

ENTENDA A EMT sem medo

Um guia simples sobre o tratamento que pode ajudar quando o remédio e a terapia não foram suficientes sozinhos.



Clínica Monnfrei
PSIQUIATRIA INTERVENCIONISTA

Índice

01	Você não está sozinho nisso	Pág. 03
02	O que é a EMT e como ela age no cérebro	Pág. 05
03	Para quem é indicada	Pág. 06
04	Como é o tratamento, passo a passo	Pág. 07
05	O que esperar: resultados e segurança	Pág. 08
06	Como reconhecer um serviço de EMT sério	Pág. 09
07	Perguntas frequentes	Pág. 10
08	Referências bibliográficas	Pág. 11

Você não está sozinho nisso

Tem um tipo de cansaço que dormir não resolve. Você acorda e ele já está lá. Tem coisa que antes te dava prazer e hoje passa despercebida, sem que você entenda muito bem por quê.

Às vezes você já tentou de tudo. Remédio, terapia, mudar a rotina, se esforçar mais. E mesmo assim, sente que ainda falta alguma coisa. Aos poucos, você foi se afastando. De gente, de lugares, de coisas que antes importavam.

Não é falta de esforço, nem fraqueza.

332 milhões

de pessoas no mundo convivem com depressão, segundo a Organização Mundial da Saúde.¹¹ Se você está passando por isso, está longe de estar sozinho.

Áreas do cérebro ligadas ao humor e ao prazer podem estar com a atividade alterada. Quando o tratamento convencional não é suficiente sozinho, existe outro caminho: a Estimulação Magnética Transcraniana , ou EMT.

Nós, da Clínica Monnfrei , conhecemos bem esse caminho, e queremos te mostrar como ele funciona, sem termo difícil e sem promessa vazia.

Quem está com você nesse caminho

A Clínica Monnfrei é conduzida por Dr. Daniel Monnerat e Dra. Flávia Freitas.

Toda avaliação e todo acompanhamento passam pelas mãos de quem realmente entende do assunto, com consultas conduzidas diretamente pelos fundadores da clínica.

*Aqui você não fala com
um operador de
equipamento. Você fala
com quem cuida de você.*



Dr. Daniel Monnerat

PSIQUIATRIA

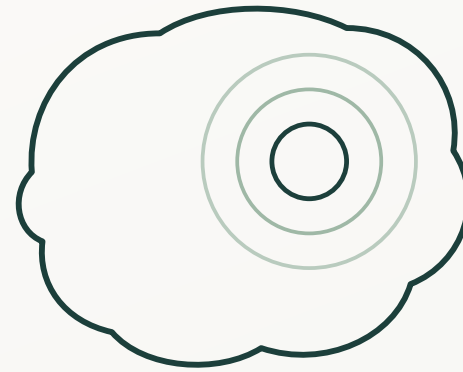
CRM/RJ 52106972-1 · RQE/RJ 54019

Dra. Flávia Freitas

PSIQUIATRIA

CRM/RJ 5298840-5 · RQE/RJ 37744

O que é a EMT e como ela age no cérebro



A Estimulação Magnética Transcraniana é um tratamento não invasivo que usa pulsos magnéticos para estimular áreas específicas do cérebro relacionadas ao humor, à motivação e à ansiedade. Ela não exige cirurgia, não precisa de anestesia geral, e é feita de forma ambulatorial.

Durante a sessão, um equipamento posiciona uma bobina próxima à sua cabeça. Essa bobina produz pulsos magnéticos breves, que atravessam o couro cabeludo e o crânio sem dor, e estimulam a atividade das regiões do cérebro relacionadas ao seu tratamento.

A EMT é usada principalmente no tratamento da depressão, quando os sintomas não melhoraram o suficiente com os tratamentos convencionais. Na Clínica Monnfrei, explicamos cada etapa antes de começar, para que você se sinta seguro durante todo o processo.

EMT $\neq$ ECT

Muita gente ainda associa o tratamento a filme antigo. Na ECT, uma corrente elétrica provoca uma convulsão terapêutica, sob anestesia geral. Na EMT, você fica acordado, sentado, sem sedação, e não há convulsão provocada. São abordagens diferentes, com experiências completamente distintas para o paciente.

Sem cirurgia · Sem anestesia · Ambulatorial

Entender o mecanismo é só o primeiro passo. Na próxima página, mostramos o que acontece antes, durante e depois de cada sessão.

Para quem é indicada

A indicação da EMT não é automática. Cada pessoa passa por uma avaliação psiquiátrica individual. De forma geral, a EMT costuma ser considerada quando você se identifica com algumas dessas situações:

1 Já tentou remédio e terapia, mas ainda sente que falta alguma coisa

Você seguiu o tratamento direitinho, tomou a medicação, foi às sessões de terapia, e mesmo assim os sintomas continuam presentes ou voltam com frequência.

2 Sente muitos efeitos colaterais com os medicamentos

Alguns antidepressivos causam efeitos que atrapalham o dia a dia, como sonolência, ganho de peso ou alterações no apetite. Isso pode ser conversado com seu psiquiatra.

3 Quer evitar sedação, anestesia ou internação

Se a ideia de um procedimento com anestesia geral te preocupa, a EMT é feita com você acordado, sem sedação, e sem necessidade de internação.

4 Já combina medicação e psicoterapia, e busca algo a mais

Em alguns casos, a EMT é usada em conjunto com o tratamento que você já faz, não necessariamente como substituto.

Na Clínica Monnfrei, avaliamos cuidadosamente cada caso para determinar se a EMT é o caminho certo. É muito importante destacar que a decisão de iniciar o tratamento deve sempre ser feita em conjunto com seu psiquiatra, após avaliação criteriosa e diálogo aberto sobre os possíveis benefícios e riscos.

Como é o tratamento, passo a passo

1

Avaliação Inicial

Antes de começar, você passa por uma avaliação completa com nossa equipe psiquiátrica. Ela inclui entrevista clínica, histórico de tratamentos já realizados, avaliação de risco, investigação de convulsões ou outras condições neurológicas, e verificação de metais, implantes ou dispositivos eletrônicos no corpo.

2

A Sessão

Você fica sentado, acordado, com uma proteção auricular colocada nos ouvidos. A bobina é posicionada sobre uma região específica da cabeça, e o equipamento aplica pulsos magnéticos. Você vai ouvir um som de estalo repetitivo, e pode sentir toques leves no couro cabeludo. Não é descrito como dor, e ajustamos a intensidade conforme sua tolerância.

3

Frequência e Duração

Cada sessão costuma durar entre 20 e 40 minutos. O tratamento geralmente é feito 5 vezes por semana, durante 4 a 6 semanas, totalizando em torno de 20 a 30 sessões. Esse número pode variar conforme orientação da equipe médica.

4

Acompanhamento

Ao longo de todo o tratamento, nossa equipe observa humor, sono, energia, concentração e bem-estar geral, ajustando o que for necessário. O acompanhamento é o que garante que o tratamento siga no caminho certo para você.

5

Antes e Depois da Sessão

Você não precisa de jejum, nem de acompanhante obrigatório. Ao final, pode dirigir e voltar direto para sua rotina, sem período de recuperação ou sedação. Cada pessoa responde de um jeito, por isso não existe promessa de resultado em um número fechado de sessões.

20–40

MINUTOS POR SESSÃO

5×

SESSÕES POR SEMANA

4–6

SEMANAS DE TRATAMENTO

20–30

SESSÕES, EM MÉDIA

O que esperar: resultados e segurança

A melhora com a EMT costuma ser gradual. Algumas pessoas percebem mudanças já nas primeiras semanas, outras precisam de mais sessões até sentir diferença. Acompanhamos sua evolução sessão a sessão, ajustando o que for preciso.

O que costuma ser esperado

- ✓ Desconforto leve no couro cabeludo
- ✓ Dor de cabeça leve e passageira
- ✓ Efeitos que diminuem ao longo das sessões

Merecem atenção especial

- ▶ Implantes ou estimuladores cerebrais
- ▶ Clipes, stents ou fragmentos metálicos
- ▶ Histórico de convulsões ou lesão cerebral
- ▶ Bipolaridade com risco de mania, ou gestação

Nenhum desses fatores significa, sozinho, que o tratamento está descartado. A decisão é sempre individualizada.



Quando procurar ajuda com urgência

Se em algum momento você sentir piora importante do humor, ou tiver pensamentos de se machucar ou de morte, procure nossa equipe médica imediatamente, ou vá a um serviço de emergência. Você não está falhando no tratamento, e não precisa enfrentar isso sozinho.

Depois do curso inicial, algumas pessoas seguem com acompanhamento, terapia ou sessões de manutenção. Na Clínica Monnfrei, informação clara é o primeiro passo para uma decisão segura.

*Cuide-se bem,
sempre.*

UMA JORNADA GRADUAL, NÃO UMA LINHA RETA



Como reconhecer um serviço de EMT sério

Nem todo lugar que oferece EMT faz isso da mesma forma. Antes de escolher onde tratar, vale saber o que separa um serviço realmente preparado de um que só tem o equipamento.

UM SERVIÇO SÉRIO COSTUMA TER

- ✓ **Avaliação médica individualizada** antes de qualquer sessão, nunca uma indicação automática
- ✓ **Equipe treinada e psiquiatra** acompanhando todo o processo, não só um operador de equipamento
- ✓ **Triagem cuidadosa** de implantes, histórico de convulsões e outras condições de risco
- ✓ **Plano definido** para lidar com qualquer intercorrência durante o tratamento
- ✓ **Acompanhamento depois** que as sessões terminam, não só durante
- ✓ **Informação clara** sobre custos, faltas e remarcações, sem letra miúda

DESCONFIE DE PROMESSAS COMO

resultado garantido cura definitiva sem nenhum risco

Tratamento sério explica benefícios e limites, não vende certeza.

***Na Clínica Monnfrei, é assim que trabalhamos:
avaliação de verdade, acompanhamento de perto,
e transparência do início ao fim.***

Perguntas frequentes

Selecionamos as dúvidas mais frequentes de pacientes sobre o tratamento com EMT.

1

A EMT é a mesma coisa que eletrochoque (ECT)?

Não. Na EMT não há sedação, nem convulsão provocada, nem cirurgia. São tratamentos diferentes.

2

A EMT dói?

Não costuma ser descrita como dor. Pode causar desconforto leve, principalmente no início, e a intensidade é ajustada conforme sua tolerância.

3

Preciso de anestesia ou internação?

Não. Você fica acordado, sentado, e volta pra rotina normalmente depois da sessão.

4

Qualquer pessoa pode fazer EMT?

Não. Existe uma avaliação prévia obrigatória, que inclui histórico de saúde e verificação de implantes ou dispositivos metálicos.

5

A EMT substitui o remédio que eu já tomo?

Não necessariamente. Em muitos casos, ela é usada em conjunto com terapia e/ou medicação, conforme orientação médica.

6

Quantas sessões vou precisar?

Varia de pessoa para pessoa. Nos protocolos mais comuns, costuma ser 5 vezes por semana, por 4 a 6 semanas.

7

Em quanto tempo vou sentir melhora?

Também varia. Algumas pessoas notam mudança nas primeiras semanas, outras precisam de mais sessões.

8

O efeito é permanente?

Não é garantido como cura definitiva.

Algumas pessoas seguem com acompanhamento ou sessões de manutenção depois do tratamento inicial.

Se ficou alguma dúvida que esse material não respondeu, a equipe da Clínica Monnfrei está aqui para conversar com você antes, durante e depois do tratamento.

Referências bibliográficas

- 1 FDA — rTMS Systems: Class II Special Controls Guidance
[fda.gov/medical-devices/.../rtms-systems-class-ii-special-controls-guidance](https://www.fda.gov/medical-devices/.../rtms-systems-class-ii-special-controls-guidance)
- 2 NICE — HTG396
[nice.org.uk/guidance/htg396](https://www.nice.org.uk/guidance/htg396)
- 3 NICE — IPG542
[nice.org.uk/guidance/ipg542](https://www.nice.org.uk/guidance/ipg542)
- 4 PMC — Artigo científico (PMC5612370)
[pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5612370](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5612370)
- 5 CMS — Local Coverage Determination (LCD34522)
[cms.gov/medicare-coverage-database/.../lcdid=34522](https://www.cms.gov/medicare-coverage-database/.../lcdid=34522)
- 6 ROYAL COLLEGE OF PSYCHIATRISTS — ECT Committee Statement on rTMS
[rcpsych.ac.uk/.../rtms-statement-may18.pdf](https://www.rcpsych.ac.uk/.../rtms-statement-may18.pdf)
- 7 IPG242 GUIDANCE
emtr.com.br/artigos/IPG242GUIDANCE.pdf
- 8 INAHTA — Database
database.inahta.org/article/31336
- 9 PUBMED — 27090022
pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27090022
- 10 NIMH — Depression
nimh.nih.gov/health/topics/depression
- 11 OMS/WHO — Depressive disorder fact sheet
who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression



Clínica Monnfrei
PSIQUIATRIA INTERVENCIONISTA

RESPONSABILIDADE TÉCNICA

Monnfrei Psiquiatria Intervencionista
Registro: CRM-RJ 52-140541-I
Diretor Técnico-Médico: Dra. Flávia Freitas
CRM-RJ 5298840-5
Psiquiatra: RQE-RJ 37744

*Informação clara é o primeiro passo
para uma decisão segura sobre sua
saúde mental.*