



SETEMBRO AMARELO

A SAÚDE MENTAL DO MÉDICO X PANDEMIA

Nesta edição, publicada no mês em que promovemos o Setembro Amarelo, abrimos espaço para falar da Saúde Mental dos profissionais de saúde com entrevista ao médico especialista em Psiquiatria, Dr. Gilberto Simão Elias.

Págs. 4 e 5



Editorial

O novo normal
e a eleição

Pág. 2



Jurídico

Saiba como está a ação coletiva pleiteando a restituição de recolhimento previdenciário realizado a maior, na folha de pagamento dos médicos cooperados da UNIMED entre 2015 e 2016

Pág. 3



**Dra. Maria Cláudia
Santiago Cassiano
Presidente**

Editorial

O NOVO NORMAL E A ELEIÇÃO

Lentamente, nossas vidas estão retomando a normalidade, ou melhor, a nossa nova realidade. Há seis meses, nossa preocupação era salvar vidas e buscar formas eficazes de combater a pandemia. Porém, enquanto não houver a vacina contra o Covid precisamos estar atentos aos protocolos de segurança e buscar saídas para que aos poucos se retomem as atividades ao mesmo tempo em que tentamos conter mais uma onda de contágio. No Brasil, infelizmente, a pandemia transformou-se numa disputa política lamentável e condenável sob todos os aspectos. Enquanto uns estavam preocupados em restringir ao terreno técnico e científico o enfrentamento da pandemia outros pensam apenas em reduzir as falências de empresas e a explosão do desemprego.

Ambos os lados não deixam de ter razão e garantir que essas duas frentes possam ser bem sucedidas, de forma harmoniosa, é o maior desafio de todo o planeta e exigirá respostas em todos os níveis dos governos.

A partir de agora, precisamos entender que tudo será diferente. Ainda não temos todas as respostas sobre as consequências ou sequelas futuras do Covid-19 nos pacientes, e nem sabemos a extensão total da crise econômica, mas precisamos acreditar que tudo vai passar.

Daqui a pouco menos de dois meses é hora de novamente irmos às urnas e elegermos novos prefeitos e vereadores para nossa região. E mais uma vez, não podemos esquecer-nos da importância que é escolher bem nossos candidatos. Afinal, são eles que lidarão com todas as mazelas deixadas pela pandemia em nossa região.

Este não é o momento de votar em alguém com o discurso fácil. Agora é hora de nós, médicos pensarmos, refletirmos e decidirmos com responsabilidade em quem votar. Devemos escolher aqueles candidatos que realmente têm compromisso com a saúde e que atuem em prol de nossa classe! Lembremos que votar nos candidatos mais bem-preparados para assumir os cargos de prefeitos e vereadores é também evitar riscos para a saúde da população, e reduzir o prejuízo para as contas públicas.

MANTENHA SEU CADASTRO ATUALIZADO E RECEBA, EM PRIMEIRA MÃO, AS INFORMAÇÕES IMPORTANTES DO SEU SINDICATO

ENTRE EM CONTATO: (13) 3223-8484
CONTATO@SINDIMEDSANTOS.ORG.BR

SindiMed
SINDICATO DOS MÉDICOS
de Santos, São Vicente, Cubatão, Guarujá e Praia Grande

ATENÇÃO

SindiMed
SINDICATO DOS MÉDICOS
de Santos, São Vicente, Cubatão, Guarujá e Praia Grande

13 97408-5445

SindiMed
SINDICATO DOS MÉDICOS
de Santos, São Vicente, Cubatão, Guarujá e Praia Grande

SEDE PRÓPRIA: Av. Conselheiro Nébias, 628 - cj. 51
Santos/SP - Cep: 11045-002 - Tel/fax: 3223.8484

Informativo oficial do Sindicato dos Médicos de Santos, São Vicente, Cubatão, Guarujá e Praia Grande.

DIRETORIA EXECUTIVA: Presidente - Dra. Maria Cláudia Santiago Cassiano, Vice-presidente - Dr. Octacílio Sant' Anna Junior, Primeiro Secretário - Dr. Eloi Guilherme Provinciali Moccollin, Segunda Secretária - Dra. Laura Raquel Ferreira de Araújo, Primeiro Tesoureiro - Dr. Marcelo Miguel Alvarez Quinto, Segundo Tesoureiro - Dr. José Francisco Capela de Almeida, Diretor Assistencial - Dr. Alvaro Norberto Valentim da Silva

DIRETORIA SUPLENTE: Dr. André Lacerda Trevisam, Dra. Jaqueline de Toledo Bonugli, Dr. José Bento Toledo Piza, Dr. Gilberto Simão Elias, Dr. Alberto Bedulatti Cardoso, Dr. Lucas Pedroso Fernandes Ferreira Leal

CONSELHO FISCAL: Dr. Messias Elias Neto, Dr. Luiz Arnaldo Garcia, Dr. Heitor José Tavares. **SUPLENTE:** Dr. Antonio Joaquim Ferreira Leal, Dra. Maria Vilma Alves dos Santos, Dr. Carlos Alberto Yoshimura

FEDERAÇÃO DOS MÉDICOS DE SÃO PAULO (FEMESP): Representantes: Dr. Alvaro Norberto Valentim da Silva; Dr. Marcelo Miguel Alvarez Quinto; Dr. Octacílio Sant' Anna Junior.

JORNALISTA RESPONSÁVEL: Cláudia Lourenço Mtb 28.383. **PRODUÇÃO/DIAGRAMAÇÃO/ADMINISTRAÇÃO:** Editora Comunicar.

Jurídico

INFORMATIVO AÇÃO COLETIVA SINDIMED 21/09/2020



O Sindimed informa que a ação coletiva pleiteando o reconhecimento da restituição do importe de 9% da alíquota de recolhimento previdenciário realizado a maior, na folha de pagamento dos médicos cooperados da UNIMED no período compreendido de maio/2015 a março/2016, foi regularmente distribuída, e aguarda prolação de sentença pelo juízo competente.

Ressaltamos que esta ação foi proposta em substituição a toda a classe médica cooperada da Unimed, com base territorial do Sindimed Santos,

conforme autorizado em assembleia extraordinária realizada via online dia 29/07/2020.

Para que se garanta a efetividade do recebimento do crédito, convoca toda a classe médica que tenha sido cooperada da UNIMED no período de maio/2015 a março/2016, para que compareça a sede do Sindimed, munido de documentos pessoais, comprovante de residência e extrato previdenciário de recolhimentos do período, fornecido pela cooperativa.

Depto. Jurídico Sindimed

DÚVIDAS SOBRE SUA APOSENTADORIA?

ENTRE EM CONTATO PARA OBTER
MAIS INFORMAÇÕES SOBRE A
APOSENTADORIA ESPECIAL
DO MÉDICO.

 **(13) 3223-8484**

ATENDIMENTO DA SECRETARIA:
SEGUNDA À SEXTA, DAS 12H ÀS 18H

SindiMed
SINDICATO DOS MÉDICOS
de Santos, São Vicente, Cubatão, Guarujá e Praia Grande



A SAÚDE MENTAL DO MÉDICO X PANDEMIA

Que a vida cotidiana dos médicos é estressante é um fato consumado. Cargas excessivas de trabalho, situações conflitantes e ter que lidar diariamente com emoções intensas são cada vez mais comuns na vida dos profissionais de saúde... E esse quadro preocupante, que há anos vem sendo estudado por cientistas do mundo todo, acabou atingindo uma proporção muito maior enquanto lutamos contra a pandemia do COVID-19. E foi pensando nisso que, nesta edição, publicada no mês em que promovemos o Setembro Amarelo, abrimos espaço para falar da Saúde Mental não só dos médicos, mas dos profissionais de saúde em geral.

Um artigo de 2016, publicado pela Revista Brasileira de Medicina do Trabalho (<http://www.rbmt.org.br/details/121/pt-BR/sindrome-de-burnout-consequencias-e-implicacoes-de-uma-realidade-cada-vez-mais-prevalente-na-vida-dos-profissionais-de-saude>), aponta que esse estresse crônico no ambiente laboral torna os profissionais de saúde mais suscetíveis a desenvolver a Síndrome de Burnout (SB) e descreve as consequências e implicações da SB nesses profissionais.

O estudo, que fez uma revisão da literatura publicada entre 2005 e 2015, relatou que cerca de 40 a 60% dos profissionais de saúde avaliados, apresentam exaustão emocional, baixo rendimento profissional e despersonalização, ocasionando efeitos secundários aos ambientes profissional e social.

Se há quatro anos esse estudo implicava que a SB seria uma realidade cada vez mais prevalente no cotidiano dos profissionais de saúde, então como fica a saúde mental desses profissionais em meio a essa pandemia? Para tentar saber um pouco mais sobre o assunto, conversamos com o médico especialista em Psiquiatria, Gilberto Simão Elias.

Por e-mail, lhe enviamos os seguintes questionamentos:

Quais as consequências dessa alta incidência de SB para a classe médica?

Há dados reportados sobre o aumento de tendências suicidas. Mas há estudos atualizados sobre se essa incidência é maior em homens ou mulheres? Ou para uma faixa etária específica? A SB tem se tornado um caso de saúde pública, em diversos países, inclusive no Brasil. Como evitar que a SB tenha um impacto negativo permanente na saúde dos médicos e em suas carreiras? E quais os principais fatores de risco relacionados ao sofrimento psíquico dos profissionais de saúde?

Os profissionais da saúde não podem mais manter uma visão que são inabaláveis e não adoecem mentalmente, principalmente, diante do isolamento, da incerteza e do medo da covid-19. Quais as questões de saúde mental que esses profissionais podem precisar gerenciar para garantir um diagnóstico precoce da SB? Ou também podemos dizer quais as melhores opções para que o profissional promova seu autocuidado?

Como um colega de profissão pode auxiliar um profissional que apresenta "sintomas" da SB, mas não procurou ajuda ou não percebeu o problema? Como prevenir essa autonegligência dos cuidados da saúde mental por parte dos profissionais de saúde?

Confira abaixo as respostas do médico especialista, Dr. Gilberto Simão Elias.

Primeiro estudo publicado em revista científica sobre a repercussão do COVID-19 na Saúde Mental entre a população de modo geral e entre os profissionais de Saúde em particular. Estudo publicado no *The Lancet* em 18 de maio de 2020 com o título "*Psychiatric and neuropsychiatric presentations associated with severe coronavirus infections: a systematic review and meta-analysis with comparison to the covid-19*

pandemic. O objetivo do estudo foi examinar a síndrome respiratória aguda grave (SARS) de 2002 e Síndrome Respiratória Aguda do Oriente Médio (MERS) de 2012, ambas causadas por Coronavírus com possíveis implicações para a pandemia atual, e repercussões preliminares da infecção por COVID-19. A população alvo nesta 1ª parte desta apresentação não ficou restrita a população específica de profissionais da saúde.

Critérios de exclusão foram eliminados como resumos de conferências sem qualidade de avaliação e de extração de dados, e critérios de inclusão foram considerados em artigos em língua inglesa que reportavam características psiquiátricas e neuropsiquiátricas dos casos suspeitos pelos três tipos de Coronavírus, considerando ensaios clínicos randomizados, estudos de coorte, estudos em casos controle, estudos transversais, série de casos, relatos de casos e estudos qualitativos. Os resultados foram divididos em número de sinais e sintomas, severidade de sintomas, proporção de diagnósticos, escores de qualidade de vida e proporção de indivíduos empregados.

Foram analisados 65 estudos, 7 pré impressos do MEDrxiv (47 sobre SARS-COV, 13 sobre MERS-COV e 12 sobre SARS-COV2). O MEDrxiv é um site distribuidor de artigos científicos sobre ciências da saúde, e por ser um status preliminar, como os mesmos frisam, precisam ser submetidos a revisão e, portanto, não são informações estabelecidas consensualmente. Embora respeitando a precariedade ressaltada pelo site, as observações dos especialistas, entre os quais nos incluímos, mesmo não sistematizadas e fora do rigor científico, nos levam a corroborar as conclusões alcançadas.

O estudo mostra que, no estágio agudo dos 3 tipos, observou-se sinais sugestivos de Delirium (27,9%), humor deprimido (32,6%), ansiedade (35,7%), memória prejudicada (34,1%), concentração ou atenção prejudicada (38,2%) e insônia (41,9%).

No estágio pós-doença, dos 3 tipos, foram

relatados fadiga (19,3%), labilidade emocional (23,5%), memórias traumáticas (23,5%) e transtornos do sono (100%). Mania e psicose foram relatados em 0,7%, referenciados ao uso de corticoides exógenos. A qualidade de vida foi menor em pacientes com SARS do que nos grupos controles. Poucos casos de crescimento pessoal foram relatados. Foram relatados 3 casos com lesão cerebral hipóxica ou encefálica. A fadiga persistente é uma das causas da dificuldade dos atingidos retornarem ao trabalho. As variadas etiologias fisiopatológicas, pela resposta imunológica pelo COVID-2, que levam a estado hiperinflamatório, explicam a morbidade psiquiátrica por sua relação com a depressão.

Em relação às implicações aos trabalhadores de saúde foi feito um estudo transversal, baseado em pesquisa na China, estratificado por região, coletando dados

demográficos e avaliação de saúde mental de 1.257 profissionais de saúde em 34 hospitais de 29 de janeiro a 03 de fevereiro de 2020. Esses profissionais estavam em campos de avaliação de pacientes febris ou enfermarias de COVID-19. Resumidamente desse total 54,4% relataram sintomas depressivos, 44,6% reportaram sintomas de ansiedade isolados, 34%

relataram insônia e 71,5 % reportaram sintomas de estresse. As mulheres, independente da profissão, e trabalhadores das linhas de frente, de modo geral, reportaram graus mais severos de sintomas de saúde mental. Os profissionais de localidades menores relatam sinais de menor gravidade que os de centros maiores.

O cortejo do estresse, desencadeando sintomas ansiosos, incluem sentimentos de vulnerabilidade, perda de controle emocional, com repercussão no sistema cardio-circulatório, como aceleração do coração, sensação de sufoco e dificuldade respiratória, sensação de frio e calor, dormência, medo de perder o controle sobre si e de morte são alguns dos sintomas reportados. A característica do vírus contribui diretamente para esses sentimentos, seja pela alta transmissibilidade ou alta mortalidade, além da falta de conhecimento



sobre a patogenicidade do mesmo. Investimentos em cuidados com a saúde mental de profissionais de saúde, principalmente mulheres, enfermeiros (as) e profissionais que estão diretamente na linha de frente na avaliação de casos suspeitos, tratamentos e cuidados com os pacientes com COVID-19 são fundamentais para a preservação do bem estar desses trabalhadores essenciais nesta epidemia. Fora do estudo citado e diante da casuística dos nossos atendimentos em consultório podemos afirmar, com convicção, que o estresse pós-traumático, com todo seu cortejo sintomatológico, é o responsável pelo aumento de novos casos, que desaguam nos consultórios que lidam com a Saúde Mental, praticamente nas proporções que o estudo em epígrafe revelou, seguido de casos de depressão, fobia social, Síndrome de *Burnout*, já pré-existente nesses trabalhadores, e aumento da casuística de insônia.

A desobediência de parte da população e a vacilante (e até contraditória) postura do governo central em inúmeras manifestações midiáticas, carregada pela tinteira ideológica que contrapôs-se à ciência e a falta de sintonia dos governos da Federação criaram no imaginário da população, um sentimento de insegurança

“

A fadiga persistente é uma das causas da dificuldade dos atingidos retornarem ao trabalho.

”

e enorme sensação do aumento da sua vulnerabilidade. Agora, quando a ciência aposta na criação de vacinas para o enfrentamento da COVID-19, ainda existem pessoas - e mesmo profissionais da área da saúde - conclamando a população a não acreditarem na sua eficácia. As vacinas foram e continuam sendo as maiores armas para enfrentamento das epidemias. Recomendamos muito, aliados à ajuda da Psiquiatria e Psicologia, os recursos da Meditação e a Oração ligada a religiosidade de cada um, para superação dos transtornos imensos trazidos pelo COVID-19. Obedecendo e mantendo as regras ditadas pelos especialistas, embora no momento estejamos pagando um preço ainda demasiado alto com as regras de higiene, uso de máscaras e evitando aglomerações, com certeza, iremos vencê-la!

CFM desenvolve unificação da emissão de documentos físicos e digitais

Já imaginou como juntar em um único processo a emissão da identidade e carteira profissional em versões físicas e eletrônicas, já com a inclusão de certificado digital, iria facilitar a vida dos médicos? Essa é a proposta de um projeto que vem sendo desenvolvido pelo Conselho Federal de Medicina (CFM) para oferecer ao médico acesso a um completo serviço de identificação.

Segundo informações publicadas em setembro no site do CFM, para tornar essa proposta possível, o órgão federal trabalha para se tornar, juntamente com os Conselhos Regionais de Medicina (CRMs), uma Autoridade de Registro (AR). Com isso, a autarquia aproveitará todos os procedimentos feitos para as verificações necessárias à emissão de uma cédula de identidade médica em papel para a certificação digital.

Ainda segundo o site, a conversão dos conselhos em uma AR depende apenas da conclusão de um processo administrativo e legal que se encontra em fase avançada. Atualmente, o CFM é uma autoridade emissora de atributo, ou seja, atesta se a pessoa está apta a exercer a medicina e em quais especialidades.

Para a transferência dessa função para o mundo virtual, é preciso que uma Autoridade Certificadora comprove

a veracidade dos dados digitais, para que tenham valor legal, como um cartório que reconhece uma assinatura. Pelo projeto em andamento, o CFM contará com o suporte desse tipo para propiciar ao médico um atestado de veracidade virtual.

Assim, ao aproveitar informações e procedimentos realizados no cadastro dos médicos, como biometria e outras verificações necessárias, e acompanhar esse processo, o CFM se torna uma Autoridade de Registro. O lado prático é que, por meio dos CRMs, os médicos terão acesso simplificado a documentos de identificação físicos e virtuais, já reconhecidos por uma Autoridade Certificadora vinculada ao ICP Brasil.

De acordo com o 1º secretário do CFM, Hideraldo Cabeça, essa integração de serviços gerará grande redução de custos para os profissionais, além de evitar que o médico tenha que entregar pessoalmente cópias de documentos para ter a emissão de certificados. O projeto está em fase final de elaboração e a expectativa é que seja lançado no início de 2021.



Fonte: CFM



CREMESP NOVA ELEIÇÃO DAS COMISSÕES DE ÉTICA MÉDICA

No próximo dia 18 de outubro expirará o mandato das Comissões de Ética Médica registradas no Conselho Regional de Medicina do Estado de São Paulo (Cremesp), quando deverá ser realizada nova eleição para o biênio compreendido entre 18 de outubro 2020 a 18 de outubro de 2022. Todas as orientações para o novo pleito estão disponíveis em <http://www.cremesp.org.br/?siteAcao=ServicosEmpresas&id=66>

O Cremesp reitera que diretores clínicos, técnicos e/ou administrativos e membros da comissão

eleitoral estão vedados de participar do processo eleitoral. Os médicos apenados eticamente nos últimos oito anos, com decisão transitada em julgamento no âmbito administrativo (processo ético-profissional) ou que estejam afastados cautelarmente pelo Cremesp, também estão impossibilitados de realizar a candidatura, bem como aqueles que não estejam quites, conforme Resolução do Conselho Federal de Medicina (CFM) nº 2.152/2016.



PORTARIA INSTITUI TESTAGEM UNIVERSAL PARA HEPATITE VIRAL C EM GESTANTES NO PRÉ-NATAL

O Conselho Regional de Medicina do Estado de São Paulo (Cremesp) informa a publicação da Portaria nº 32, de 19 de agosto, por parte da Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos do Ministério da Saúde (SCTIE-MS) (<https://brasilsus.com.br/index.php/pdf/portaria-sctie-ms-no-32/>), que torna pública a decisão de incorporar a testagem universal para hepatite viral C em gestantes no

pré-natal, conforme protocolo do MS, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS).

De acordo com o artigo 2 do texto, o prazo máximo para efetivação da oferta ao SUS é de cento e oitenta dias, como determina o art. 25 do Decreto nº 7.646/2011.

O relatório de recomendação da Comissão Nacional de Incorporação de Tecnologias no SUS (Conitec), referente a esta tecnologia, estará disponível no site <http://conitec.gov.br>, conforme disposto no art. 3.

NOVO CONVÊNIO: UNIVERSO ASSESSORIA E EXATA ADMINISTRAÇÃO E CONSULTORIA

Em meio as atribuições causadas pela pandemia, o Sindimed garantiu um novo convênio: Universo Assessoria e Exata Administração e Consultoria, que oferecem produtos de crédito com benefícios exclusivos para os associados Sindimed.

As empresas são especializadas em crédito e seu foco é buscar sempre as melhores opções aos seus clientes, junto aos bancos parceiros. O atendimento é feito de forma personalizada e com a comodidade que o médico necessita.

Associados Sindimed têm desconto de 10% da Assessoria Financeira e condições especiais nos seguintes produtos:

■ **PORTABILIDADE DE CRÉDITO IMOBILIÁRIO:** possibilidade de redução da prestação de financiamento imobiliário através da transferência do saldo devedor existente para outro banco, com taxa de juros menor;

■ **REFINANCIAMENTO DE IMÓVEL (HOME EQUITY OU CGI):** Crédito pessoal com garantia de imóvel, com prazo de pagamento de até 240 meses. Excelente para quem tem patrimônio, porém está sem fluxo de caixa. É bom ressaltar que o valor liberado pode ser utilizado para qualquer finalidade;

■ **FINANCIAMENTO IMOBILIÁRIO:** Acesso aos bancos de primeira linha, sem a necessidade de se locomover até a agência, evitando assim, filas desnecessárias;

■ **FINANCIAMENTO DE VEÍCULO E REFINANCIAMENTO:** Possibilidade de financiar um veículo leve ou pesado, ou mesmo utilizar o que já possui e obter um crédito pessoal com taxa de juros reduzida.

Os médicos interessados podem obter mais informações pelo telefone **(13) 98801 3351**, com Sandra Trombino, ou pelo e-mail **exata.adm@uol.com.br**. A sede das empresas fica no Praiamar Corporate.



MINHA PARTICIPAÇÃO
FORTALECE
MEU SINDICATO!

ASSOCIE-SE
E CONTRIBUA
PARA QUE O
SINDICATO
CONSOLIDE
OS INTERESSES
DA CLASSE
MÉDICA.