

APES EM FOCO

Nº.1

Edição 001/23

DEZEMBRO 2023

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

ENTREVISTA

DR. ANTÔNIO GERALDO
PRESIDENTE DA ABP

ARTIGO

DOPAMINA
A BUSCA DESENFREADA PELO
PRAZER IMEDIATO

FALA RESIDENTE

OS DESAFIOS DA RESIDÊNCIA
EM PSIQUIATRIA



SUMÁRIO

PÁGINA 03

EDITORIAL

Apes em foco - A importância do registro dos fatos de nossa instituição - Dra. Lícia Colodete

PÁGINAS 04 E 05

ENTREVISTA

Dr. Antônio Geraldo - presidente da ABP

PÁGINAS 06 E 07

ARTIGO

Dopamina: a busca desenfreada pelo prazer imediato - Dr. José Luís Leal de Oliveira

PÁGINA 08

FALA RESIDENTE

Os desafios da residência em psiquiatria

PÁGINA 09

RESENHA CULT

Melancolia - Lars von Trier

PÁGINA 10

SOCIAL

Nossos associados no Congresso da ABP

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

Regina Trindade

(Revisão)

Daniela Ramos

Jornalista Responsável - MTB 2771 - ES

Entre em contato:

apespsiquiatria@gmail.com

EDITORIAL

APES EM FOCO: "Trata-se de uma contribuição para o registro da nossa memória institucional".



**LÍCIA
COLODETE**
PSQUIATRA E
PRESIDENTE DA APES

É com grande satisfação que inauguramos o Jornal da APES, no final deste primeiro ano da atual gestão. Ao longo deste período sediamos a XVII Jornada ABP Sudeste de Psiquiatria e XIV Jornada de Psiquiatria da APES, evento que muito nos orgulhou e nos inspira a continuar fazendo cada vez melhor. Também realizamos o I Simpósio da APES de Prevenção ao Suicídio, onde lançamos o I Cine APES, ações que devem entrar na nossa agenda regular e assim estruturar as atividades presenciais. Mas há muito tempo que, ainda antes de assumirmos a atual diretoria, pensávamos que seria interessante dispormos de um veículo oficial para a exposição de ideias e ideais, algo que pudesse nos estimular como associação, de mérito e de fato. Queremos afirmar a nossa identidade através do fomento à cultura, do reconhecimento da nossa história. Estes são os pilares do desenvolvimento; que nós então os cultivemos. Pois bem. Os jornais, para além da divulgação de notícias, são a

expressão do pensamento de uma sociedade. Têm o compromisso com a verdade, criticam e estão abertos a críticas, convidam a pensar, refletem o nosso tempo.

Acreditamos que este possa ser mais um veículo de avivamento do exercício intelectual necessário para a boa prática profissional, pois, diferente das estritas publicações científicas, abre um espaço de pluralidade e efervescência necessários para incentivar novas ideias, propostas e relações.

Neste sentido, desconheço especialidade médica mais rica do que a Psiquiatria para inspirar as mais interessantes discussões. Profundamente humana, mesmo quando rigorosamente científica, somos chamados a responder, dentre tantas outras coisas, aos grandes dilemas existenciais, o que nos exige, além da boa formação médica, um vasto conhecimento geral.

A criação deste jornal, que hoje nasce em formato eletrônico, foi inspirada naqueles que nos precederam.

Para quem não sabe, a APES já publicou os seus periódicos impressos no passado, uma história que também merece ser contada. Será. Aqui compartilharemos conhecimento, opiniões e informes, com o propósito de favorecer a defesa da profissão, dos pacientes e dos serviços de saúde mental.

Com previsão de tiragem bimestral, possibilitará uma maior visibilidade da nossa associação e seu compromisso com a sociedade ampliada. Ademais, trata-se de uma contribuição para o registro da nossa memória institucional.

Reconhecemos, portanto, a importância de se documentar as atividades, descobertas e conquistas da APES. Através de um jornal cuidadosamente elaborado e regular, teremos a oportunidade de trilhar os caminhos do nosso progresso. O periódico nos permitirá preservar as narrativas que moldam a nossa jornada coletiva, assegurando que as próximas gerações de profissionais de saúde mental possam extrair lições valiosas das experiências e realizações passadas, rumo a um futuro cada vez mais promissor. Assim esperamos, trabalhando.

Concluimos então com um convite a todos os associados e demais leitores que queiram auxiliar o nosso projeto a torná-lo útil e interessante, que nos contatem através do e-mail apespsiquiatria@gmail.com.

O jornal é nosso. Boa leitura!

**"A criação deste
jornal, que hoje nasce
em formato
eletrônico, foi
inspirada naqueles
que nos
precederam".**

ENTREVISTA

Dr. Antônio Geraldo **é presidente da Associação** **Brasileira de Psiquiatria**

1. Poderia nos contar um pouco sobre o seu percurso profissional e o que te levou a escolher a Psiquiatria como especialidade?

Eu nasci em uma cidadezinha chamada Grão Mogol, no Norte de Minas, onde só existia escola pública até a 8ª série ginásial. Fui estudar em Montes Claros, também escola pública, a Escola Normal para formação de professores, depois fui fazer o segundo ano, em uma Escola Técnica, cursar Mercadologia. Apenas no 3º ano tive acesso a aulas de química, física, biologia e etc. Passei no vestibular ainda adolescente, mais ou menos aos 16 anos de idade. Ingressei na Faculdade de Medicina na Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES) formando aos cerca de 22 anos, e em seguida me mudei para Brasília para fazer residência médica no HSVP/UnB. Terminando a residência médica em Psiquiatria, assumi uma cadeira de professor na Faculdade de Medicina da UnB, depois fui coordenador do Programa de Residência Médica integrada em Psiquiatria do HUB/ HSVP, sendo aí iniciada a minha trajetória profissional.

Eu escolhi ser psiquiatra pela possibilidade que a profissão tem de ajudar as pessoas que padecem de doenças mentais a terem uma vida de qualidade oferecendo um atendimento humanizado baseado em premissas científicas, pois queria muito que a nossa especialidade deixasse de ser um “patinho feio”. Como presidente da ABP, tenho muito orgulho de ter trazido a Campanha Setembro Amarelo® para o Brasil e ver o quanto alcançamos com nossos esforços em prol da saúde mental dos brasileiros. Fui a primeira pessoa a abordar de forma diferente o preconceito contra as pessoas que estão com doenças mentais e também o preconceito com os profissionais, buscando criminalizar este absurdo, e criei o termo



Foto: Divulgação

"Psicofobia", que explica este preconceito que está enraizado na nossa sociedade.

2. Qual a importância da ABP para o psiquiatra e para a Psiquiatria?

A ABP é a instituição representativa dos médicos psiquiatras do Brasil. Com muito esforço, conseguimos credibilidade e notoriedade diante da sociedade e de autoridades. Hoje, junto com o Poder Público, participamos da criação de Políticas Públicas em Saúde Mental.

Nossas campanhas se tornaram parte do calendário nacional e nos tornaram referências em assuntos relacionados à saúde mental. A ABP contribui ativamente para a formação e atualização de novos psiquiatras através dos nossos eventos e cursos. Nosso congresso é o mais importante e maior da área na América Latina e segundo maior do mundo, mas também é o Congresso com a maior pontuação pela WPA. Não somos o maior, mas somos o melhor.

3. Como a Psiquiatria brasileira se situa no amplo cenário internacional?

Temos hoje no Brasil uma Psiquiatria de excelência, reconhecida internacionalmente, que não perde em qualidade para nenhum país ou continente.

Somos reconhecidamente excelentes nesta área da Medicina, desde a pesquisa básica até aos resultados na clínica diária.

A nossa melhor publicação científica, a Brazilian Journal of Psychiatry (BJP), se consolidou, e figura sempre o 1º lugar até o 3º lugar entre as melhores revistas de todas as áreas das Ciências e não apenas da área da Medicina ou da Saúde. Temos psiquiatras brasileiros nas maiores universidades do mundo em postos-chaves e nosso Congresso Brasileiro de Psiquiatria (CBP) é frequentado por psiquiatras de mais de 30 países. Hoje estamos no topo do que há de melhor na Ciência internacional.

4. Que relações guardam a psiquiatria do passado e do futuro? Quais as perspectivas atuais para o progresso da especialidade?

Ao longo dos anos vimos a transformação da Psiquiatria em diversos aspectos, tanto em pesquisa, como em novas abordagens e novas formas de tratar as doenças mentais, descobertas de novas doenças e mudanças nas classificações e o aperfeiçoamento dos diagnósticos. A Psiquiatria continuará evoluindo e o futuro trará ainda mais inovações em tratamentos e em diagnóstico. A tecnologia também será uma ferramenta que poderá contribuir na prática do dia a dia dos psiquiatras.

Já temos estudos e debates sobre como o uso de inteligência artificial pode ajudar a psiquiatria como diagnósticos de mais precisão, por exemplo. Minha perspectiva para o futuro é que possamos oferecer no sistema público brasileiro uma Psiquiatria de primeiro mundo assim como já realizamos no serviço privado.

5. Como a ABP tem contribuído para a qualificação profissional?

Temos contribuído de forma direta através dos nossos associados e também de forma indireta abrindo as portas da ABP para treinar, especializar e certificar os psiquiatras que são formados e verificados por nós.

Organizamos anualmente a Prova de Título de Especialista e as provas de áreas de atuação que

tem uma enorme significância.

Nós temos eventos de excelência durante todo o ano, mês a mês, tanto presenciais quanto on-line, tratando de temas atuais e relevantes para a especialidade e de altíssima repercussão na prática clínica. Durante todo o ano promovemos cursos de atualização e aperfeiçoamento profissional pensando na formação de novos psiquiatras e dos mais experientes. Vamos lançar a maior plataforma *on demand* de atualização científica em psiquiatria do país. Além de termos o PEC que oferece centenas de horas de aula de grandes especialistas 24h por dia, 365 dias ao ano.

6. O que o senhor teria a dizer sobre a cobertura dos serviços de saúde mental hoje no Brasil?

Insuficiente. Não temos um sistema capaz de atender adequadamente a população. Não temos ambulatórios especializados para tratar pessoas com depressão, outros transtornos afetivos ou alimentares, por exemplo. Não existem remédios em farmácias populares para tratar as doenças mentais no Brasil. Não temos equipes multidisciplinares para atendimento psiquiátrico nos hospitais.

Precisamos que os governos invistam em políticas públicas de saúde mental para que os brasileiros possam ter acesso a um tratamento de qualidade no sistema público em três níveis, seguindo um modelo ideal de atendimento.

7. Gostaria de deixar alguma mensagem aos psiquiatras em formação e aos colegas que já estão em atividade na especialidade?

Muito obrigado pela confiança no trabalho da ABP. Nós iremos continuar trabalhando firme pelo crescimento e fortalecimento da Associação. Nosso objetivo principal é garantir assistência pública em saúde mental para todos os brasileiros e a valorização da Psiquiatria e seus psiquiatras.

ARTIGO

DOPAMINA a busca desenfreada pelo prazer imediato e os desafios para a saúde mental



**JOSÉ LUIS LEAL
DE OLIVEIRA**
PSIQUIATRA



Desde quando James Olds e Peter Milner (Olds & Milner, 1954) em 1954 descobriram acidentalmente a primeira pista sobre a localização do sistema de recompensa cerebral, que é formado por grupo de estruturas responsáveis pela motivação, aprendizado, reforço positivo, desprazer e movimento, várias foram as pesquisas feitas para a descoberta de substâncias que ativassem esses locais. Esse sistema de recompensa, porém, exercendo papel importante no desenvolvimento das adições químicas e comportamentais, déficits de aprendizado, psicoses e depressão.

A dopamina, conhecida como “hormônio do vício”, é uma dessas substâncias que causam prazer imediato. Nos últimos anos, a eterna busca dos seres humanos por soluções rápidas para se alcançar a sensação de bem-estar, de alegria, tranquilidade e prazer, tem causado uma corrida em busca de informações para esses fins.

Um levantamento feito com dados do *Google Trends* mostra que, nos últimos cinco anos, as buscas pelo termo “dopamina” triplicaram no Brasil (+270%) e duplicaram no mundo (+100%). Essa procura pode indicar dentre tantas possibilidades que, de alguma forma, a sociedade está à procura de psicoeducação, mas ao mesmo tempo de soluções efêmeras para problemas muito mais profundos, as quais algumas vezes podem piorar o sofrimento e até gerar dependência.

A curiosidade a respeito do tema pode ser perigosa; esse neurotransmissor, produzido naturalmente em nosso organismo, no sistema de recompensa cerebral é responsável pelo aprendizado, e por sua vez pelo desenvolvimento dos vícios, assim como do processo de motivação dos comportamentos e aprendizados. Além da dopamina, o termo “serotonina” tem sido muito

buscado. Somente no Brasil, o crescimento da palavra no *Google Trends* aumentou 70% entre 2018 e 2023.

Outro dado curioso revelado pelo *Google Trends* é a procura por livros com títulos como “Dopamina: a molécula do desejo” e “Nação Dopamina”. Os cliques atrás desse tipo de conteúdo aumentaram no mesmo passo que a busca pelo termo “dopamina” nos últimos cinco anos.

A chefe da *Stanford Addiction Medicine Dual Diagnosis Clinic*, na Universidade de Stanford a pesquisadora Anna Lembcke, discorre, em seu livro “Nação Dopamina”, que em razão do excesso de estímulos prazerosos, uso excessivo das tecnologias, e exigência social de performance e busca de diversos comportamentos e substâncias estimulantes, estamos nos tornando cada vez mais infelizes, insatisfeitos, desatentos e desmotivados, e dependentes de estímulos para

nos sentirmos vivos, causando sofrimento mental na ausência dos comportamentos estimulantes. Esta autora propões um “jejum dopaminérgico”, que inclui a retirada ou redução desses comportamentos estimulantes e introdução da atividade física, alimentação saudável, higiene do sono, e comportamentos prazerosos simples e antigos, como por exemplo os jogos de tabuleiro hoje ultrapassados, dentre outros, a fim de reequilibrar o sistema de recompensa cerebral ao funcionamento padrão, para resgatar prazeres com comportamentos que a sociedade atual esqueceu ou julga ultrapassados.

É interessante na nossa clínica observar quantos dos nossos pacientes são usuários pesados de smartphone e de televisão, alimentos processados, sedentarismo, consumo de álcool e outras substâncias psicoativas, a fim de ponderarmos o quanto da doença pode estar sofrendo influências de maus hábitos.

Os estímulo dopaminérgico excessivo tende a gerar aumento de tolerância, onde a mesma quantidade de substância não produz mais o mesmo efeito, levando a doses crescentes. Além disso, a dependência pode se instalar, resultando em dificuldade para interromper o uso, mesmo quando há danos evidentes à saúde.

O aumento do desequilíbrio

dos sistemas serotoninérgicos, por sua vez, também pode ter implicações negativas. O abuso de substâncias que afetam a serotonina pode levar a desequilíbrios, resultando em sintomas como ansiedade, inquietação, impulsividade, insônia e alterações de humor, haja visto os efeitos da síndrome de abstinência de substâncias psicoativas e dos comportamentos aditivos geralmente geram quadros psiquiátricos com desregulação emocional, assim como sintomas depressivos e ansiosos.

Há alguns anos nos deparamos com novas manifestações e classificação de quadro psiquiátricos contemporâneos, como é o caso da NOMOphobia (acrônimo para a frase em inglês, *no mobile phobia*, que diz respeito a abstinência do celular e seus sintomas fóbico-ansiosos).

Além da dopamina, o termo “serotonina” tem sido muito buscado. Somente no Brasil, o crescimento da palavra no Google Trends aumentou 70% entre 2018 e 2023.

Os efeitos adversos no campo social também são evidentes. Relacionamentos familiares, amizades e relações

profissionais podem ser prejudicados pelo comportamento impulsivo e pela busca incessante de gratificação. O isolamento social muitas vezes acompanha o abuso dessas substâncias, exacerbando ainda mais os problemas emocionais.

É fundamental destacar que a felicidade e o bem-estar genuínos não podem ser alcançados de maneira sustentável por meio do abuso de substâncias. A construção de uma vida plena e significativa envolve uma abordagem holística que incorpora hábitos saudáveis, relacionamentos positivos, desenvolvimento pessoal e suporte emocional. Precisamos compreender que o abuso de substâncias não se limita exclusivamente à dopamina; outros neurotransmissores e sistemas cerebrais estão interligados nesse processo complexo.

O tratamento eficaz de distúrbios relacionados ao abuso principalmente de dopamina requer uma abordagem abrangente, incluindo suporte psicológico, intervenções comportamentais e, em alguns casos, medicamentos.

A conscientização sobre os riscos associados ao uso indevido de substâncias que afetam esses hormônios é essencial para promover a saúde mental e prevenir danos significativos ao bem-estar humano.

FALA RESIDENTE



Os desafios da residência em psiquiatria



SILVIO PRETI
RESIDENTE EM
PSIQUIATRIA

A Residência Médica é um período de formação e, como não poderia deixar de ser, de grandes expectativas, independentemente da área de escolhida. A Psiquiatria, entretanto, possui certas peculiaridades que me fazem pensar que seja uma especialidade única, no bojo de uma profissão tão rica em seus fundamentos. Vasta e complexa enquanto ciência, a interface com as Ciências Humanas a tornam um mundo à parte e, no meu entender, é aí que reside o maior desafio, o de tentar entender e se colocar no lugar do outro, de olhar para o outro e não enxergar apenas o sintoma do mal

que o aflige, mas ir além, tentar conhecer os aspectos humanos e sociais que colaboraram para o seu processo de adoecimento.

Os desafios que se impõem a quem vivencia a Residência em Psiquiatria extrapolam o simples ato de atender alguém com uma doença simples, ou um atendimento rápido de um quadro gripal em um Pronto Socorro de Hospital geral. São três anos de muita expectativa, muitos questionamentos muitas vezes sem uma resposta exata. A extensa carga horária semanal somada à carga emocional advinda do sofrimento mental com que lidamos todos os dias concorrem para tornar o processo, em vários momentos, praticamente impossível. Mas continuamos.

Uma questão não menos importante, mas também desafiadora, é a forma com que, a despeito do cansaço do dia-a-dia,

procuramos o embasamento teórico para a nossa formação. São horas de estudos diários, ou melhor dizendo, noturnos, buscando na literatura um entendimento dos fenômenos que observamos na nossa prática, seja nas enfermarias do Hospital, nos CAPS ou CRE (falando como R1). E essa base teórica é fundamental para que possamos ter sucesso.

Sem mais delongas, penso que a questão final para esta impressão, porém sem a pretensão de dar o assunto por encerrado, é a inserção dos Residentes em Psiquiatria no Sistema Público de Saúde. Aprender a trabalhar em equipe, respeitando as individualidades dos diversos saberes que compõem uma equipe multiprofissional, além aprender a gerir e a participar do cuidado do paciente psiquiátrico em toda a sua extensão, também são desafios importante, e não menos complexos, para quem está iniciando sua formação.

RESENHA CULT



“Ofélia” de John Everett Millais

Uma obra de arte não se reduz a uma única interpretação, e esta é uma das funções da arte, ampliar a nossa percepção de mundo e de nós mesmos.

Melancholia (2011) é um premiado filme do polêmico diretor dinamarquês Lars von Trier. Neste longa, o cineasta faz um paralelo entre o fim do mundo e a doença depressiva, constrói uma narrativa densa, repleta de recursos estilísticos que tanto fascina como inquietam. Justine, a protagonista interpretada por Kirsten Dunst, contracenando com Claire, personagem da também excelente Charlotte Gainsbourg, sua irmã nesta história que provoca tanto pela temática quanto pela belíssima curadoria. Aliás, o filme é uma pequena pinacoteca.

A proximidade da colisão da Terra

com o planeta Melancholia provoca reações distintas nas personagens, da negação ao confronto perante a inexorável realidade da morte. Interessante como o diretor, já no prólogo, nos apresenta o que está por vir. Embaladas pelo prelúdio de Tristão e Isolda, ópera de Richard Wagner, as imagens em slow motion nos conduzem para uma atmosfera onírica, angustiante, talvez premonitória. O espectador, portanto, também está ciente de que tudo irá se acabar, mas mesmo assim faz o que lhe cabe fazer, assistir ao filme até o fim.

Se podemos arriscar outras interpretações, é possível ainda pensar no par das irmãs como os pólos depressivo e hipomaniaco, ambos se contrapondo, sustentando um ao outro, reunidos pelos laços de amor. A criança, filha de Claire e com

quem Justine estabelece conexão em meio ao teatro das aparências da vida cotidiana, compõe a tríade que sustenta o enredo e nos instiga a abraçar a nossa vida imaginativa.

Longe de ser uma obra para descrever um diagnóstico psiquiátrico, Melancholia contribui pelo seu apurado valor artístico. Vale a pena.

Melancholia (2011), de Lars Vontrier, foi o filme escolhido para ser assistido e analisado no

I Simpósio Apes de Prevenção ao Suicídio / Cine Apes que aconteceu no mês de setembro. A imagem acima é uma pintura que se refere à personagem da peça Hamlet, de Shakespeare, e que inspirou o diretor do filme em uma cena da personagem Justine (Kirsten Dunst).

SOCIAL

Participação de nossa diretoria e associados, no XL Congresso Brasileiro de Psiquiatria, que aconteceu entre os dias 18 e 21 de outubro de 2023, no Centro de Convenções Salvador, em Salvador - Bahia.



