

APES EM FOCO

Nº.5

Edição 004/24

AGOSTO 2024
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

EDITORIAL

**APRESENTAÇÃO DA XV
JORNADA APES DE PSIQUIATRIA**

EMT

**UMA NOVA ERA DE
TRATAMENTO PARA A SAÚDE
MENTAL**

ENTREVISTA

**DR. ROGER BONGESTAB
RELACIONA A NUTROLOGIA E
A PSIQUIATRIA**



SUMÁRIO

PÁGINA 03

EDITORIAL

Apresentação da XV Jornada de Psiquiatria - Dra. Lícia Colodete

PÁGINA 04

MATÉRIA

Psiquiatria e EMT

PÁGINAS 05 E 06

ENTREVISTA

Dr. Roger Bongestab - cirurgião e nutrólogo

PÁGINA 07

ARTIGO

Os Médicos da Alma - Dr. Valber Dias Pinto

PÁGINA 08

RESENHA CULT

Tipos de gentileza - Yorgos Lanthimos

DIRETORIA

Lícia Fabris Colodete Libanio
Presidente

Antônio José Nunes Faria
Vice-Presidente

Vitor Maia Santos
Primeiro Secretário

Julia Carminati Lopes
Segundo Secretário

Leticia Maria Akel Mameri Trés
Primeiro Tesoureiro

José Luis Leal de Oliveira
Segundo Tesoureiro

CONSELHO EDITORIAL

Lícia Fabris Colodete Libanio
José Luis Leal de Oliveira

Daniela Ramos
Jornalista Responsável - MTB 2771 - ES

Entre em contato:
apespsiquiatria@gmail.com

EDITORIAL

Apresentação da XV Jornada de Psiquiatria



**LÍCIA
COLODETE**
PSIQUIATRA E
PRESIDENTE DA APES

É com grande entusiasmo que apresento a XV Jornada de Psiquiatria da Associação Psiquiátrica do Espírito Santo (APES), a ser realizada nos dias 29 e 30 de novembro de 2024, no auditório do Vitória Grand Hall. Este evento, que já se consolidou como um dos mais relevantes no calendário da psiquiatria capixaba, traz em sua edição deste ano o tema "Psiquiatria em Foco: Contemporaneidade, Conexões e Diálogos."

O conceito desta Jornada foi cuidadosamente elaborado para refletir os desafios e as complexidades do exercício da psiquiatria nos tempos atuais. Vivemos em uma era de profundas transformações sociais, culturais e tecnológicas, que impactam diretamente a saúde mental e as práticas psiquiátricas. É nesse contexto que nos propomos a explorar, ao longo de dois dias, as múltiplas dimensões da contemporaneidade, buscando estabelecer conexões e promover

diálogos entre os diversos atores envolvidos na promoção da saúde mental.

A proposta desta jornada é destacar a importância do diálogo e das conexões, reconhecendo que a psiquiatria faz interface com todas as demais especialidades médicas. Nosso objetivo é proporcionar esses laços e fomentar diálogos interdisciplinares, multidisciplinares e interdisciplinares, abordando as interfaces que a psiquiatria compartilha com outras áreas da medicina. Este evento pretende ser um espaço de integração, onde profissionais de diferentes especialidades possam compartilhar conhecimentos, experiências e colaborar em prol de uma abordagem mais holística e compreensiva da saúde mental.

A programação da Jornada foi estruturada para abordar temas de grande relevância, como os desafios do mundo contemporâneo, a saúde da mulher, a psiquiatria forense, e as novas fronteiras da psiquiatria intervencionista. Esses tópicos serão discutidos por especialistas de renome,

que trarão suas perspectivas e experiências, enriquecendo o debate e fomentando a troca de conhecimentos.

Além disso, a Jornada será uma oportunidade ímpar para o fortalecimento da nossa comunidade psiquiátrica, proporcionando momentos de integração e confraternização entre colegas de profissão. Acreditamos que o encontro e a troca de experiências são fundamentais para o aprimoramento contínuo da prática psiquiátrica e para a construção de um futuro onde a saúde mental seja cada vez mais valorizada e compreendida.

Convido a todos a participarem ativamente desta Jornada, que promete ser um marco na nossa trajetória profissional. Juntos, poderemos avançar na construção de uma psiquiatria que, ao mesmo tempo em que dialoga com as demandas do presente, mantém-se conectada com os princípios éticos e humanísticos que sempre nortearam nossa prática.

**Nos vemos no
Vitória Grand Hall!**

EDITORIAL

Apresentação da XV Jornada de Psiquiatria



**LÍCIA
COLODETE**
PSQUIATRA E
PRESIDENTE DA APES

É com grande entusiasmo que apresento a XV Jornada de Psiquiatria da Associação Psiquiátrica do Espírito Santo (APES), a ser realizada nos dias 29 e 30 de novembro de 2024, no auditório do Vitória Grand Hall. Este evento, que já se consolidou como um dos mais relevantes no calendário da psiquiatria capixaba, traz em sua edição deste ano o tema "Psiquiatria em Foco: Contemporaneidade, Conexões e Diálogos."

O conceito desta Jornada foi cuidadosamente elaborado para refletir os desafios e as complexidades do exercício da psiquiatria nos tempos atuais. Vivemos em uma era de profundas transformações sociais, culturais e tecnológicas, que impactam diretamente a saúde mental e as práticas psiquiátricas. É nesse contexto que nos propomos a explorar, ao longo de dois dias, as múltiplas dimensões da contemporaneidade, buscando estabelecer conexões e promover

diálogos entre os diversos atores envolvidos na promoção da saúde mental.

A proposta desta jornada é destacar a importância do diálogo e das conexões, reconhecendo que a psiquiatria faz interface com todas as demais especialidades médicas. Nosso objetivo é proporcionar esses laços e fomentar diálogos interdisciplinares, multidisciplinares e interdisciplinares, abordando as interfaces que a psiquiatria compartilha com outras áreas da medicina. Este evento pretende ser um espaço de integração, onde profissionais de diferentes especialidades possam compartilhar conhecimentos, experiências e colaborar em prol de uma abordagem mais holística e compreensiva da saúde mental.

A programação da Jornada foi estruturada para abordar temas de grande relevância, como os desafios do mundo contemporâneo, a saúde da mulher, a psiquiatria forense, e as novas fronteiras da psiquiatria intervencionista. Esses tópicos serão discutidos por especialistas de renome,

que trarão suas perspectivas e experiências, enriquecendo o debate e fomentando a troca de conhecimentos.

Além disso, a Jornada será uma oportunidade ímpar para o fortalecimento da nossa comunidade psiquiátrica, proporcionando momentos de integração e confraternização entre colegas de profissão. Acreditamos que o encontro e a troca de experiências são fundamentais para o aprimoramento contínuo da prática psiquiátrica e para a construção de um futuro onde a saúde mental seja cada vez mais valorizada e compreendida.

Convido a todos a participarem ativamente desta Jornada, que promete ser um marco na nossa trajetória profissional. Juntos, poderemos avançar na construção de uma psiquiatria que, ao mesmo tempo em que dialoga com as demandas do presente, mantém-se conectada com os princípios éticos e humanísticos que sempre nortearam nossa prática.

**Nos vemos no
Vitória Grand Hall!**

PSIQUIATRIA E EMT

Uma nova esperança para pacientes com depressão resistente ao tratamento

A depressão, uma síndrome clínica que afeta o humor, energia, impulsos e psicomotricidade, é uma das condições mais prevalentes e incapacitantes na sociedade moderna. No entanto, apesar dos avanços em tratamentos convencionais, como psicoterapia e medicação, cerca de 30 a 40% dos pacientes não obtêm alívio dos sintomas, sendo classificados como portadores de Depressão Resistente ao Tratamento (DRT). Essa realidade destaca a necessidade urgente de novas abordagens terapêuticas. Nesse cenário, a Estimulação Magnética Transcraniana Repetitiva (EMTr) desponta como uma alternativa promissora e eficaz. Utilizada por especialistas, como a Dra. Janine Moscon, a técnica tem mostrado resultados significativos tanto na depressão unipolar quanto na bipolar. "A EMTr é uma ferramenta valiosa para pacientes que não respondem aos tratamentos convencionais ou que têm contraindicações para o uso de certos medicamentos",



Foto: Divulgação

afirma Dra. Janine. "Os protocolos atuais permitem focar áreas específicas do cérebro, ajustando a estimulação conforme a necessidade de cada paciente."

A técnica baseia-se na teoria de assimetria cortical na depressão, visando áreas como o córtex pré-frontal dorsolateral (CPFDL). A estimulação de alta frequência do CPFDL esquerdo ou a inibição do CPFDL direito tem mostrado taxas de resposta de até 58% e remissão em 37% dos casos de DRT. Além disso, a EMTr se destaca por sua segurança e tolerabilidade, sendo aplicável inclusive em gestantes e lactantes, sem necessidade de sedação e com poucos efeitos

colaterais.

Dra. Janine destaca ainda que "um dos grandes benefícios da EMTr é que ela não causa prejuízo cognitivo, como observado em outras terapias, podendo até ter um efeito pró-cognitivo." As sessões, realizadas em nível ambulatorial, permitem que os pacientes mantenham suas rotinas diárias, sem a necessidade de interrupções significativas em suas atividades.

Com a crescente adoção da EMTr, há um novo horizonte de esperança para aqueles que convivem com a depressão resistente, trazendo melhorias significativas na qualidade de vida desses pacientes.

ENTREVISTA

Dr. Roger Bongestab é cirurgião e nutrólogo.

Ele é uma referência na Nutrologia no Espírito Santo, com uma formação sólida em Medicina pela Emescam, seguida por residência em Cirurgia Geral, pós-graduação em Terapia Nutricional Hospitalar e especialização em Nutrologia. Com experiência internacional, incluindo estágios na Alemanha, e doutorando em Porto (Portugal) e participação em pesquisas e congressos globais, é membro de prestigiadas sociedades médicas, como o Colégio Brasileiro de Cirurgiões e a Associação Brasileira de Nutrologia.

Atualmente, atua como docente em Nutrologia no Hospital Israelita Albert Einstein-SP e é Diretor do Instituto de Nutrologia e Metabolismo Avançado (INMA).

A integração entre nutrologia e psiquiatria é uma abordagem essencial no tratamento holístico dos pacientes, dado o forte vínculo entre saúde mental e nutricional. Deficiências nutricionais podem agravar ou desencadear transtornos psiquiátricos, enquanto condições como depressão e ansiedade afetam negativamente a nutrição. A colaboração entre psiquiatras e nutrólogos permite identificar e tratar as causas nutricionais dos distúrbios mentais, promovendo uma recuperação mais completa e prevenindo futuras complicações.

1- Qual é a importância da nutrologia no tratamento de transtornos psiquiátricos?

A nutrologia e a psiquiatria se complementam e convergem em diversos momentos. Muitas doenças metabólicas têm um fundo emocional, e, muitas vezes, as emoções também são consequências de alterações



Foto: Divulgação

metabólicas. Um exemplo é a obesidade, que pode ser tanto causa quanto consequência de alterações psíquicas e metabólicas. Sabemos que alguns tratamentos psiquiátricos, como o uso de antipsicóticos, podem aumentar o desejo alimentar do paciente, resultando em ingestão excessiva de calorias e, consequentemente, na obesidade. Assim, a nutrologia pode se associar à psiquiatria no tratamento de doenças como a obesidade, além de transtornos alimentares como anorexia, bulimia e compulsão alimentar. Também podemos atuar na mediação dos efeitos colaterais de medicações antipsicóticas, que, dependendo da geração, podem causar esse tipo de alteração.

2- Em sua experiência clínica, quais são os maiores desafios na integração entre nutrologia e psiquiatria?

Acredito que a base da integração começa com a comunicação. A oportunidade de participar desta matéria permite que eu converse com colegas psiquiatras que estão lendo. Certamente, são profissionais que buscam atualizações, assim como nos congressos médicos de suas especialidades. Precisamos conversar mais. Nos Congressos de Nutrologia, temos cada vez mais psiquiatras abordando suas temáticas, e o inverso também deve acontecer. Temos

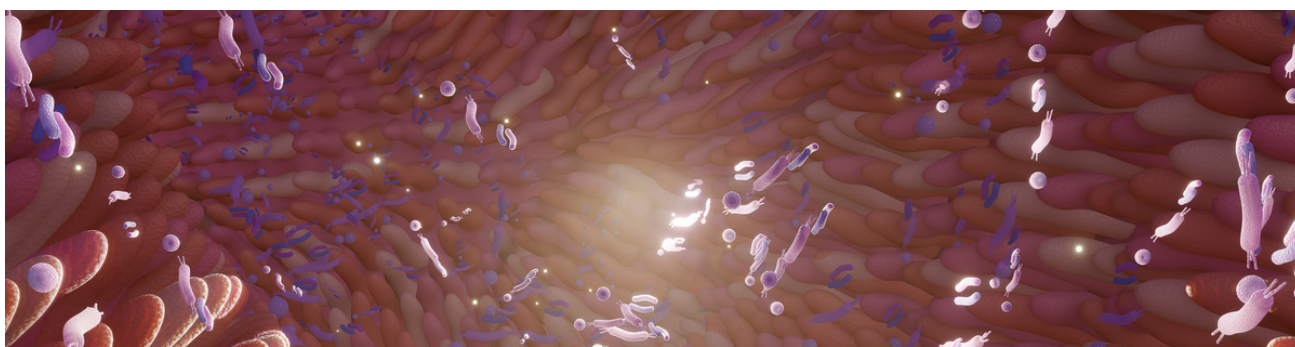


Ilustração da microbiota intestinal - considerada o segundo cérebro

psiquiatras de referência no nosso estado, e hoje, com as facilidades dos meios de comunicação como mídias sociais, telefonemas e aplicativos como o WhatsApp, a troca de informações clínicas e o manejo dos pacientes tornam-se mais acessíveis.

3- A conexão entre a microbiota intestinal e a saúde mental tem ganhado destaque. Como você tem aplicado esse conhecimento na sua prática clínica?

A microbiota é hoje conhecida como um órgão à parte em nosso corpo. No intestino, especialmente a microbiota intestinal, tem a capacidade de produzir substâncias que são verdadeiros neurotransmissores, que atuam tanto local quanto sistemicamente. Por exemplo, 80% da serotonina circulante no organismo é produzida pela microbiota, que transforma o aminoácido triptofano em 5-hidroxitriptamina, conhecida como serotonina. Essa serotonina, produzida pela microbiota, chega ao sistema nervoso central pela corrente sanguínea. Além disso, outros neurotransmissores são produzidos através dessas secreções bacterianas, chamadas de pós-bióticos. Hoje, assim como a psiquiatria utiliza exames farmacogenéticos, temos exames de microbiota que analisam, por meio da genética, a microbiota do paciente, permitindo individualizar o tratamento com a oferta de bactérias, fibras prebióticas, simbióticos ou até mesmo pós-bióticos para que o paciente obtenha os benefícios dessa conexão entre microbioma e sistema nervoso.

psiquiatras de referência no nosso estado, e hoje, com as facilidades dos meios de comunicação como mídias sociais, telefonemas e aplicativos como o WhatsApp, a troca de informações clínicas e o manejo dos pacientes tornam-se mais acessíveis.

4- Como os profissionais da psiquiatria e da nutrologia podem colaborar de maneira mais eficaz no cuidado do paciente?

Psiquiatras, psicólogos, psicanalistas e todos aqueles que se dedicam a estudar a mente humana podem aprimorar sua prática clínica ao incluir a nutrologia na abordagem do paciente. Como mencionei anteriormente, a comunicação é essencial. A integração é resultado da troca de experiências e informações sobre cada paciente. Fala-se muito em multidisciplinaridade, mas eu prefiro o termo interdisciplinaridade. Na multidisciplinaridade, cada profissional atua de forma isolada; na interdisciplinaridade, os especialistas estão integrados, trabalhando juntos com o mesmo objetivo. Nosso objetivo não é apenas diagnosticar a saúde mental, mas também abordar a saúde neurológica e metabólica do paciente de forma holística.

“Muitas doenças metabólicas têm um fundo emocional, e, muitas vezes, as emoções também são consequências de alterações metabólicas.”

ARTIGO



Os Médicos da Alma



**VALBER
DIAS PINTO**
PSIQUIATRA
E MEMBRO DA APES

Poucas vezes vi meu trabalho ser definido de maneira tão sucinta. De fato, o exercício da Psiquiatria exige do profissional o encontro de duas expertises, a de um excelente clínico e a de habilidade de escutar o outro, muitas vezes sendo capaz de abandonar seus valores, temporariamente e por um ótimo motivo, com a finalidade genuína e amorosa de compreender a diferença e o diferente, o que podemos chamar de um exercício do respeito mútuo. Daí nasce a empatia e o verdadeiro diálogo, tão ausente ultimamente.

Fica fácil perceber que o instrumento fundamental

na arte da medicina é acima de tudo a linguagem, essa “tecnologia” que passa despercebida muitas vezes, mas que nos torna especial como humanos. Para compreender o aspecto artístico da medicina basta lembrar da necessidade de sustentação subjetiva das condutas para que sejam seguidas e da dificuldade de repassar esse ensinamento, uma vez que é peculiar a cada profissional. Estar atento a esses aspectos pode ser decisivo para o sucesso de um tratamento, pois as razões que explicam o efeito do mesmo vão muito além do efeito intrínseco de um método terapêutico, indo desde a história natural daquela doença até a arte do terapeuta, passando por outras explicações que não cabem aqui.

No entanto, a satisfação do paciente nem sempre é sinônimo de boa prática médica! Além do aspecto humano, o profissional médico deve deter conhecimento técnico e

científico, constantemente atualizado, sendo capaz de traduzir e separar aquelas informações com boa evidência ou não de eficácia, afinal a razão é inegociável, e cabe ao profissional o valor ético de transmitir isso a quem lhe pede ajuda e lhe deposita confiança, o tal “sujeito suposto saber”. É bom lembrar, sempre, que a essência do juramento de Hipócrates, repetido a cada formatura de uma turma de Medicina, é nortear o comportamento do médico para que atue dentro e para os valores da comunidade em que está inserido.

Assim, nesta data em homenagem aos Médicos Psiquiatras (escolhida pois em 13 de agosto de 1966 foi fundada a Associação Brasileira de Psiquiatria - ABP), fica meu desejo de que a saúde mental seja cada vez mais valorizada em nossa Sociedade, tão carente de relações de qualidade entre as pessoas.

***Este texto também foi publicado em A Gazeta**

RESENHA CULT



Foto: Divulgação

O título parecia acolhedor e foi o que bastou para me levar ao cinema. As aparências costumam enganar.

Tipos de Gentileza (Kinds of Kindness, 2024) é o novo longa de Yorgos Lanthimos, também diretor do recentemente premiado Pobres Criaturas.

Trata-se de uma antologia, dividida em três partes, em que o mesmo elenco é aproveitado nas distintas histórias que se cruzam, mas não necessariamente se complementam. Como se lêsemos um livro de contos.

Os sonhos são antes um ponto de partida, então gostei quando começou tocando Sweet Dreams Are Made of This, do Eurythmics. Para mim, música boa é sempre uma esperança de que coisas melhores virão. Estava me acomodando quando de repente vem uma interrupção abrupta, grotesca. Vou precisar de paciência, pensei. Isto não foi nada gentil.

Daí em diante, está dado o ritmo. Entre sutilezas e solavancos, recorrentemente me perguntava “o que estou fazendo aqui”? Não sabendo, fui ficando...

São curiosas essas coisas que, não acontecendo, acontecem. Tipos de Gentileza, em essência, alude às relações abusivas e ao vazio existencial. Há uma miríade de interpretações possíveis, afinal estamos falando de arte. Personalidades dependentes, fragmentadas, cruéis – e gentis. Mas uma gentileza tosca, superficial, ridícula. Deveria haver um nome para o tipo humano contemporâneo que só joga para a plateia. Se for mesmo humano.

Ousaria dizer que estamos diante de uma narrativa sem sombras, tal como um discurso esquizofrênico. Aliás, na história não faltou o sujeito paranoico que, afinal, estava com a razão. Uma razão absurda, mas mesmo assim razão.

Fiquei com a impressão de estar vendo uma sucessão de fotografias isoladas, aleatórias, como num feed de instagram – embora com a vantagem de durar apenas o tempo de um filme, sem as curtidas.

Em outros momentos parecia estar diante de um Tarantino, só que silencioso. Tudo muito esquisito. Ainda não sei se gostei.

O bizarro está em alta, a loucura está na moda. O que é uma loucura, pensem bem. Mas isto não é de todo um mal. O mal é outra coisa.

Certa vez li, já não sei onde, que o mal nada mais é do que um vazio, e não se pode preencher um vazio com outro vazio. Achei a frase de grande profundidade, às vezes eu a utilizo no intuito de ajudar alguém – e a mim mesma.

Um outro tipo de gentileza.

Por: **Lícia Colodete**, psiquiatra e presidente da APES.

