

Insônia ataca médicos da rede pública

Flávia Lima

Médicos da rede pública do Distrito Federal dormem mal. No mês em que é comemorado o Dia do Médico, a pesquisa de mestrado da médica psiquiatra Ana Paula Megale revela que os profissionais da saúde precisam ficar mais atentos à qualidade do sono.

De acordo com o estudo, orientado pelo professor da Faculdade de Medicina Carlos Alberto de Assis Viegas, dos 303 médicos de hospitais públicos do Distrito Federal que foram entrevistados na pesquisa, 56,6% apresentaram alterações no sono. Mais de um terço deles possui o sono muito alterado. Problemas relacionados ao sono, além de aumentarem as chances de acidentes de trabalho, podem afetar o rendimento do dia-a-dia.

Segundo Ana Paula, que ocupa o cargo de presidente da Sociedade Brasiliense do Sono, o sono é fundamental para que a pessoa fique bem no dia seguinte. Uma noite bem dormida favorece o humor e a concentração.

– O médico precisa de concentração para tomar decisões rápidas, seja no consultório, seja em uma cirurgia. Ele não pode errar na avaliação de exames, nem em procedimentos cirúrgicos – afirma Ana Paula.

Os prejuízos de uma possível má qualidade do trabalho do médico são também para os pacientes.

Entre as alterações de sono mais freqüentes nos médicos, Ana Paula constatou: insônia, apnéia do sono (interrupção da respiração) e os distúrbios neurológicos, como os movimentos periódicos noturnos. As causas para os distúrbios do sono nos médicos são muitas.

A primeira delas é a preocupação financeira. Isso apesar de o DF ser um dos locais das unidades da federação onde os médicos da rede pública são mais bem remunerados.

– Quanto maior a preocupação financeira, mais chance o médico tem de não dormir bem – lembra a médica.

Depois de preocupações financeiras, a insatisfação com o trabalho é a causa mais



Hospital de Base: problemas relacionados ao sono aumentam as chances de acidentes



Ana Paula: problema financeiro é uma das causas

MARCOS BRANDÃO

citada pelos médicos entrevistados para justificar uma noite mal dormida. Em seguida vem a baixa idade dos profissionais.

De acordo com a presidente da Sociedade Brasiliense do Sono, os médicos jovens sofrem mais de ansiedade, uma das principais causas de insônia. Quando saem da faculdade e da residência médica, separam com um mercado saturado que exige realização de vários cursos de especialização e pós-graduação.

Para Ana Paula, são os médicos quem precisam ter mais conhecimento acerca de tratamentos para cuidar do sono.

– Uma noite mal dormida faz com que exista mais chan-

ce de erro médico, de depressão, de ansiedade. Distúrbios do sono afetam não apenas quem sofre da doença mas também quem está ao redor – ressalta a médica.

Brasília tem várias clínicas que oferecem tratamentos para o sono. A Medicina do Sono é uma nova área da saúde, que estuda as funções do sono, os seus distúrbios e o impacto desses distúrbios na vida dos indivíduos. O HUB foi o primeiro hospital público a oferecer serviços em Laboratório do Sono no Brasil. Mas novas vagas para tratamento serão abertas somente em fevereiro do próximo ano. Mais informações pelo telefone 3307-3224.