JORNAL DO MÉDICO

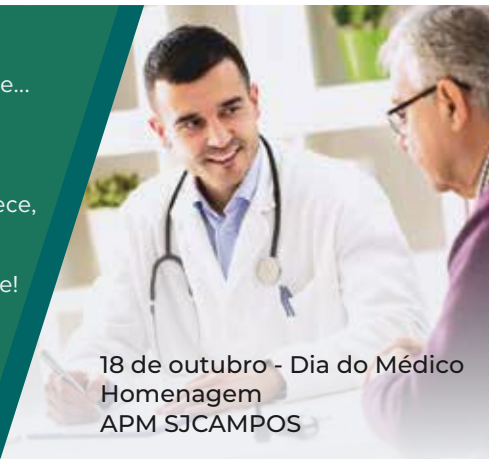
APM ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE MEDICINA

Informativo da Associação Paulista de Medicina
São José dos Campos - SP
Ano 29 | nº 267 | Outubro 2021

Por certo, nem te lembras (tão criança
eras naquele tempo...) e, no entretanto,
Um homem, quanta vez, mudou o pranto
De teus pais em sorrisos de bonança!
Por certo, nem te lembras (já te cansa
a memória, talvez...) um dia, entanto,
Esse homem terá sido mais que um santo
Salvando o filho teu – tua esperança!

O bem que se recebe a gente esquece...
Somente a dor jamais será esquecida
Enfim, quem a criou... desaparece!
Mas, se este poema, acaso, te enternece,
Ama teu médico, através da vida!
Lembra-te dele, ao menos, numa prece!

Álvaro Albuquerque



Live do Dia do Médico

A live em homenagem aos médicos está chegando!

Será um evento cheio de surpresas!

O convite virtual para esse super evento você pode adquirir pelo WhatsApp (12) 98303-4682 ou na Casa do Médico.

*Importante apresentar a carteirinha do CRM no ato da compra

*1 convite por CRM

Convites limitados, garanta já o seu!

Desafios e tendências em um cenário pós-pandemia

Profissionais, autoridades e gestores ligados à saúde participaram do evento "Ideias e Debates – Saúde: Desafios e tendências em um cenário pós-pandemia", realizado pela Jovem Pan FM São José dos Campos dia 4 de outubro.

O vice-presidente da APM São José dos Campos, David Alves de Souza Lima, falou sobre saúde mental e sua relação com a pandemia

A programação incluiu nomes de peso, como o secretário estadual de Saúde, Jean Gorinchteyn; José Luiz Gomes do Amaral, presidente da APM Estadual; Rosana Gravena, vice-prefeita e secretária de Saúde de Jacareí; Carlos Alberto Maganha, diretor técnico do Hospital Municipal de SJC; Danilo Stanzani, diretor técnico da Santa Casa de SJC; David Alves de Souza Lima, vice-presidente da APM SJC.

O vice-presidente da APM São José dos Campos, médico psiquiatra, participou do Painel 4 com a palestra "Saúde Mental e sua Relação com a Pandemia". A programação, com inscrições gratuitas e abertas, pôde ser acompanhada tanto pelo público presencial, no Parque Tecnológico da cidade, como à distância, pela Internet.

Da esq. para a dir.: Danilo Stanzani, diretor técnico da Santa Casa de SJC; José Luiz Amaral, presidente da APM Estadual; Othon Mercadante Becker, presidente da APM SJC; e David Alves de Souza Lima, vice-presidente da APM SJC

"O evento foi muito interessante, pois mostrou um panorama regional do cenário da saúde no momento atual, ainda de pandemia, mas que se direciona para a busca de soluções e encaminhamentos para as questões que terão de ser resolvidas a partir de agora", afirmou o David de Souza Lima. "Hoje sabemos que a Covid-19 é uma doença sistêmica, que deixa muitas sequelas, inclusive quadros de depressão e ansiedade. De fato, notamos um aumento de casos de pacientes com esses sintomas pós-Covid em nosso consultório."

Uma das maiores investigações já feitas sobre a "Covid longa", cujos resultados foram publicados em abril pela revista científica Nature, revela que curar-se da doença é apenas o primeiro dos obstáculos a serem vencidos após o contágio pelo coronavírus. Segundo o estudo, as necessidades de atenção e tratamento multidisciplinar para pacientes com sequelas da Covid-19 irão aumentar, e enfrentar esse desafio exigirá o aproveitamento da infraestrutura ambulatorial existente, o desenvolvimento de modelos escaláveis de saúde e integração das especialidades para melhorar a saúde física e mental dos sobreviventes a longo prazo.

Homenagem aos médicos

No Brasil e em outros países como Portugal, Espanha, Itália, França, Bélgica e Polônia, comemora-se, no dia 18 de outubro, o Dia do Médico, uma homenagem a São Lucas, médico grego da Antioquia, reconhecido como patrono da Medicina desde o século XV.

Nessa data, homenageamos o profissional que estuda a ciência e as técnicas para se fazer a cura. Esses profissionais se preparam para exercer essa ciência, desde o início se debruçando sobre os estudos da anatomia do corpo humano e seu funcionamento, até os estudos de como diagnosticar, tratar e curar uma doença, como agem os medicamentos nos diferentes organismos para se poder administrar o melhor tratamento possível. Estudos esses que continuam por toda a vida, levando-se em conta que a Medicina é uma ciência em constante evolução, a ciência das "verdades transitórias".

A data comemorativa do Dia do Médico se reveste do sentimento de orgulho pelo que a categoria fez e está fazendo neste período no qual todos os médicos estão envolvidos, desde o primeiro dia em que foi declarada a pandemia da Covid-19. A classe médica não deixou de fazer atendimento, não fugiu da luta nesta guerra. Infelizmente, muitos médicos, ao assumirem a responsabilidade de cuidar da vida dos outros (como se fosse a própria), acabaram também por adoecer, alguns ficaram com sequelas e outros faleceram.

Esses profissionais que continuamente arriscam suas vidas, sacrificam a convivência com suas famílias, se expõem a todos os tipos de doenças e ainda se submetem a um stress contínuo.

Mas, a Medicina não é apenas uma profissão, é uma escolha de vida. É uma missão que deixa marcas, de cansaço, de esforço, de superação, de realização. É provação, é renúncia, serenidade, bondade, tolerância, compreensão, confiabilidade, compaixão, resiliência, integridade, dignidade e amor ao próximo.

Neste Dia do Médico, nossa homenagem a esses heróis anônimos. Nosso muito obrigado, que Deus dê vida longa a todos os médicos.

Othon Mercadante Becker
Presidente
APM SJCampos

Outubro Rosa e Novembro Azul

Durante o mês de outubro e novembro são realizadas as campanhas de prevenção de câncer de mama e de câncer de próstata, respectivamente.

Nós, profissionais da saúde, sabemos da necessidade de divulgar o assunto, e da importância de se tratar e diagnosticar precocemente.

Mas, como podemos abordar o tema com os pacientes que passam em especialidades que não estão diretamente relacionadas ao assunto?

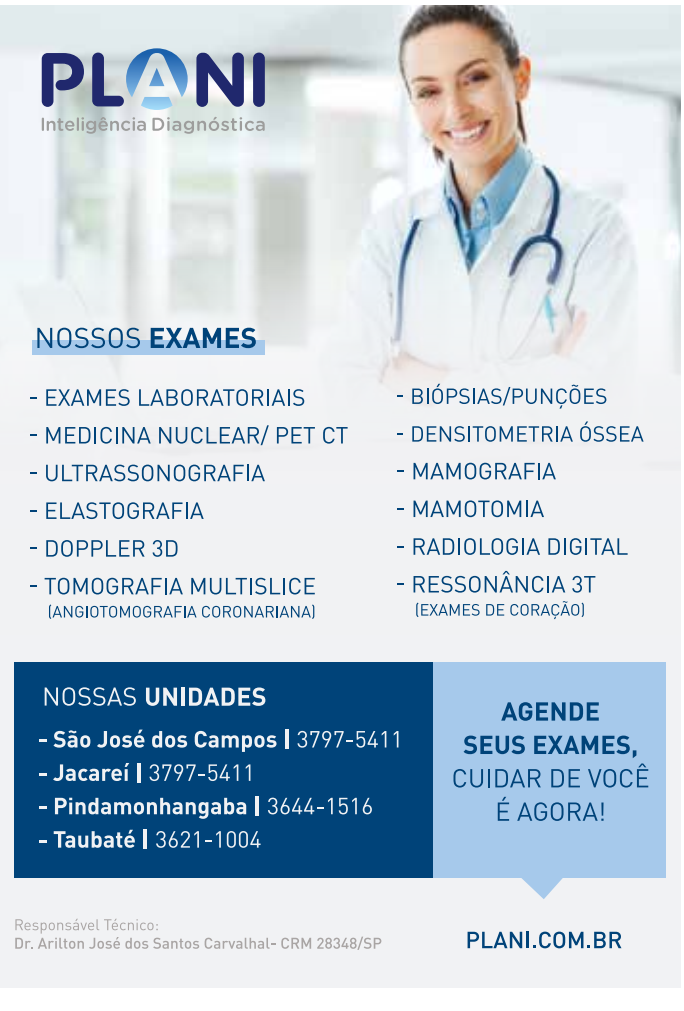
Ao abordar o histórico do paciente, detalhando minuciosamente a anamnese, podemos detectar ou suspeitar dos tumores relacionados e, portanto, orientar o paciente a procurar o especialista e dar seguimento a investigação.

Considerando nossa missão e oportunidade de ter uma relação médico e paciente baseada na cumplicidade e acolhimento, possibilitamos criar um vínculo de confiança com a pessoa que nos procura.

Temos por obrigação ver nosso paciente como um todo, sugerir qualidade de vida e equilíbrio em todos os segmentos da medicina.

Feliz outubro e novembro! E todos os meses!

Juliana Branchini, médica ginecologista e diretora da APM SJCampos



Câncer de mama

QUAIS OS FATORES DE RISCO?

Comportamentais/ambientais

- Obesidade e sobrepeso após a menopausa.
- Sedentarismo.
- Consumo de bebida alcoólica.
- Exposição frequente a radiações ionizantes (raios X, mamografia e tomografia).

História reprodutiva/hormonais

- Menarca antes dos 12 anos.
- Não ter tido filhos.
- Primeira gravidez após os 30 anos.
- Não ter amamentado.
- Menopausa após os 55 anos.
- Ter feito uso de contraceptivos orais por tempo prolongado.
- Ter feito reposição hormonal pós-menopausa, principalmente se por mais de cinco anos.

Hereditários/genéticos

História familiar de:

- Câncer de ovário.
- Câncer de mama em homens.
- Câncer de mama em mulheres, principalmente antes dos 50 anos.

A mulher que possui alterações genéticas herdadas na família, especialmente nos genes BRCA1 e BRCA2, tem risco elevado de câncer de mama. Apenas 5 a 10 % dos casos da doença estão relacionados a esses fatores.

QUAIS OS SINTOMAS?

- Nódulo endurecido, fixo e geralmente indolor. É a principal manifestação da doença, estando presente em mais de 90% dos casos.
- Alterações no mamilo.
- Pequenos nódulos na região axilar ou no pescoço.
- Saída espontânea de líquido de um dos mamilos.
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja.

Câncer de próstata

QUAIS OS FATORES DE RISCO?

- A idade é um fator de risco importante, uma vez que tanto a incidência quanto a mortalidade aumentam significativamente após os 50 anos.
- Pai ou irmão com câncer de próstata antes dos 60 anos, podendo refletir tanto fatores genéticos (hereditários) quanto hábitos alimentares ou estilo de vida de risco de algumas famílias. Fatores genéticos como alteração nos genes BRCA 1 e 2 e ATM estão associados ao aparecimento da doença em fases mais precoces da vida e com casos de pior evolução prognóstica.
- Excesso de gordura corporal aumenta o risco de câncer de próstata avançado.
- Exposições a aminas aromáticas (comuns nas indústrias química, mecânica e de transformação de alumínio) arsênio (usado como conservante de madeira e como agrotóxico), produtos de petróleo, motor de escape de veículo, hidrocarbonetos policíclicos aromáticos (HPA), fuligem e dioxinas estão associadas ao câncer de próstata.
- Alguns mecanismos biológicos têm sido propostos para explicar essa associação, como o metabolismo esteroide sexual desregulado, a hiperinsulinemia e níveis elevados de citocinas pró-inflamatórias.

QUAIS OS SINTOMAS?

- Alteração na frequência e padrões urinários
- Hematúria visível
- Disfunção erétil
- Dor óssea
- Infecção generalizada ou insuficiência renal

JORNAL DO MÉDICO

APM AMB

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.

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

Rua Marcondes Salgado, 28 - Vila Adyana - São José dos Campos - SP
Telefones: (12) 3923-1002 | 3519-3390 WhatsApp: (12) 99631-7759

DR. MARCO ANTONIO FIORAVANTE - CRM: 46.027/SP

Como prevenir e tratar o câncer de mama precocemente?

A resposta a esta pergunta passa diretamente pelo estilo de vida saudável. Contrariando o pensamento corrente da sociedade em geral, 90% dos cânceres de mama acima dos 50 anos não têm ligação com herança genética ou história familiar positiva na família. A maioria dos cânceres em geral, incluindo os de mama, relacionam-se com o conjunto de fatores de risco a que somos expostos ao longo da vida. E neste contexto, envelhecimento, obesidade, ingestão frequente de bebidas alcoólicas e o sedentarismo são fatores de risco que precisam ser eliminados.

Entretanto, sabemos que parte dos cânceres de mama, principalmente entre mulheres abaixo dos 40 anos, possui epidemiologia diferente da maioria. Nesta faixa etária, estima-se que 20% dos tumores estão associados a presença de mutações deletérias geneticamente herdadas. Assim, frente ao diagnóstico de câncer de mama antes dos 45 anos, impõe-se a realização da testagem genética. O resultado positivo permite a inclusão de medicações específicas no tratamento bem como estratégias redutoras de risco de novos tumores, entre elas a mastectomia profilática.

De forma geral, no grupo de mulheres acima dos 40 anos, onde o câncer de mama é mais frequente, a mamografia ainda é a ferramenta mais importante para detecção precoce e redução de mortalidade pela doença. A chance de cura ultrapassa 95% quando o diagnóstico é feito em estágio inicial. Apesar do uso rotineiro da ultrassonografia mamária entre mulheres abaixo dos 40 anos, não existe até o momento screening diagnóstico validado que permita a detecção precoce do câncer de mama nesta faixa etária capaz de reduzir a taxa de mortalidade pela doença. Resta somente, e não menos importante, o autoexame das mamas (AEM).

As ações do Outubro Rosa visam informar a população geral sobre os fatores de risco para o câncer de mama e a importância do diagnóstico precoce para ampliar a chance de cura pela doença. Além de medidas comportamentais, como manter peso corporal ideal, conhecimento e acesso a alimentação equilibrada, consumo consciente de bebidas alcoólicas, prática de atividade física regular, se faz imperioso o acesso a mamografia anual e a serviços médicos especializados preparados para receber a mulher (ou homem) com exame radiológico ou AEM alterados.

Melissa Quirino S. Silva, médica mastologista do Instituto Mastovida

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.

EXAME RT-PCR FICOU AINDA MAIS ÁGIL
COM RESULTADO EM 24h

OS EXAMES RT-PCR REALIZADOS
DE SEGUNDA A SEXTA, ATÉ ÀS 11H DA MANHÃ
FICAM PRONTOS EM ATÉ 1 DIA ÚTIL. VOCÊ PODE
ACESSAR O RESULTADO ONLINE PELO APP OU SITE.

COVID-19
RT-PCR
sabin.com.br
12 2138.9500

sabin
MEDICINA DIAGNÓSTICA

R.T.: Dr. César Alex de Oliveira Galoro - CRM 84022

O Serviço de Hematologia agora é Hemacore

Com 40 anos de atuação, o mais completo centro de diagnóstico e tratamento de doenças do sangue do Vale do Paraíba ganha nova marca e endereço

- Infraestrutura completa
- Hematologia geral, Onco-hematologia e Hematologia pediátrica
- Atendimento aos principais planos de saúde
- Laboratório especializado em doenças do sangue
- Transplante autólogo de medula óssea

Nossa especialidade é cuidar da saúde do seu sangue!

DR. CLÁUDIO PESSOA DE MELO
DIRETOR TÉCNICO
CRM: 27.743-SP / RQE Nº: 17174

Hemacore
Centro de Hematologia

www.hemacore.com.br

NOVO ENDEREÇO
São José dos Campos • Rua Teopompo de Vasconcelos, 147 - Vila Adyana
Jacareí • Rua Rui Barbosa, 379, 3º andar, sala 304 - Centro
Tel.: (12) **3519 3290** / 12 **99632 8441**

O apagão das redes sociais

O que aconteceu recentemente com o apagão do Facebook, Instagram e WhatApp mostra uma dependência da humanidade para com a tecnologia, que não é de hoje, nem se limita à área de comunicação.

Formado Piloto em 1977 pela EFOMM, sou do tempo em que convivíamos com o di - di - daaaa - daaa da estação de radiotelegrafia, sempre anexa ao passadiço; nossa navegação era astronômica, usávamos sextante + trigonometria para descobrir aonde estávamos; raramente um navio tinha mais de um radar - que nem sempre funcionava - e que, dependendo do Comandante, às vezes só era ligado na saída ou na entrada dos portos; os telegramas eram caros, mas ainda mais baratos do que os telefonemas para a família e sempre dependíamos do apoio de alguma estação em terra; nossa 1ª pergunta ao agente da Companhia, logo após atracarmos era se haviam cartas pro navio;

A estadia nos portos era bem mais demorada, numa época em que os contêineres ainda eram raros e dependíamos de paus de carga ou guindastes para a movimentação das cargas, o que nos permitia sermos turistas acidentais e conhecer melhor as cidades portuárias, ou até fazermos rápidas viagens a cidades próximas.

Evidente que a tecnologia trouxe enormes benefícios à navegação e segurança dos navios; eles são muito bem-vindos e muito necessários, mas a mim incomoda perceber que se houver hoje um quase impossível blackout total no sistema de navegação de um navio moderno, dificilmente os jovens pilotos (com raras e honrosas exceções) saberão se safar só com a agulha magnética e o sextante, ou fazer uma navegação costeira apenas pela identificação e marcação de pontos em terra...

Sou totalmente a favor das novas tecnologias, mas não dessa dependência total, carcerária e incapacitante de hoje.

Para quem não se lembra, ou não sabia, fui piloto de navios cargueiros antes de me formar em Medicina. O texto que você acabou de ler foi enviado por mim à APMM (Associação de Profissionais da Marinha Mercante) alguns dias após o apagão das rede sociais que afetou boa parte do planeta no dia 4 de outubro de 2021.

João Manuel Maio, especialista em clínica médica e homeopatia e diretor da APM SJCampos

Os presentes fizeram a alegria das crianças

Daniela Rosa, secretária APM SJC; Margarete Correia, secretária de Saúde; Othon Mercadante Becker, presidente APM SJC; Carlos Alberto Maganha, diretor técnico do Hospital Municipal; Carolina Scarpa, coordenadora da Pediatria Hospital Municipal, e Gabriela de Lima, secretária APM SJC

Dia das Crianças

A APM SJCampos participou, este ano, da programação do Dia das Crianças no Hospital de Retaguarda, unidade do Hospital Municipal da cidade, voltada ao atendimento infantil. Durante toda a semana, as crianças internadas participaram de atividades como contação de histórias, música, desenho e pintura e até receberam a visita dos super-heróis Batman e Homem de Ferro! Tudo preparado com muito carinho pelos funcionários e equipe de voluntários do Hospital. E o presente do Dia das Crianças? A nossa APM cuidou dessa parte, levando brinquedos doados pelos colegas médicos, pacientes, amigos e familiares. Foi uma festa!

O presidente da APM SJCampos, Othon Mercadante Becker, fala à TV Vanguarda sobre a iniciativa

Cestas básicas

A APM SJCampos entregou 371 kg de alimentos em forma de cestas básicas à "Casa Luz de Francisco". Agradecemos aos colegas, pacientes, familiares e amigos que contribuíram com essa importante ação.

Curta nossa página no Facebook!
@apmregionalsjc

Siga-nos no Instagram
@apmsjcampos

Dica de leitura

Sem Causar Mal, a autobiografia do Dr. Henry Marsh, um dos livros mais premiados no exterior, revela os bastidores nem sempre edificantes e, por vezes, assustadores de sua profissão. Os triunfos, os desastres angustiantes, os arrependimentos e os momentos de humor negro que caracterizam a vida de um neurocirurgião. Como é ser um neurocirurgião? Qual a sensação de ter a vida de outra pessoa em suas mãos, de fazer incisões no órgão que cria nossos pensamentos e sentimentos, nossa razão? Como viver com as consequências de uma cirurgia malsucedida que poderia salvar uma vida? São essas e outras indagações que conduzem o livro Sem Causar Mal - Histórias de Vida, Morte e Neurocirurgia, aclamado como um dos melhores lançamentos literários de 2014 por The New York Times, Financial Times, Washington Post e The Economist. Um relato forte e brutalmente honesto de Henry Marsh, experiente profissional inglês que diariamente toma decisões angustiantes sob uma atmosfera de total urgência e incerteza. Com compaixão e candura impressionantes, Dr. Marsh revela sua felicidade ardente em operar, os triunfos comoventes, os devastadores desastres, os arrependimentos amargos e momentos de humor negro que caracterizam a vida de um neurocirurgião.

SER MÉDICO

O Jornal do Médico convidou um acadêmico, uma professora de Faculdade de Medicina e médica residente e um médico experiente a falar sobre a sua visão da profissão, em cada uma das fases da trajetória na Medicina.

O futuro da medicina no Brasil

Segundo a Secretaria de Educação do estado de São Paulo, com números divulgados pela Vunesp, em 2018, 8.147 candidatos estavam disputando apenas 90 vagas para o curso de Medicina da Unesp. Assim, foram 312,7 alunos por vaga, sendo o vestibular de Medicina mais concorrido do Brasil.

Esses dados nos mostram que as ciências médicas estão em ascensão, sendo o curso que continua atraindo a maior atenção dos vestibulandos em todo o país. Ademais, não é por acaso que nos últimos 20 anos, o número de escolas médicas mais do que triplicou no Brasil: em 1997, eram 85 escolas médicas, hoje, segundo o MEC (Ministério da educação), são 305.

Comparando esses números com os de outros países, podemos observar que, nos Estados Unidos, que tem 300 milhões de habitantes, há 131 faculdades de Medicina. Em um futuro próximo, estaremos diante de uma avalanche de novos médicos sendo inseridos no mercado de trabalho, trazendo uma série de mudanças no contexto da área médica. Essa saturação de novos cursos médicos levou o ex-presidente Michel Temer e o então ministro da Educação, Mendonça Filho, assinarem, em 2018, a Portaria 328, que proíbe a criação de novos cursos de Medicina e a ampliação das vagas já existentes no Brasil por cinco anos, ou seja, colocando um freio na criação de novos cursos.

João Vitor de Oliveira da Silva

Todavia, além da formação em massa de novos profissionais, o futuro da Medicina reserva grandes avanços tecnológicos na área da ciência. Assim, os médicos irão dispor de novos meios mais práticos, rápidos e precisos, como ferramentas que trarão auxílio em diagnóstico e tratamento dos doentes. Desse modo, tecnologias em desenvolvimento irão culminar em uma mudança drástica dos rumos da Medicina atual, como a introdução da inteligência artificial no meio médico. Um excelente exemplo é o Watson, um algoritmo desenvolvido pela americana International Business Machines (IBM), uma das maiores empresas na área da informática. O sistema faz uso do chamado deep learning, que aproveita conteúdo da literatura científica e dados genéticos ou clínicos do paciente para sugerir as melhores opções de tratamento ao médico. Além de outras inúmeras inovações, como a telemedicina, impressões 3D entre outras tecnologias em ascensão.

Assim, podemos prever o futuro da Medicina no Brasil com uma grande onda de novos médicos sendo introduzidos ao sistema de saúde, somada à introdução de novas tecnologias no meio médico que irão revolucionar a medicina contemporânea.

Contudo, jamais pode-se deixar de lado as bases hipocráticas da Medicina, como: a empatia, competência, experiência, disponibilidade e clareza, entre outras características para com o nosso paciente, pois independentemente da inovação, máquina ou aperfeiçoamento, o que sempre irá valer e nunca irá envelhecer é o lema: "Curar quando possível, aliviar quase sempre, consolar sempre" (Hipócrates).

João Vitor de Oliveira da Silva
Acadêmico 6º período de Medicina – Humanitas
Integrante da APM- SJC

Aproveite a vida e a família

Humberto Belem de Aquino

Quando em meu treinamento em Neurocirurgia Pediátrica, na Universidade de Utah, Salt Lake City, no ano de 1995, observei o meu professor trabalhar, trabalhar, estudar, estudar, sem sair do hospital.

Um dia, em um café informal, tomei coragem e questionei sobre essa rotina, e fui informado de que, devido a este vício de trabalhar, estudar e pensar em neurocirurgia 24 horas, não dormia adequadamente, além de perder o contado com a sua família dentro da própria casa, motivo pelo qual retornava ao hospital. Após essa conversa informal, me aconselhou a não fazer a mesma coisa, e tentar aproveitar mais a vida e a família.

Meu recado aos jovens médicos é o de estudar sempre, trabalhar com dedicação e ser gentil em todas as ocasiões com os seus pacientes. No entanto, tentar ser feliz com outras coisas, mesmo as mais simples.

Humberto Belem de Aquino
MD., MSc., PhD.
Neurocirurgião Pediátrico

O que é ser médica de verdade?

Meu nome é Ana, sou médica, residente de Cardiologia e professora da Faculdade de Medicina. Fui convidada por um dos meus alunos a contar um pouco sobre minha visão da Medicina.

Vou começar contando um pouco sobre minha trajetória. Eu me formei em 2018, em Taubaté e, em seguida, passei na residência de Clínica Médica. Foi na residência que aprendi a ser médica de verdade. E este é o primeiro questionamento que faço: o que é ser médica de verdade? Logo no início, achava que isso estava atrelado a saber realizar diversos procedimentos, como passar um central ou entubar. Dediquei-me ao máximo para aprender sobre isso, mas, mesmo assim, não me sentia pronta. Então, pensei que deveria dominar a área de urgência e de emergência. Voltei toda minha energia para isso, porém a sensação de ineficiência ainda me perseguia. Não me sentia uma médica com M maiúsculo.

Nesse caminho, perdemos muitos pacientes e tivemos que aprender a lidar com a sensação de falha que paira sobre nós quando isso ocorre. Na faculdade, não aprendemos que, por mais que façamos procedimentos e medidas invasivas, algumas vezes a morte é inevitável. E não se trata de culpa. É apenas o curso natural da vida.

Ana Beatriz Miranda

Durante uma dessas perdas, após comunicar a família, a mãe do falecido me procurou e me deu um abraço longo e cheio de gratidão. Aquilo gerou em mim uma tremenda confusão. Como ela podia ser tão grata? Seu filho não havia resistido. Passei dias refletindo sobre o fato. Aquele momento não saía da minha mente. Conversei com vários colegas e todos diziam a mesma coisa: a gratidão vem porque você cumpriu seu papel. Mesmo assim, seguia com a sensação de que algo não estava certo.

Após um tempo de muita introspecção e observando meus mestres, eu me dei conta de que ser uma médica com M maiúsculo significa, acima de tudo, cuidar, ter toda empatia pelo doente e por sua família e que, ainda que não haja mais caminhos pela Medicina moderna, cuidar e zelar para que ele não se sinta abandonado e saiba que o médico está sempre ali, ao seu lado. E foi por isso que quis ser professora, pois quero que meus alunos saiam da faculdade sabendo que, às vezes, nem todos os remédios do mundo são capazes de driblar a morte, mas o ato de cuidar é capaz de aliviar qualquer dor.

Ana Beatriz de Oliveira Andrade Miranda,
professora universitária e médica residente