

# Médicos acham que não cuidam da própria saúde

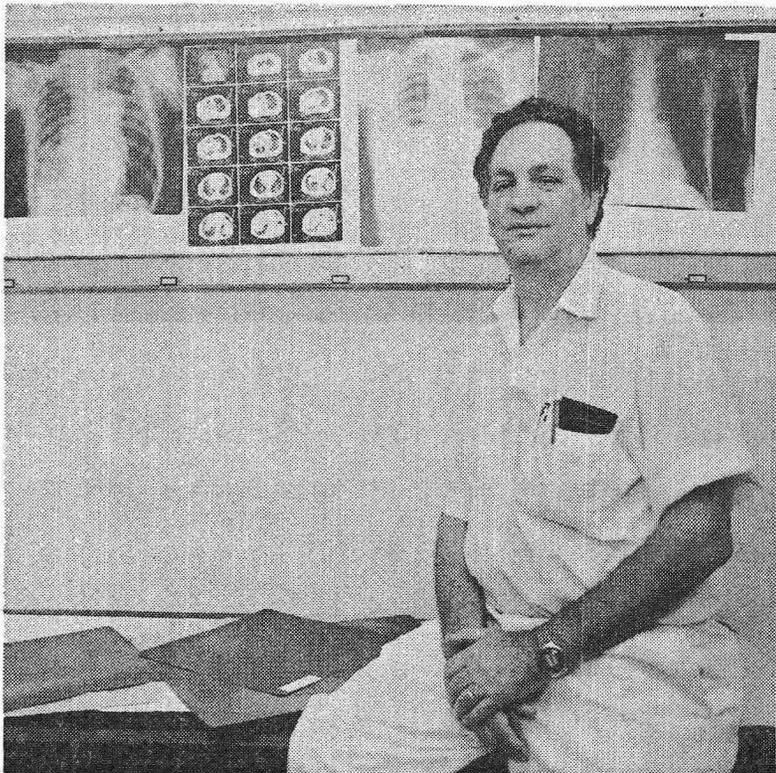
**Dia-a-dia acelerado, má alimentação e vida sedentária são quase regra geral entre profissionais**

Os participantes do 11º Congresso Paulista de Medicina, que termina hoje no Centro de Convenções Rebouças, estão sendo submetidos a exame médico. Não que o evento esteja tão estressante que os inscritos tenham de fazer check-up diário, mas a Associação Paulista de Medicina (APM), promotora do evento, acha que os médicos não cuidam da saúde e quer saber como estão do ponto de vista clínico. Segundo a entidade, os médicos prescrevem a seus clientes boa alimentação e exercícios, mas nem sempre seguem essas recomendações.

Alunos do segundo ano da Escola Paulista de Medicina mediram a pressão arterial, o colesterol e a quantidade de gordura dos médicos que se submeteram aos exames. Ainda não se sabe exatamente quais são os descuidos dos profissionais brasileiros com a saúde — até ontem à tarde, apenas um dos examinados apresentou índice alto de colesterol, embora vários tenham demonstrado estar acima do peso —, mas os ingleses não levam o assunto muito a sério. Uma pesquisa na Inglaterra demonstrou que 75% dos médicos não conhecem a própria pressão arterial, 93% não tomam muitos cuidados com o hábito de beber e 84% são desatentos quanto ao stress, fumo e sedentarismo.

## FAÇA O QUE EU DIGO

Outro problema dos médicos britânicos é a automedicação: 70% usam antibióticos, 20% utilizam soníferos e 5%, antidepressivos. Os resultados dos exames serão colocados num computador e posteriormente avaliados, já que os profissionais responderam também a um questionário onde esclarecem hábitos como fumo, bebida e prática de exercícios físicos. Se os dados ingleses estiverem certos, tudo indica que a relação médico-paciente está calcada no famoso "faça o que eu digo, mas não faça o que eu faço".



Álvaro Motta/AE

*Morrone: "Fumo um maço de cigarros por dia mas não trago"*

Este é o caso, por exemplo, de um dos mais famosos pneumologistas de São Paulo, Nelson Morrone, de 56 anos. Sua especialidade o obriga a aconselhar seus pacientes a deixar de fumar, hábito que ele não consegue abandonar. "Fumo um maço de cigarros por dia, mas não trago", explica.

Morrone evita fumar na frente dos pacientes, mas não acha que seu hábito lhe tire a autoridade perante o cliente. "Dou todas as informações de que o paciente precisa para justificar a minha recomendação do abandono do fumo, e ele pode optar", diz.

Há três anos, Morrone se submeteu a um exame para medir o colesterol e constatou que estava na faixa de risco. Ontem ele se negava a refazer o exame. "Se der alguma coisa vou ficar preocupado; é melhor não fazer". Na definição do médico, a Medicina é muito semelhante à religião: a dificuldade está em passar dos preceitos à prática.

"A maior parte dos médicos não se cuida preventivamente para evitar fatores de risco", diz o diretor da Associação

Paulista de Medicina, José Knoplich. Segundo ele, o médico tem um cotidiano muito acelerado e é comum entregar-se a uma vida sedentária e de má alimentação. "Somente tendo uma vida saudável o médico pode exigir hábitos saudáveis dos pacientes", diz.

Uma campanha antitabagista norte-americana chegou a utilizar os hábitos médicos como exemplo. A publicidade dizia que se mais de 80% deles não fumavam era porque sabiam de alguma coisa a mais que os motivava a isto.

## IOGA

A ginecologista Regina Caruso Serra, de 44 anos, por exemplo, só consegue fazer ioga uma vez por semana, o que considera pouco para uma vida saudável.

A correria do cotidiano, que compreende consultório, hospital, partos e seus filhos, não tem permitido que ela faça ginástica com maior frequência. "Mas meu colesterol está bom, só preciso emagrecer um pouco", disse a ginecologista.