

Estressados, os médicos não se cuidam

■ Pesquisas revelam que profissionais da saúde acumulam empregos, se desgastam e que o cansaço provoca erros por desatenção

CÍNTIA PARCIAS

A saúde do médico carioca anda abalada e a principal causa disso é o estilo de vida que nossos doutores são obrigados a levar. Os horários desregulados, a necessidade de ter de dois a cinco empregos diferentes e a pressão da profissão atingem o organismo dos médicos, que acabam sendo obrigados sentar do outro lado da mesa e posar de paciente. E viver o papel do paciente é outro problema para os médicos, já que eles pouco se consultam com seus colegas.

Segundo levantamento feito com 600 médicos e concluído em abril pela Med-Rio Estresse, o maior problema que atinge os médicos é a obesidade (62,5%), seguido do sedentarismo (37,5%). Quanto aos hábitos, a má alimentação é comum entre 19% dos entrevistados e 15,5% desses médicos fumam. Dos médicos consultados, 12,5% apresentavam alguma doença. A manifestação mais comum desse estilo de vida é a alteração de sono, apontada por 44% dos médicos. A diminuição da vitalidade atinge 22% deles, e alterações de humor são comuns enure 19%.

Uma pesquisa realizada ano passado, com 30 mil médicos de todos os estados brasileiros, traçou um perfil do profissional em cada região. A pesquisa recebeu incentivo do Conselho Nacional de Medicina, da Associação Médica Brasileira e da Federação Nacional dos Médicos, e foi coordenada pela Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz).

Subemprego – “O fato de o médico ter vários empregos gera um desgaste muito grande e incentiva a vida sedentária e a má alimentação. Isso leva à obesidade”, comentou o presidente do Sindicato dos Médicos, Luis Roberto Tenório. De acordo com o levantamento, 36,5% dos médicos no Rio têm dois empregos, 27,7% atendem em dois lugares diferentes, 14,3 trabalham em quatro empregos e 16,5 têm apenas um. E, segundo a pesquisa, não existe desemprego na área médica. “Isso revela que o problema não é a falta de emprego, mas sim o subemprego”, ressaltou Tenório.

“Minha maior dificuldade é em relação aos horários. Sempre tento praticar um esporte, mas logo os horários mudam e tenho que parar”, contou o médico Carlos Alberto Chiesa, que atende em seu consultório e integra a equipe do CTI da clínica São Vicente. Carlos Alberto costuma trabalhar 12 horas por dia e sua folga é de dois dias, num período de 15 em 15 dias.

Segundo a pesquisa, os médicos que atendem em consultório – 66,9% dos entrevistados – dão mais de 60% de suas consultas a pacientes com plano de saúde. Atualmente os planos pagam uma média de R\$ 24 pela consulta. “É muito difícil manter um consultório sem ter um outro emprego”, disse Tenório.

Pessimismo – Também ficou constatado que 36,1% dos médicos cariocas possuem uma renda mensal que varia de R\$ 2 mil a R\$ 4 mil. Mais de 28% ganham mais de R\$ 4 mil, e 15,4% recebem até R\$ 1 mil. A maioria dos entrevistados, 37,97%, vêem seu futuro com pessimismo. E 73,97% consideram o desgaste profissional um problema. Segundo Tenório, uma pesquisa feita com a equipe do CTI do Hospital de Ipanema em 1989 revelou que 92% achavam que o desgaste da profissão produzia malefícios aos pacientes, e 54% afirmaram que deram medicação errada por pura falta de atenção.

“Médicos costumam atender cerca de 66 chamados durante um plantão noturno de 12 horas”, contou Tenório. “Quando eu estava na faculdade achava que o desgaste seria apenas no início. Depois verifiquei que não é bem assim e sempre me espanto ao encontrar colegas bem mais velhos em horários absurdos de plantão”, disse Chiesa.

“O médico lida todo o tempo com a dor e o sofrimento. Quadros de pressão alta e casos de enfarte são comuns entre a classe”, comentou o cardiologista Carlos Scherr. Segundo pesquisa coordenada por Tenório, no Hospital Pedro Ernesto, onde pratica medicina do trabalho, em 1992 o profissional da saúde era o que mais se suicidava e o segundo colocado em adesão no Alcoólicos Anônimos.

O lado psicológico dos médicos também fica bastante abalado. A pesquisa feita no Pedro Ernesto, com 200 médicos plantonistas com idade média de 32 anos, mostrou que 60% reclamaram de insônia, depressão e irritabilidade, e 42% apontaram o trabalho como causador de atritos familiares.

“Faço psicanálise três vezes por semana há cinco anos. É fundamental para manter o raciocínio clínico e dar conforto ao paciente e à família”, afirmou Chiesa.

Desabafo – Trabalhando desde 1983 como diretor do programa de pesquisa em Aids do Hospital Universitário Gaffrée Guinle, Carlos Alberto Moraes de Sá utiliza alguns recursos para garantir o lado emocional de sua equipe. “Nunca deixo um médico cuidando exclusivamente de um paciente com HIV. Vivenciar apenas essa realidade seria muito doloroso”, afirmou. Carlos Alberto mantém reuniões semanais com sua equipe, onde trocam experiências, pedem conselhos e desabafam. “Funciona como uma terapia”, explicou.

Segundo Carlos Alberto, atualmente o médico que cuida de pacientes com Aids encontra uma situação melhor do que há alguns anos. “Antes das novas drogas e dos coquetéis a situação era dramática. O esgotamento do médico era comum. Muitos não agüentavam e apresentavam distúrbios de comportamento e agressividade”, lembrou. Ele conta que, quando percebe que o esgotamento está atingindo algum médico, providencia logo uma licença ou férias. Para manter o próprio equilíbrio Carlos Alberto não abre mão de sua corrida diária, no calçadão do Recreio dos Bandeirantes. “É fundamental para meu bem estar físico e psicológico”.

Diretor do Hospital do Câncer há dois anos, Paulo de Biase também procura praticar esportes. “Mas depois que passei a acumular meu trabalho de cirurgião com a administração do hospital tive que abrir mão de algumas horas de exercício”.

E Paulo de Biase busca em práticas religiosas o equilíbrio para cuidar dos pacientes com câncer. “Freqüento uma igreja presbiteriana e todas as atividades ligadas à ela me dão tranquilidade para lidar bem com meus pacientes”, contou.



O médico Carlos Alberto Sá, coordenador do Programa de Aids do Hospital Gaffrée Guinle, corre no Recreio dos Bandeirantes para reduzir a tensão.

André Arruda