



QUALIDADE DE VIDA E ADOECIMENTO MENTAL ENTRE CIRURGIÕES

Autores: Pedro Paulo Machado Lopes¹; Rafael Tonelli Bernardes¹

Professora: Dra. Camila Menezes Sabino de Castro²

¹Discente do curso de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte – MG

²Docente do Departamento de Medicina Preventiva e Social do curso de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte – MG

Contexto e antecedentes

Apesar das virtudes, carreiras cirúrgicas trazem consigo desafios que podem levar a sofrimento pessoal substancial para o cirurgião e para sua família¹. À parte isso, há evidências de que o impacto ultrapassa o profissional, afetando diretamente a qualidade do serviço e a saúde pública em geral².

Os desafios técnicos, as jornadas de trabalho longas e imprevisíveis, bem como os altos riscos envolvidos, via de regra, contribuem para níveis elevados de estresse incidindo sobre os cirurgiões, tanto atendentes quanto residentes, propiciando *burnout* e depressão³.

A despeito dos direitos garantidos pela regulamentação da profissão, há limitações na promoção da saúde, uma vez que os marcos regulatórios não dispõem de proteção específica à saúde mental dos indivíduos⁴.

Ademais, há muitos trabalhadores que não se encontram em regimes amparados pelas leis protetivas – como os autônomos e os profissionais liberais –, encontrando, com isso, maiores dificuldades na manutenção das devidas saúde mental e qualidade de vida.

Objetivo

Prover, a partir de pesquisa bibliográfica em bases indexadas, um entendimento abrangente acerca da qualidade de vida e do adoecimento mental entre cirurgiões de diversas especialidades, com vistas a elucidar os fatores comumente implicados neste contexto.

Resultados relevantes

Quadro 1 – FATORES IMPLICADOS NA QUALIDADE DE VIDA E ADOECIMENTO MENTAL

Residente vs. Atendente
Estágio da carreira – inicial, intermediário, final
Equilíbrio vida pessoal e profissional
Horas trabalhadas por semana
Expectativas com a carreira
Grau de autonomia
Satisfação
Renda
Gênero (?)
Especialidade (?)

Elencados no quadro 1 encontram-se fatores envolvidos diretamente na problemática. Comparando-se os médicos residentes com os atendentes, nota-se que aqueles vivenciam significativamente mais *burnout*, bem como têm maior risco de morbidade psíquica³. Após o término da fase de formação, os médicos atendentes na fase intermediária da carreira – entre 10 e 20 anos de exercício da profissão – também relatam menor satisfação, visto que têm jornadas maiores e mais exaustivas, reportando mais chamadas telefônicas dos pacientes, maior dificuldade com o equilíbrio entre vida pessoal e profissional, e esgotamento mental⁵. Outras associações incluem grau de autonomia, renda e realização profissional. Aventa-se ainda a possibilidade de relação entre gênero bem como entre especialidades cirúrgicas, mas as evidências atuais são limitadas.

Recomendações

Quadro 2^{3, 5, 6}

Reconhecer o problema
• mudar o paradigma da formação médica
Examinar culturas locais
• criar ambientes de trabalho positivos
Suporte institucional
• apoio psicológico especializado
• ambiente de repouso confortável
Gerenciar expectativas
• redução da ansiedade
Suporte individual
• alimentação saudável, prática de atividade física, boa higiene do sono, mindfulness

Referências bibliográficas

1. Shanafelt T, Balch C, Bechamps G, Russell T, Dyrbye L, Satele D et al. Burnout and Career Satisfaction Among American Surgeons. Transactions of the Meeting of the American Surgical Association. 2009;127:107-115.
2. Shanafelt T, Balch C, Bechamps G, Russell T, Dyrbye L, Satele D et al. Burnout and Medical Errors Among American Surgeons. Annals of Surgery. 2010;251(6):995-1000.
3. Pulcrano M, Evans S, Sosin M. Quality of Life and Burnout Rates Across Surgical Specialties. JAMA Surgery. 2016;151(10):970.
4. BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. NR 32 - Segurança e saúde no trabalho em serviços de saúde, 2005.
5. Dyrbye, L. N., Varkey, P., Boone, S. L., Satele, D. V., Sloan, J. A., & Shanafelt, T. D. Physician Satisfaction and Burnout at Different Career Stages. Mayo Clinic Proceedings. 2013;88(12), 1358–1367. doi:10.1016/j.mayocp.2013.07.016
6. Balasubramanian A , Paleri V , Bennett R , Paleri V . Impact of COVID-19 on the mental health of surgeons and coping strategies. Head & Neck. 2020;1–7. https:// doi.org/10.1002/hed.26291