

A SAÚDE DOS MÉDICOS: MITO E REALIDADE

Maria do Desterro Leiros da Costa

Médica Neurologista

Diferentemente das profissões que têm hora para encerrar a jornada de trabalho, a maioria dos médicos volta para casa levando consigo o peso emocional do expediente na forma de preocupação com a evolução dos pacientes, apreensão, medo de ter errado, solidão, dúvida e frustração...um verdadeiro turbilhão psicológico que não “desliga” com o encerramento das atividades. Além dessas questões, sua categoria profissional vem enfrentando um processo contínuo de desgastes, como: desvalorização salarial, desprestígio social, precárias condições de trabalho, turnos extenuantes e falta de tempo para a vida pessoal.

Há uma tradição cultural que vê a figura do médico como alguém invulnerável ao adoecimento, bem remunerado, fadado ao sucesso e infalível. Este mito produz falsas expectativas e pressões comportamentais para nunca demonstrar fraqueza e sempre corresponder às cobranças pessoais, familiares e sociais. Assim, imersos em dilemas cotidianos crônicos, médicos e estudantes de Medicina no Brasil e no mundo, sofrem uma deterioração da saúde que se reflete nos elevados índices de *Burnout*, depressão, ideação suicida, suicídio e baixos escores de qualidade de vida. Essa realidade acontece nos diversos continentes, como demonstra a revisão sistemática de literatura de Gracino et al (2016), sobre as principais doenças que acometem os médicos em todo o mundo. Foram selecionados 57 de 374 artigos científicos publicados entre 2005 e 2015, em inglês, português e espanhol. Os distúrbios mentais foram os mais prevalentes, destacando-se a Síndrome de *Burnout*. Entre as doenças físicas, as principais queixas foram as musculoesqueléticas. Dados como estes mostram que a prática médica tem idiosincrasias que vão além das diferenças, geográficas, étnicas, culturais e socioeconômicas.

O Conselho Federal de Medicina (CFM) realizou uma pesquisa com 7.700 médicos em todos os estados da federação. Os resultados foram apresentados no livro *A Saúde dos Médicos no Brasil (2007)*, no qual 44% do entrevistados sofriam de depressão ou ansiedade e 57% apresentavam estafa e desânimo com o emprego. Esse estudo mostrou ainda

que 85% dos médicos exercem duas ou mais atividades em Medicina; 55,4% realizam três ou mais e 28,2% quatro ou mais, perfazendo jornadas de trabalho incompatíveis com a saúde. Enfocando a relação entre doença mental e horas de trabalho entre jovens médicos na Austrália, Petrie K et al (2020) entrevistaram 12.252 recém-formados e correlacionaram índices de saúde mental com horas semanais de trabalho; os que trabalhavam mais de 55 horas/semana apresentaram mais do que o dobro de distúrbios mentais e ideação suicida quando comparados aos que trabalhavam de 40 a 44 horas/semana.

A Associação Paulista de Medicina, em 2022, investigou a saúde da categoria no estado de São Paulo a partir da entrevista com 778 médicos. Destes, 50% cumpriam jornadas de trabalho acima da estabelecida na Constituição da República, que é de oito horas diárias e 44 semanais (artigo 7º, inciso XIII). Os dados encontrados foram: 24,94% chegam a 50 horas/semana e 24,29% atingem 60 horas, ou mais. As principais doenças declaradas nos últimos 12 meses foram: distúrbios do sono, 44,09%; cefaleia, 29,95%; distúrbios psicológicos, 21,72% e disfunções sexuais, 11,05%. Sobre o estado psicológico, 71,72% referiram desânimo e irritabilidade; 20,05% sentimentos de solidão; 26,61% alterações na memória e 30,72% falta de atenção e concentração.

Entre os estudantes de Medicina no Brasil a realidade não é muito distinta, como demonstraram Pacheco JC et al (2017) numa metanálise sobre a saúde mental entre acadêmicos. Segundo estes autores, nos 59 estudos incluídos, as principais doenças foram: depressão (30,6%), *burnout* (13,1%), uso de álcool (36,9%), estresse (49,9%), baixa qualidade do sono (51,5%), sonolência diurna excessiva (46,1%) e ansiedade (32,9%). Os entrevistados atribuíram estes distúrbios à falta de motivação, falta de apoio emocional e sobrecarga acadêmica.

A psiquiatra Alexandrina Meleiro, coordenadora da Comissão de Estudos e Prevenção de Suicídio da Associação Brasileira de Psiquiatria e membro do Grupo de Atenção da Saúde Mental do Médico, afirma que “os médicos se suicidam cinco vezes mais do que a população geral” e os mais vulneráveis estão na faixa etária de 35 a 50 anos. Segundo esta, a saúde mental é negligenciada por motivos que vão desde a falta de uma rede de apoio organizada até não ser reconhecida socialmente como doença. Esse cenário é agravado pelo

preconceito, falta de informação e tabu para buscar ajuda psicológica e psiquiátrica por parte dos médicos.

A Demografia Médica no Brasil 2023 (DMB 2023) foi um estudo demográfico sobre a atuação médica em nosso país, coordenado pelo pesquisador Mário Scheffer, numa parceria entre a Associação Médica Brasileira e a Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. Neste, foi evidenciado que as médicas brasileiras declaram renda média anual 36,3% inferior à dos profissionais do sexo masculino. Este dado chama a atenção para os fatores relacionados à saúde das mulheres no exercício da Medicina, conferindo à questão de gênero um possível agravante à saúde mental. Thomas e Bugatti (2020) fizeram uma revisão sistemática envolvendo estudantes de medicina, residentes e médicos, para avaliar a relação entre perfeccionismo, fenômeno de impostor e saúde mental entre homens e mulheres na Medicina. O perfeccionismo não apresentou diferenças entre homens e mulheres. Já o fenômeno de impostor predominou entre as mulheres (41% - 52%) em comparação com os homens (23,7% - 48%). Ambas as características de personalidade foram associadas a efeitos negativos sobre a saúde mental.

Algumas especialidades têm maiores riscos de comprometimento da saúde. Egbe A & Boghdady (2024) empreenderam uma revisão sistemática nos últimos 10 anos sobre a saúde mental dos cirurgiões, envolvendo 11,399 participantes. A ansiedade foi identificada em 54,6% e a depressão em 59%. Quanto aos fatores de risco associados à ansiedade e depressão destacaram-se: sexo feminino e idade mais jovem. Por outro lado, os fatores de proteção foram: apoio institucional e um sentimento de pertença social.

Estas questões demandam estudos e debates que resultem na implementação de medidas de prevenção e apoio continuado para estudantes de Medicina e médicos, a fim de prevenir o adoecimento físico e mental dos profissionais. Uma adequada formação médica exige mais do que os conhecimentos técnico-científicos; são indispensáveis os alicerces filosóficos, éticos, artísticos e espirituais. Sem um adequado preparo para as demandas inerentes à prática médica, as consequências do seu exercício sobre a saúde podem ser desastrosas. São necessárias as implementações de redes de apoio para acadêmicos e profissionais pelas faculdades e coordenações dos cursos, assim como pelas entidades representativas da categoria, a fim de prevenir, ou minimizar, o adoecimento desta classe profissional.

Referências

- APM (ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE MEDICINA) 2022. Pesquisa inédita da APM faz raio-X da saúde dos médicos. https://www.apm.org.br/wp-content/uploads/pesquisa-saude-do-medico_2022.pdf.
- Barbosa, Genário Alves et al. A saúde dos médicos no Brasil. Brasília: Conselho Federal de Medicina, 2007. 220 p.
- Egbe A & Boghdady M. Anxiety and depression in surgeons: A systematic review. Surgeon. 2024 Feb;22(1):6-17. doi: 10.1016/j.surge.2023.09.009. Epub 2023 Oct 16.
- Gracino ME, et al. A saúde física e mental do profissional médico: uma revisão sistemática. Saúde debate 40 (110) • Jul-Sep 2016 • <https://doi.org/10.1590/0103-1104201611019>
- Meleiro AMAS. Suicídio entre médicos e estudantes de Medicina. Artigo de Revisão. Rev. Assoc. Med. Bras. 44 (2) • Jun 1998 . <https://doi.org/10.1590/S0104-42301998000200012>
- Mihailescu M & Neiterman E. A scoping review of the literature on the current mental health status of physicians and physicians-in-training in North America. BMC Public Health. 2019 Oct 24;19(1):1363.
- Niewiadomska E, et al. The Physical and Mental Well-Being of Medical Doctors in the Silesian Voivodeship. Int J Environ Res Public Health. 2022 Oct 17;19(20):13410.
- Pacheco JP et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. Braz J Psychiatry. 2017 Oct-Dec;39(4):369-378.
- Petrie K et al. Working hours, common mental disorder and suicidal ideation among junior doctors in Australia: a cross-sectional survey. BMJ Open 2020 Jan 21;10(1):e033525. doi: 10.1136/bmjopen-2019-033525.
- Thomas M & Bigatti S. Perfectionism, impostor phenomenon, and mental health in medicine: a literature review. Int J Med Educ 2020 Sep 28;11:201-213. doi: 10.5116/ijme.5f54.c8f8.
- Wijeratne C et al. Doctors' reporting of mental health stigma and barriers to help-seeking. Occup Med (Lond). 2021 Nov 6;71(8):366-374.