigo e eu já havia entrado em contato com os relatos da vitamina D anteriormente, entretanto, eles sempre vinham de alguém muito bem intencionado, mas sem conhecimento profundo de causa. Nesse meio tempo, participei de inúmeros congressos de Esclerose Múltipla (no Brasil e no exterior), sempre com pouquíssimas citações da vitamina D e sempre mencionada de forma muito solta, sem qualquer protocolo específico de tratamento, muitas vezes relacionada apenas à prevenção. Enfim, resolvi acatar aquela ideia da médica, que veio a se tornar minha namorada logo em seguida. Após uma consulta com Dr. Cícero, em meados de 2012, comecei o tratamento com altas doses de vitamina D e, após alguns meses, a fadiga e o cansaço abandonaram meu corpo. Voltei a praticar esportes com mais entusiasmo, vindo a participar de competições de endurance, como Triatlon e uma prova de ciclismo de 200km chamada Audax. Após três meses do novo tratamento, abandonei completamente o uso do Interferon, muito feliz de estar livre das agulhadas semanais e, principalmente, de tudo que elas envolviam: as dores, o cansaço, a febre e a lembrança constante da doença grave e degenerativa que evolui implacavelmente, deixando marcas profundas no nosso caráter.

Mas isso virou passado, aquela namorada virou noiva, depois esposa e hoje temos uma filha de quase 2 anos. Eu nunca mais apresentei qualquer novo surto, estando há oito anos com a EM desligada. Mantenho em meu peito um sentimento de gratidão profunda pela renovação que Dr. Cícero me proporcionou, permitindo não só desligar a doença, mas recolocar a ordem em meio ao caos. Após experiências como essa nunca permanecemos sendo os mesmos. O fato de vivenciar a doença por anos, com um surto por ano, me permitiu uma série de reflexões e um amadurecimento muito significativos. Enfim, hoje sou extremamente grato ao fato de ter apresentado Esclerose Múltipla, pois ela me proporcionou transformações muito profundas na maneira de encarar a vida, de perceber o que é realmente um problema e, acima de tudo, me deu duas experiências sem precedentes. A primeira foi estar do lado de lá da consulta, pois o fato de ter sido um paciente com doença grave e incapacitante me permite compreender melhor o estado em que alguém se encontra ao trilhar esse caminho. A segunda foi sair desse estado de doença e encontrar um novo caminho de saúde, bem-estar, com novas idéias e novos planos, enfim, sentir-me vivo outra vez! Agora, vivo cheio de esperanças nessa nova medicina que vem surgindo e em suas possibilidades. Espero que meu exemplo neste breve relato possa elevar o nível das aspirações de muitos portadores de EM, trazendo novamente alegria, saúde e paz para suas vidas!"

26/06/2019



# ESCLEROSE MÚLTIPLA

# FERNANDA COCENAS

“Vocês sabem por que eu posto tanto falando da minha doença? Não é para que sintam pena de mim! É para divulgar meu tratamento. Eu praticamente não conseguia mais andar quando fui diagnosticada, e hoje eu tenho uma VIDA! Uma vida com mais saúde do que eu tinha antigamente.

Hoje eu me alimento melhor, faço exercícios físicos quase todos os dias, e me trato sem NENHUM remédio. Só com altas doses de Vitamina D e outras vitaminas complementares!! Eu sou uma vencedora! E divulgo meu tratamento para que outros, na minha condição, vençam comigo! Obrigada, Protocolo Coimbra. Tudo posso naquele que me fortalece.

fe\_cocenasObrigada Juntos vamos vencer essa batalha !!”

Fe Cocenas tem Esclerose Múltipla e segue o Protocolo Coimbra.

13/07/2019



# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## ALINE MOSCAL

Post de João Carlos Moscal no nosso grupo de pacientes. Sua filha, Aline, é portadora de esclerose múltipla, se trata com o Protocolo Coimbra há 6 anos, e cursa medicina:

"Atualizando; dia 10/07/2019 A Aline passou pela consulta com a Dra Sueli Lourenço, a médica perguntou a ela, o que vc está fazendo aqui?

Ao final da consulta a Aline perguntou, quando eu volto?

A Dra Sueli respondeu, só se for pra matar a saudade.

Pessoal;

Aline, amor de pai, amor incondicional.

Em alguns momentos da vida da gente ficamos ansiosos para que o tempo passe para chegar a data de um evento que vai nos fazer felizes, aniversário, férias, conclusão de cursos, aposentadoria etc.

Passamos por um momento de ansiedade um pouco diferente do comum, queríamos ver chegar um mês de tratamento da nossa filha, depois ansiávamos para o primeiro aniversário e assim até chegarmos ao sexto ano de tratamento exclusivo com a vitamina D.

Graças a Deus e a dedicação do Dr. Cícero, na pesquisa e no aprimoramento do tratamento, e ao profissionalismo, e fidelidade ao protocolo Coimbra, da Dra. Sueli Lourenço médica da minha filha, hoje ela está com a esclerose múltipla totalmente desligada, a três anos ela recebeu alta das consultas, como o tratamento é contínuo, ela permanece tomando a vitamina D, 100.000ui e demais suplementos, faz os exames regularmente para o controle do exame de paratormônio e cálcio na urina e no sangue, quanto a dieta e hidratação ela está totalmente adaptada.

Guardamos na memória a frase do Dr. Cícero no final da consulta no dia 17 de julho de 2013, essa lembrança não vem sem emoção e lágrimas.

"Entre as duas filhas de vocês não haverá nenhuma diferença em termos de saúde"

A minha filha mais velha estava na consulta, além de eu e minha esposa, na época ela estava no segundo ano de medicina, agora esperamos que também na profissão escolhida não exista diferença entre elas, se esse dia chegar confesso que tenho receio que esse coração de pai babão possa não resistir.

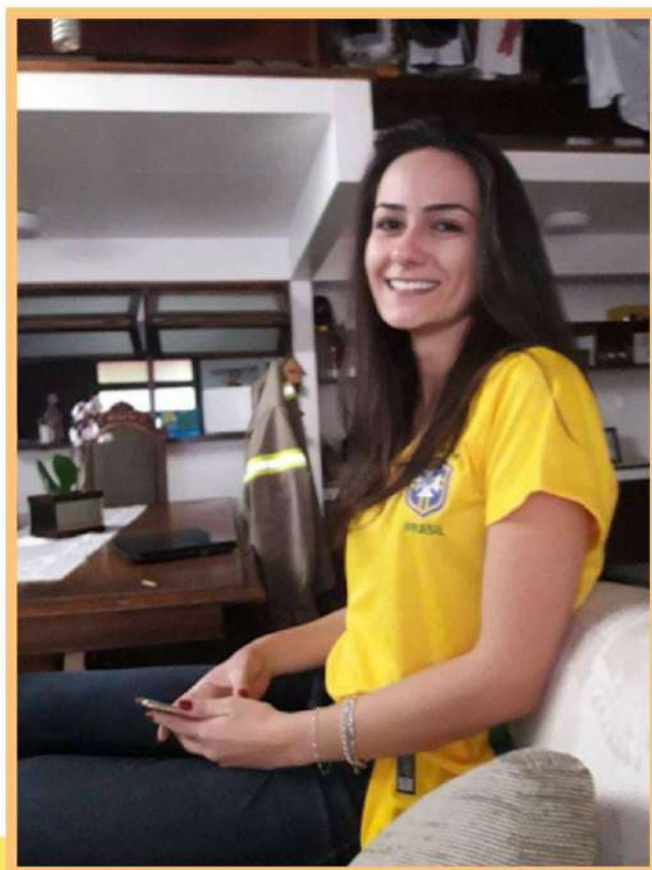
Talvez os mais novos não conheçam a dinâmica do grupo e não entendam como ele foi formado e como é administrado, são pessoas como eu, pai de paciente, pacientes, irmãos e outros amores que criaram e dedicam um tempo diariamente para que o tratamento chegue a todos, AMOR E GRATIDÃO é o que nos move.

Quero fazer um agradecimento especial a todos os médicos que fazem parte do protocolo Coimbra, vou tentar marcar alguns que estão no grupo.

Moramos em Laranjeiras do Sul Paraná.

As lágrimas rolam....."

16/07/2019



# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## SHIRLEY TALINA

Depoimento da Shirley Talina, paciente de Esclerose Múltipla que se trata com o Protocolo Coimbra há 4 anos:

"Tenho 4 anos de diagnóstico fechado , EM, porém devo ter tido meu primeiro surto há 29 anos. Graças a Deus por esse tempo sem sintomas, nem tratamento algum. Em 2015 logo após a primeira pulsoterapia, por estar sem equilíbrio, força, controle motor, fui p o tratamento com altas doses de vit D, na clínica do Dr Cícero Coimbra. Sou tec de enfermagem há 38 anos, nunca quis parar de trabalhar, e não parei. No momento faço curso para ser doula, a EM não me tem. Meu tratamento não me deu efeitos imunossupressores, ainda trabalho num pronto atendimento de emergência. "

17/07/2019



# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## CARLA AMARAL

Ontem, Carla Amaral, portadora de esclerose múltipla e se tratando com o Protocolo Coimbra há 4 anos, nos enviou essa atualização dos seus depoimentos anteriores, juntamente com o relatório de sua última ressonância, de 07/19).

"... Estou maravilhosa! Acordo as 5h00 ou 6h00, depende do dia, faço atividades físicas 5x por semana, trabalho 8 horas por dia! Fadiga 0, força 100%! Remissão na ressonância... Uma vida abençoada pela vitamina D! #ProtocoloCoimbra"

"E de repente, você ouve a seguinte frase: 'NÃO TEM CURA'... E seus amigos tentarão entender, sua família tentará entender, mas por mais que eles se esforcem, eles não sentem por você! Você precisa manter a mente sã para garantir que seu corpo não padeça, você precisa usar a força que nunca tenha imaginado que teria, e então, quando você realiza o fato de que sua vida mudou pra sempre, você se torna destemido, você não tem mais medo, você enfrenta!"-- Carla Amaral

Conclusão da ressonância: Controle evolutivo de lesões desmielinizantes: observa-se estabilidade dos achados em comparação ao estudo de 2017.

03/08/2019





# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## STEFANIA SANTOS

Depoimento de Stefania Santos no nosso grupo de pacientes. Stefania tem esclerose múltipla e se trata com o Protocolo Coimbra há 4 anos:

"Quatros anos de Protocolo Coimbra, sem surtos, só melhoras a cada dia. Direto da cadeira de rodas para uma vida maravilhosa!!! Gratidão ao incrível Dr Cícero Coimbra e minha médica favorita Dra Sueli Lourenço !!!

Eu fiquei quase três meses na cadeira de rodas, perdi a Voz, cheguei a ficar até na fralda geriátrica... muito triste... queria tomar água e não conseguia, minha mãe umedecia um algodão de água e passava na minha boca só para eu poder sentir o gosto da água. Me alimentavam com uma colherzinha, não conseguia comer. Depois de 4 internações em 2015, quando eu saí da última que foi dia 29/03/2015 minha mãe foi atrás de um fisioterapeuta para me atender em casa, porque minha situação estava muito triste não queria me expor, para que as pessoas ficassem me crivando de perguntas. Assim que cheguei do hospital todos os dias pela manhã me colocavam em uma cadeira para eu tomar 30 min de sol e captar a vitamina D. Quando chegou Junho, chegou também minha tão esperada consulta... graças à Deus... não tive dúvida nenhuma que era o melhor tratamento que eu poderia fazer. "

12/08/2019



# ESCLEROSE MÚLTIPLA

## JULIANA VINAGRE



Juliana Vinagre foi diagnosticada com Esclerose Múltipla em 2000, e em 2005 com EM secundária progressiva. Em 2006 ela optou por iniciar o Protocolo Coimbra. E onde ela estava nesse fim-de-semana? Fazendo uma travessia de 12 km pelo Rio São Francisco!



Por @julianavinagre  
"Momentos da 5a Travessia "VOLANTE-LAMPIÃO" - 12 km de água doce saindo da cidade histórica de Piranhas até cidade de Entremontes pelo Rio São Francisco.- Expectativa inicial - minha prova era de 6 km.- Chegada nos 6 km me sentindo bem pra continuar e tentar curtir mais km .- A partir dos 10 km comecei a cansar, ritmo diminuindo.. mas desistir não passou pela minha cabeça.- Chegada em Entremontes depois de 3 horas com abraço coletivo da equipe @bfs swim .Felicidade transbordando por mim e por todos q se desafiaram nessas águas cor esmeralda, cheia de panelas d'água e muitas histórias!"



04/09/2019