

VI FIEM  
PROBLEMAS DE SAÚDE  
MENTAL NOS  
PROFISSIONAIS MÉDICOS

PONTA DELGADA - AÇORES

08 a 10 de MAIO de 2013

Emmanuel Fortes S. Cavalcanti

3º Vice Presidente CFM - Brasil

# ATENÇÃO A SAÚDE DO MÉDICO



# COMO SURTIU O PROJETO?

- ❖ Trabalho de educação continuada desenvolvido pelo CRM-AL em 2002.
- ❖ Atendimento de profissionais médicos no consultório.

# QUAIS AS DEMANDAS MAIS FREQUENTES DOS MÉDICOS?

- ❖ Falta de condições para exercer o trabalho.
- ❖ Sobrecarga de trabalho.
- ❖ Sentimento de injustiça.
- ❖ Discrepância entre a remuneração e o esforço empregado.
- ❖ Interferência de terceiros na atuação dos médicos.
- ❖ Necessidade de uma liderança entre os médicos.

- ❖ Falta de um espaço para discutir e buscar resolutividade para os problemas enfrentados no cotidiano da profissão.
- ❖ Necessidade de aprimoramento profissional que garanta maior segurança nas condutas.
- ❖ Dificuldades no manejo da relação médico-paciente.

- ❖ Falta de preparo para lidar com as famílias dos pacientes.
- ❖ Lidar com as perdas e com a morte.
- ❖ Dificuldades pessoais do próprio médico.
- ❖ Presença de transtornos mentais.

# INTRODUÇÃO:

- ▣ Ao longo da História da Humanidade o trabalho surge como um domínio onde o Homem expressa a sua identidade, as suas necessidades e valores, a sua ligação com os outros e a sua sociabilidade.

# Guerreiro menino

## Gonzaguinha

Um homem se humilha  
Se castram seu sonho  
Seu sonho é sua vida  
E vida é trabalho...

E sem o seu trabalho  
O homem não tem honra  
E sem a sua honra  
Se morre, se mata...

Não dá prá ser feliz  
Não dá prá ser feliz...



Foto: Emmanuel Fortes



# INTRODUÇÃO

- ▣ A associação entre condições de trabalho e ocorrência de doenças físicas e transtornos mentais vem sendo mais estudada a partir da segunda metade do século XX.



# INTRODUÇÃO

▣ Quando o stress profissional se torna crônico, pode contribuir entre outras consequências, para a instalação e ou desenvolvimento da **síndrome de burnout e da depressão.**

A painting of a woman in a blue dress and hat painting roses in a garden. She is holding a palette and a brush, looking down at her work. The background is a lush garden with green leaves and red roses.

**“Aprendi com as primaveras a me deixar cortar e a voltar sempre inteira”.**

**Cecília Meireles**

# Estresse

- ▣ O estresse no trabalho não tem necessariamente de ter efeitos negativos na saúde, podendo ser uma fonte de satisfação e realização pessoal, permitir a segurança financeira e uma boa saúde física e mental.
- ▣ Mas o estresse relacionado com o trabalho pode também ter efeitos negativos na saúde física e mental do trabalhador e afetar as pessoas de diferentes maneiras.
- ▣ Pode ser causa de violência no trabalho ou de alteração do estilo de vida com o aumento do consumo de álcool, tabaco e drogas.

# ETIOLOGIA:

Maslach et al. consideram determinantes do burnout:

- ▣ Sobrecarga.
- ▣ Insegurança em relação às tarefas.
- ▣ Falta de condições para exercer o trabalho.
- ▣ Insegurança quanto à permanência no emprego.
- ▣ Falta de suporte da equipe/chefia.
- ▣ Sentimento de desmoralização pessoal no ambiente de trabalho.
- ▣ Sentimento de injustiça.



# Perfil de vulnerabilidade

- ▣ Os candidatos à Síndrome apresentam uma personalidade com maior risco para desenvolver **Burnout**. “Ou seja, são pessoas excessivamente críticas, muito exigentes consigo mesmas e com os outros e que têm maior dificuldade para lidar com situações difíceis”.

# QUADRO CLÍNICO:

- ▣ **SINTOMAS EMOCIONAIS:** avaliação negativa do desempenho profissional, esgotamento, fracasso, impotência, baixa autoestima.
- ▣ **MANIFESTAÇÕES FÍSICAS OU TRANSTORNOS PSICOSSOMÁTICOS:** fadiga crônica, dores de cabeça, insônia, úlceras digestivas, hipertensão arterial, taquicardia, arritmias, perda de peso, dores musculares e de coluna, alergias, lapsos de memória.
- ▣ **ALTERAÇÕES COMPORTAMENTAIS:** maior consumo de café, álcool e remédios, faltas no trabalho, baixo rendimento pessoal, cinismo, impaciência, sentimento de onipotência e também de impotência, incapacidade de concentração, depressão, baixa tolerância à frustração, ímpeto de abandonar o trabalho, comportamento paranóico (tentativa de suicídio) e/ou agressividade.

# DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL:

## **Burnout & Depressão:**

Segundo Freudenberg, o "estado depressivo" presente no burnout seria temporário e orientado para uma situação precisa na vida da pessoa (no caso, o trabalho), além do que não estaria presente o sentimento de culpa, característico da depressão; também para Maslach, o burnout afetaria somente o campo profissional, enquanto que a depressão atingiria todas as áreas da vida do indivíduo.



# Diagnóstico diferencial

## Burnout:

- ▣ Aparentam mais vitalidade e são mais capazes de obter prazer nas atividades.
- ▣ Raramente apresentam perda de peso, retardo psicomotor ou ideação suicida.
- ▣ Têm sentimentos de culpa mais realistas.
- ▣ Atribuem sua indecisão e inatividade à fadiga e não à própria doença.
- ▣ Apresentam mais frequentemente insônia inicial, em vez de terminal (como na depressão).

Brenninkmeyer

# Fontes de estresse relacionadas ao diagnóstico da Síndrome de Burnout

- ▣ A falta de reconhecimento do trabalho.
- ▣ Problemas na rotina.
- ▣ Falhas na coordenação do grupo de trabalho.
- ▣ Falta de recurso de auxílio ao profissional.
- ▣ Fraca estrutura administrativa no serviço de saúde.
- ▣ Falta de apoio social.
- ▣ Discrepância entre a remuneração e o esforço empregado



# Fontes de estresse relacionadas ao diagnóstico da Síndrome de Burnout

- ▣ Falta de oportunidades de desenvolvimento pessoal.
- ▣ Sobrecarga de trabalho.
- ▣ Necessidade de atualização de informação para assegurar a competência profissional.
- ▣ Conflitos com superiores.
- ▣ Sentir muita responsabilidade nos resultados de atendimento aos pacientes.
- ▣ Baixo reconhecimento por parte da população assistida.



# TRATAMENTO:

- ▣ PSICOTERÁPICO
- ▣ FARMACOTERÁPICO



# No que se refere à vida pessoal:

- ▣ Manter equilíbrio entre vida pessoal e profissional.
- ▣ Dedicar tempo à família.
- ▣ Relaxar.
- ▣ Engajar-se em atividades prazerosas.
- ▣ Praticar atividades físicas regularmente.
- ▣ Desenvolver resiliência.



# Em relação ao contexto das instituições

- ▣ Criar canais de identificação das necessidades e expectativas do trabalhador, bem como canais de retorno desta avaliação.
- ▣ Criar cursos de capacitação permanentes dos profissionais de saúde com foco na harmonização no serviço.
- ▣ Criar sistema de apoio psicológico e social aos profissionais e tratar medicamentosamente os que precisarem.
- ▣ Formar grupos transdisciplinares para discussão de casos clínicos.

# TRABALHAS SEM ALEGRIA PARA UM MUNDO CADUCO



*Carlos Drummond de Andrade*