JORNAL DO MÉDICO

APM ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE MEDICINA

Informativo da Associação Paulista de Medicina
São José dos Campos - SP
Ano 29 | nº 263 | Junho 2021

Diretorias Social e de Comunicação têm novos membros

Novos diretores reforçam o time da APM SJCampos

A diretoria da Associação Paulista de Medicina de São José dos Campos ganhou três novos membros, que dedicarão seu tempo e experiência para contribuir com as atividades da Regional.

As ginecologistas Hérica Veloso Ribeiro Mont'Alvão e Juliana Branchini atuarão na Diretoria Social, em conjunto com João Manuel de Carvalho Maio. O médico de família e comunidade Heitor Tognoli apoiará o trabalho de Nathalia Caterina na Diretoria de Comunicação.

Bem-vindos, doutores!

Heitor Tognoli

Médico formado pela UFSC em 2004. Especialista em Medicina de Família e Comunidade. Mestre em Saúde da Família. Já atuou atendendo pacientes, dando aula em faculdades de medicina e pós-graduações e gerindo sistemas de saúde públicos e privados. Essa experiência, somada ao seu interesse genuíno pelo ser humano (que sempre o motivou a oferecer o melhor cuidado possível a seus pacientes) e às paixões pela tecnologia e pelo empreendedorismo resultaram na Communicare - o prontuário eletrônico mais intuitivo do Brasil. Baseado no método SOAP e feito de médico para médico.

Hérica Veloso Ribeiro Mont'Alvão

Médica formada pela Faculdade de Medicina de Itajubá (MG) em 1997. Especialista em Ginecologia e Obstetrícia pelo concurso da Federação Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo). Possui especialização em Colposcopia, HPV e Câncer de colo uterino e pós-graduação em Patologia do trato genital inferior. É médica ginecologista no ambulatório de Laserterapia do Hospital Pérola Byington, em São Paulo (Patologia do trato genital inferior), além de atender, há 20 anos, em consultório particular.

Juliana Branchini

Formada em Pouso Alegre (MG), em 2007, fez residência médica em Ginecologia e Obstetrícia no Hospital Beneficência Portuguesa de São Paulo. É coordenadora do Pronto-socorro de Ginecologia e Obstetrícia do Hospital Municipal de São José dos Campos e do Hospital Maternidade Policlin de São José dos Campos. É auditora da operadora de saúde Policlin Saúde.

Sorteio no Dia dos Namorados

Em tempos tão difíceis, precisamos encontrar momentos para cultivar o amor. Para comemorar o Dia dos Namorados, a APM São José dos Campos sorteou jantares nos restaurantes Amicci e Donna Carmela, para dois casais.

Os ganhadores do sorteio foram os associados Eda Cavalieri e Renato de Souza e Silva.

Agradecemos aos restaurantes Amicci e Donna Carmela e ao laboratório Aché pela parceria!

O jantar no Amicci foi para a médica associada Eda Cavalieri; na foto, seu marido, o médico Umberto Rodrigues de Paula

O médico associado Renato de Souza e Silva foi sorteado para o jantar no Donna Carmela

Covid-19: Quem cuida da saúde dos médicos?

Essa pergunta pode até parecer incoerente, uma vez que a figura médica, com certa frequência, é vista como impedida de apresentar sinais que indiquem uma possível fragilidade em sua saúde. Mas não podemos nos esquecer que a pandemia da Covid-19 e outras doenças não escolhem suas vítimas. Todos nós podemos ser atingidos nos mais variados graus de acometimento da doença.

Atualmente, uma nova lógica de mercado invadiu o sistema de saúde, com administradores totalmente alheios à nossa profissão, trazendo palavras de ordem a nós, médicos, com as quais não estávamos acostumados, como "racionalização de mão de obra, produtividade, economia de escala, lucratividade, capital de risco, fusões, incorporações etc...". Isso tem levado a um convívio diário ainda mais intenso com a ansiedade, tensão permanente, a pressão para se tomar decisões muito rápidas, que podem significar a vida ou a morte dos pacientes, o que tem deixado os profissionais de saúde exaustos. Não se pode jamais esquecer que somos seres humanos cuidando de outros seres humanos. Cuidamos de nossos pacientes e suas famílias, com a missão de levarmos conforto a eles, mas não podemos deixar de nos permitir os cuidados com o nosso equilíbrio interior.

Acredito que uma boa parte de nós, médicos, enquanto é possível, disfarçamos os sintomas, medos e angústias de nosso cotidiano. Essa ansiedade, traduzida pelo medo do contágio, de nos contaminarmos, ou contaminarmos os familiares. Além disso, e o mais importante, o sentimento de impotência diante do risco permanente de morte, nos leva a protelar por muitas vezes ajuda médica, só procurando-a quando a situação já é crítica. Não é incomum que alguns de nós negligenciem a própria saúde e, por vezes, conhecendo o seu diagnóstico, entrem em negação de sua doença, com medo do que vão ouvir de outro colega.

De acordo com levantamentos feitos, de março de 2020 até fevereiro deste ano, morreram 25,9% mais profissionais de saúde do que durante todo o ano de 2019, com causas de morte diretamente relacionadas com a pandemia. A maior parte ocorreu por complicações da Covid-19 ou por doenças relacionadas ao estresse, como AVCs, IAMs, depressões, suicídio etc.. Muitas vezes, como já comentei, rotinas de trabalho exaustivas e a falta de acesso a EPIs contribuem com essa triste estatística que temos observado.

Nossa APM tem procurado, através do associativismo médico, oferecer um instrumento para que os médicos passem a ter maior expressão social, econômica e política. Dessa maneira, não somente o médico é amparado, como também a população é orientada quanto aos problemas de assistência médica, preservação e recuperação da saúde. Divulgamos diariamente à sociedade, em nossos meios de comunicação e mídias sociais, medidas de prevenção ao coronavírus, sem deixar de lado as campanhas de conscientização, como Setembro Amarelo, Outubro Rosa, Novembro Azul, entre outras.

Essa crise extraordinária que vivemos só pode ser ultrapassada com a solidariedade e união de todos, sem exceção. Desdenhar da importância de se usar máscaras, debochar do isolamento social, ridicularizar as vacinas são atitudes que se apresentam como gestos de desrespeito com quem está arriscando a sua vida para salvar a dos outros. Todos nós, médicos, e principalmente aqueles colegas

que trabalham no "front da guerra" contra a Covid-19, não escapam dos altos e baixos, dos dias de angústia, dor e (des)esperança, e o receio de carregarem o vírus consigo e o transmitirem para sua família, para seus entes mais queridos. Portanto, vamos nos cuidar e não ter vergonha de pedir o auxílio de um colega médico, algo que talvez não seja confortável, mas neste momento de pandemia se faz muito necessário.

A APM de São José dos Campos estará sempre ao lado dos médicos e também não vê a hora que essa pandemia passe para que possamos voltar a nos encontrar presencialmente.

Enquanto isso, CUIDEM-SE!!!

Othon Mercadante Becker
Presidente
APM SJCampos

Uma breve abordagem sobre vacinas

A vacina é uma fração de substância, introduzida no organismo humano ou de outro animal, para criar imunidade e contribuir para erradicar uma doença.

A primeira vacina que se tem conhecimento foi descoberta pelo Dr. Edward Jenner, na Inglaterra, no século XVIII, contra a varíola. Ele observou que ordenhadores de leite das vacas não contraíam a doença, uma vez que a varíola animal já os havia imunizado. A palavra vacina deriva do latim "vacinus", cujo significado é "derivado de vaca".

Com a contribuição de pesquisas científicas, as vacinas se tornaram eficazes e seguras. Os calendários vacinais nacionais são elaborados de acordo com informações epidemiológicas e frequências com que ocorrem as epidemias. São preconizados pelo Comitê Técnico do Ministério da Saúde e de Infectologia da Sociedade Brasileira de Pediatria. Periodicamente, são avaliados os dados observados, para que seja elaborado o calendário vacinal que melhor se adequará ao país ou região.

As orientações, indicações e demais observações devem ser feitas por profissionais de saúde, seja ela pública ou em consultórios privados. E estes devem estar devidamente treinados de acordo com as normas estabelecidas pelo Ministério da Saúde.

Vacinas são consideradas um dos grandes avanços da medicina, contribuindo para melhor qualidade de vida e longevidade. Foram um grande auxílio para a melhora da saúde mundial, com a erradicação da varíola e da poliomielite, e de outras pandemias que ocorreram, ao longo dos séculos, causando muitas mortes e incapacitações em todos os continentes.

O processo de imunização se inicia já na primeira hora de vida, através do aleitamento materno. Deve ser estimulado e apoiado, por seu alto poder imunológico e nutricional.

A mãe deve ser orientada, acompanhada e vacinada, obedecendo o calendário vacinal da gestante, ou mesmo no puerpério, quando indevidamente vacinada.

JORNAL DO MÉDICO
APM ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE MEDICINA
AMB Associação Médica Brasileira
www.apmsjc.com.br

Órgão informativo da Associação Paulista de Medicina São José dos Campos • Presidente – **Othon Mercadante Becker** • Vice-presidente - **David Alves de Souza Lima** • 1º Tesoureiro - **Gilberto Benevides** • 2º Tesoureiro – **Pedro Roberto Alves Ribeiro** • 1º Secretário – **Luiz Alberto Vantine** • 2º Secretário – **Pedro Luiz de Brito** • Diretores de Defesa Profissional – **Israel Diamante Leiderman e Cesar Massami Yukita** • 1º Diretores Científicos – **João Manoel Theotonio dos Santos e Odeilton Tadeu Soares** • Diretores de Comunicação – **Nathalia Caterina e Heitor Tognoli** • Diretores Sociais – **João Manuel F. Simões de Carvalho Maio, Hérica Veloso Ribeiro Mont'Alvão e Juliana Branchini** • Diretores Culturais – **Roberto Schoueri Jr. e Galiano Brazuna Moura** • Diretores de Esportes – **Fabio da Silva Baptista e Walter Rodrigo Miyamoto** • Conselho Fiscal – **Sérgio dos Passos Ramos, Antonio Celso Escada, Margarida Fernandes Alves Isaac, Jerônimo Ruiz Centeno** • Delegados junto à APM Estadual – **Francir Veneziani Silva e Renato Poli Veneziani Sebbe** • Jornalista Responsável: **Ana Paula Soares** - Mtb. 18.368 • Projeto Gráfico: **Urizzi DesignLab** • Diagramação/editoração: **Guilherme Cardozo** • Tiragem desta edição: 1.700 Exemplares. • Toda matéria assinada é de responsabilidade do autor.

IMPORTANTE

A APM São José dos Campos esclarece que o conteúdo do material publicitário encartado no Jornal do Médico é de exclusiva responsabilidade do anunciante. A APM se reserva o direito de recusar a divulgação de conteúdos não condizentes com a ética médica e a legislação vigente.

UroCenter

Única clínica de Urologia do Vale do Paraíba com serviços de consultas, procedimentos de pequeno porte, litotripsia extracorpórea, cirurgias, videolaparoscopia e cirurgia robótica.

DR. MARCO ANTONIO FIORAVANTE • CRM: 46027/SP

CORPO CLÍNICO: Jorge Cezar P. de Castro | Marco Antonio Fioravante
José Ronaldo Bigatão | Luiz Antonio Bonetti | Mario Henrique Bavaresco

Rua Marcondes Salgado, 28 - V. Adyana -S.J.Campos - SP | **(12) 3923-1002** | **3519-3390**

As vacinas são seguras e nenhuma vacina é contraindicada.

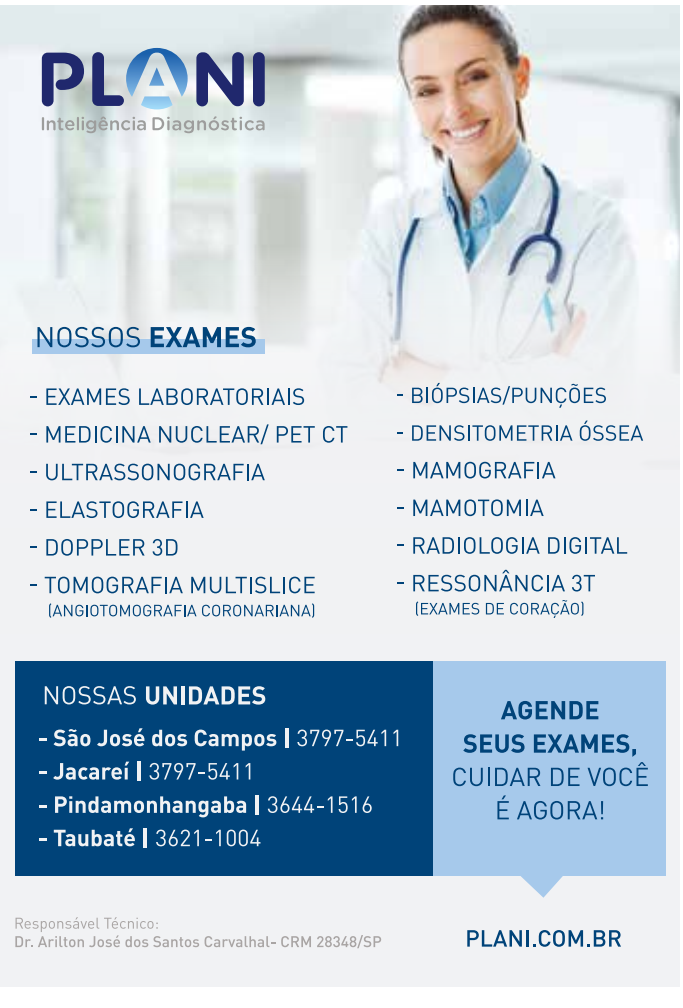
É recomendado que as vacinas que contenham vírus vivos, mesmo inativados, sejam tomadas concomitante, ou com distanciamento de um mês.

Contraindicações ao uso de vacinas é quando há um antecedente positivo de reação anafilática.

Outras particularidades, como transplantes, imunodeficiências, portadores de neoplasias malignas e outros deverão receber a atenção e orientação adequadas a cada caso.

As vacinas brasileiras são de boa qualidade, e o serviço público, em grande parte do Brasil, tem excelentes serviços acessíveis ao público.

Margarida Fernandes Alves Isaac
Conselheira Fiscal
APM SJCampos



Mamães médicas

Desde 2016, está ativo um grupo de aplicativo de mensagens integrado por médicas que são mães. A ideia partiu de um encontro casual das médicas Elisa Coppio e Juliana Branchini. A iniciativa tem como objetivo trocar informações e experiências pessoais relacionadas aos cuidados da maternidade e familiar.

Atualmente, cerca de 400 médicas participam da iniciativa. Visando ampliar o alcance dos assuntos discutidos e contribuir com o bem-estar do próximo, foi criado um perfil aberto em rede social. Esse canal possibilita a realização de projetos sociais, como a arrecadação de alimentos e roupas para instituições sociais. As médicas planejam, assim que a pandemia permitir, retomar a realização de palestras e eventos socioculturais.

Gostou da iniciativa? Se você tem interesse em contribuir com essa missão voluntária, repleta de amor e união, basta seguir a rede social do grupo:

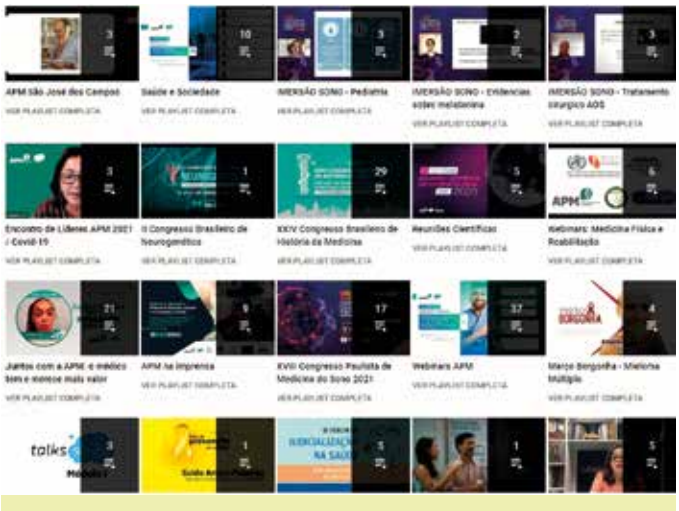
@mamaes_medicas

Recursos para as Regionais

A APM Estadual realizou, no dia 11 de maio, um curso dirigido às secretárias de APMs do interior, sobre "Como gerar mais recursos para as Regionais".

Dentre as ideias apresentadas, destacam-se a captação de novos associados, foco nas faculdades de medicina, posts sobre os benefícios da APM para divulgação nas redes sociais e WhatsApp, pesquisas e enquetes para saber a opinião dos associados, oferecimento de cursos e resgate de associados inativos e inadimplentes.

Ao final do evento, foi realizado um sorteio entre as Regionais participantes, tendo sido a de São José dos Campos uma das contempladas, com uma garrafa de espumante e duas taças.



TV APM

A pandemia acelerou e aprimorou as ferramentas para a realização de atividades virtuais. Essa transição para o mundo digital democratizou sobremaneira o acesso a eventos científicos, tanto pela redução dos custos quanto pela facilidade de acompanhamento, via computador ou mesmo celular. o

Na TV APM, você tem acesso a cursos, palestras, webinários e outras iniciativas voltadas ao aprimoramento e atualização do médico. Acesse as playlists em: **https://www.youtube.com/c/TVAPMOFICIAL/playlists**

Veja também na TV APM os serviços e benefícios da Associação Paulista de Medicina a seus associados: **https://youtu.be/zSu7nJNq2Ls**

E aqui o e-book dos 90 anos da APM Estadual, apresentando os benefícios para o médico, a família, o consultório e a sociedade: **https://bityli.com/JcLtI**

Curta nossa página no Facebook! **@apmregionalsjc**

Siga-nos no Instagram **@apmsjcampos**

A APM É LIVRE PARA DEFENDER O MÉDICO E A MEDICINA.

PARA SER LIVRE, PRECISA SER FORTE.
SEJA SÓCIO DA APM.

Ligue hoje: 3922-1079.

Mande um e-mail: apm@apmsjc.com.br ou WhatsApp: 98303-4682.

CLASSIFICADOS

De médico para médico

ALUGO período em consultório médico, no Ed. Le Classique, Jd. Aquarius, para profissionais da saúde. WhatsApp 98157.8892- Fernanda.

VENDO duas salas para consultório com uma garagem cada, totalizando 60m2. Preço abaixo de mercado. Esquina da Av. São João com Benedito Souza Ramos. Ed. Net Office. Tratar 12 997110371. Israel.

ALUGO OU VENDO Ap 115m² - 3 dorm. (sendo 1 suíte), repleto de armários, 2 banheiros, sala ampla em "L", 1 despensa, sacada, cozinha, área de serviço. Prédio com 2 piscinas, sala de ginástica, sauna, churrasqueira, salão de jogos e 2 garagens paralelas. Ed. Vermont - Vila Adyana, Rua Santo Agostinho, Valor do aluguel R$ 1.800. Valor do condomínio R$ 700. Dr. Lásaro (12) 99620-1919.

ALUGO OU VENDO Ap 1 dorm., banheiro, sala, cozinha, área de serviço. Prédio com 2 piscinas (adulto e infantil). Rua Teopompo de Vasconcelos, 463 - Edifício Belle Ville (Próximo ao Policlin). Valor do aluguel R$ 750. Valor do condomínio R$ 290. Dr. Lásaro (12) 99620-1919.

ALUGO 2 salas no 2º andar do Centro Médico Dr. Nelson D'Ávila (Av. 9 de Julho, 520, V. Adyana). Salas mobiliadas e equipadas com toda a aparelhagem para atendimento de cardiologia. Caso o locatário seja de outra especialidade, os equipamentos podem ser removidos. Sala 21: 53m² - R$ 2.100. Sala 22: 27m² - R$ 1.600. Para as duas salas - R$ 3.500. O valor do aluguel já inclui condomínio e equipamentos. Contato: 12 991012570 - Aline Robalinho (também WhatsApp).

VENDO mesa ginecológica, espéculos de inox, mesa de MAYO, balança Fillizzola etc. A mesa é nova. Vendo também 2 salas no edifício São Lucas. Contato: Dra. Dolly 12.997113370 / Carina 12.991070999.

VENDO conjunto de salas de 63 m2 com e 2 consultórios, podendo ser mobiliado ou não. Edifício Liberal Center. Contato: Roberto C Viana - Cel. 12 997096649.

VENDO - Sala comercial no Edifício Profissional Center, 27,63 m², salas 508 e 509, com 1 vaga de garagem cada sala, valor R$ 250 mil cada sala. Contato: 12 98148-1764/3923.1002. Marco Antonio.

ALUGO OU VENDO - apto 1 dormitório, sala c/ sacada, cozinha mobiliada com geladeira, fogão, micro-ondas, área de serviço c/ máq. lavar roupa, máq. lavar louça etc. Prédio c/ piscina, churrasqueira, sauna e garagem Ed. Special Place, Av. Ademar de Barros, 695, V. Adyana. Contato: (12) 99620-1919 (Lásaro).

VENDO/ALUGO ou TROCO sala comercial mobiliada. 60 metros quadrados, 1 vaga subsolo, 2 banheiros. Tratar com Elaine Gorgati (12) 981239080 - elainegorg@yahoo.com.br

HORÁRIOS em consultório médico. Ótimo preço. Local com wi-fi, secretárias, PABX, ar condicionado, recepção com TV Smart, sala de atendimento já equipada. Jd. Aquarius, Ed. Le Classique. Tratar por telefone 12 991775845 ou 988681965 ou, somente WhatsApp 996135585. Dra. Maria Beatriz de Oliveira.

ALUGO períodos para consultório médico em clínica de alto padrão, com ampla recepção, secretária, elevador, consultório mobiliado, computador, impressora e Internet. Contato: 12-3911-9553 / 3923-1258 – Grazielle.

ALUGO ou VENDO Sala de 40 m², reformada, no Edifício Cinelândia 7º andar, sl. 707 (Praça Afonso Pena). Valor do condomínio: R$ 180,00. Valor do aluguel: R$ 750,00. Contato: Dr. Lázaro . Tel: (12) 99620-1919.

ALUGO sala para consultório em local privilegiado, em clínica na Av. Anchieta 585, Esplanada. Vista para o Banhado. 15m2, em andar superior, com ar condicionado, ampla sala de espera. Dispomos de secretárias, segurança por sistema de câmeras e alarme monitorado, e aprovação na vigilância sanitária. Estacionamento aberto na frente. Aluguel: R$ 660,00 mais rateio de despesas. Contato: 12 99600-3807 (David Souza Lima).

ALUGO horários em clínica de fácil acesso localizada no Jardim Satélite, com secretárias, wi-fi, salas de atendimento e recepção climatizadas. Espaço Andrômeda. Horários a combinar pelo telefone 11 98664-0174 (Liana).

ALUGO sala de consultório médico, em clínica de alto padrão, mobiliada, com wi-fi e PABX. Ampla Sala de Espera com ar condicionado e TV. Av. Anchieta, 671. Jd. Esplanada Contato: 3947-7020 com Mauricéia.

ALUGO horários em consultório mobiliado para profissionais de saúde, em clínica de alto padrão, com internet, ar condicionado em todas as salas, ampla recepção e secretária. Edifício Helbor Offices, Av. São João – 2375, Conj. 1804, Jardim das Colinas, SJC. Contato: Inês – Tel. 12 41020373 ou Whatsapp: 12 99623-2228 ou E-mail: contato@espacoecoar.com

VENDO OU ALUGO prédio comercial em Jacareí/Centro, próximo ao Parque da Cidade e bancos. 353 m2 - 8 salas no térreo, 4 salas e um salão grande no superior - 6 banheiros. Recepção grande e 3 vagas p/ carros. Excelente para clínica/consultórios, escola, escritórios etc. Tel.: (12) 981322223 c/ Terezinha.

ALUGO horário em consultório montado na Av. Adhemar de Barros / Vila Adyana. Incluído serviço de secretaria, confirmação de consulta, computador, prontuário eletrônico, luz, telefone, Internet wi-fi. Valor R$ 350R$/ mensal por períodos de 3h/semanais. Disponível sala nos períodos da manhã de 9h-12h. A Clínica já possui médico Cardiologista e Endocrinologista e buscamos parceiras com outras especialidades. Contato: Ana Catarina: (12) 99655-6009 / Luiz Gustavo: (12) 99715-0145

ALUGO – períodos em um Centro Médico, Ed. Tech Tower, Av. Dr. Nelson D'Ávila, 389, sala 105 B, 10º andar. Contato: Maurílio Chagas, tel. (12) 3943-3570

ALUGO salas comerciais e loja no Centro Comercial IRONMAN, no Urbanova. Tratar com André ou Helio. Tel.: (12) 98121-7200 / 99620-3278.

ALUGO sala para consultório e vendo os móveis. Todos os móveis por R$ 980,00. Sala sem móveis: R$ 800,00. Condomínio: R$ 300,00. End.: R. Francisca Maria de Jesus, 347, 8º and., sala 809 (atrás do Espaço Andrômeda, Jd. Satélite). Contato: 99605 8061 (Whatsapp). Dra. Natalia Plonski.

VENDO um aparelho de ultrassonografia / ecocardiografia modelo MyLab50 Xvision com monitor LCD 19" e acessórios da marca ESAOTE. Valor R$ 40 mil. Ultrassom / Ecocardio Esaote MyLab 50 Xvision LCD Doppler. Contém: 1) Transdutor Linear LA332E (11-3); 2) Transdutor Cardíaco Setorial PA240; 3) Computador; 4) Nobreak; 5) Sistema MedWare. Contato Cel. e Whatsapp: (11) 971288629, Yon Andrade.

ALUGO sala comercial em área central de São José dos Campos, 50m², toda equipada. Período integral ou parcial. Rua Paulo Setúbal, 147, sala 22, Edifício Alpha Center. Contato: (12) 3941-5415 ou 3949-1027 / Email: elainegorg@yahoo.com.br

ALUGO - sala vaga em consultório médico. Contato: Ana Tereza de Almeida Oliveira e Claúdia Maria Nogueira. Tel. 3943-9448 / 3921-0306.

VENDO – aparelho de Ecodoppler. Siemens 2009, Acuson X300, 3 transdutores, linear VF 10-5, convexo CH5-2, endocavitário. Contato: Carlos Maldonado Campoy. Tel. 98113-2426.