



# 1<sup>o</sup>

## Fórum Nacional de Integração do **MÉDICO JOVEM**

*Construindo o futuro da Medicina Brasileira*



Local: Auditório do CFM  
Data: 10 e 11 de agosto

**SAÚDE MENTAL  
DO  
MÉDICO JÓVEM**

A VIDA É UMA VIAGEM PELO TEMPO!



*O tempo é a insônia da eternidade.*

MÁRIO QUINTANA

ETERNITY

Espécie de dinossauro é descoberta na China  
"Pinóquio rex"



EU SOU CONSIDERADO O DINOSSAURO DA PSIQUIATRIA BRASILEIRA ATUAL  
- NETO DE CHINÊS -

(tradicionalmente 27 de agosto de  
551aC- 479aC)



confúcio



# 1<sup>o</sup>

## Fórum Nacional de Integração do **MÉDICO JOVEM**

*Construindo o futuro da Medicina Brasileira*



**Local:** Auditório do CFM  
**Data:** 10 e 11 de agosto



2005 – Pesquisa sobre o Médico Brasileiro  
253.554 médicos (70% do sexo Masculino)  
22% com mais de 50 anos  
30% com mais de 04 atividades;  
20% trabalhando em mais de 02 cidades  
1,2% ganhando acima de R\$14.000,00  
51,5% ganhando até R\$4.500,00;  
21% necessitando de ajuda Psiquiátrica:  
12%=Ansiedade + Depressão  
6%= Dependência Química  
3% doenças Psiquiátricas mais graves



# 1<sup>o</sup>

## Fórum Nacional de Integração do **MÉDICO JOVEM**

*Construindo o futuro da Medicina Brasileira*



CFM

Local: Auditório do CFM  
Data: 10 e 11 de agosto

A saúde dos médicos no Brasil. / coordenação de Genário Alves Barbosa et alli. – Brasília: Conselho Federal de Medicina, 2007. 220p. ;

ISBN 978-85-87077-13-4

I- Conselho Federal de Medicina. II- Barbosa, Genário Alves, coord. III- Andrade, Edson de Oliveira, coord. IV- Carneiro, Mauro Brandão, coord. V- Gouveia, Valdiney Veloso, coord.

1- Médicos – Brasil. 2- Doenças profissionais.



# I JORNADA BRASILEIRA DE SAÚDE MENTAL DOS MÉDICOS

Academia Mineira de Medicina

28 a 30

MARÇO  
2014



2a.



# JORNADA BRASILEIRA DE SAÚDE MENTAL DOS MÉDICOS

Academia Mineira de Medicina

30 e 01

2016

Setembro  
e  
Outubro

## TIRANOSSAURO REX



ALGUNS DESCENTES DESTE “ TIRARAM ” QUASE TODO O DINHEIRO DO BRASIL  
E MENTEM DIZENDO QUE NÃO SABEM DE NADA!!!!

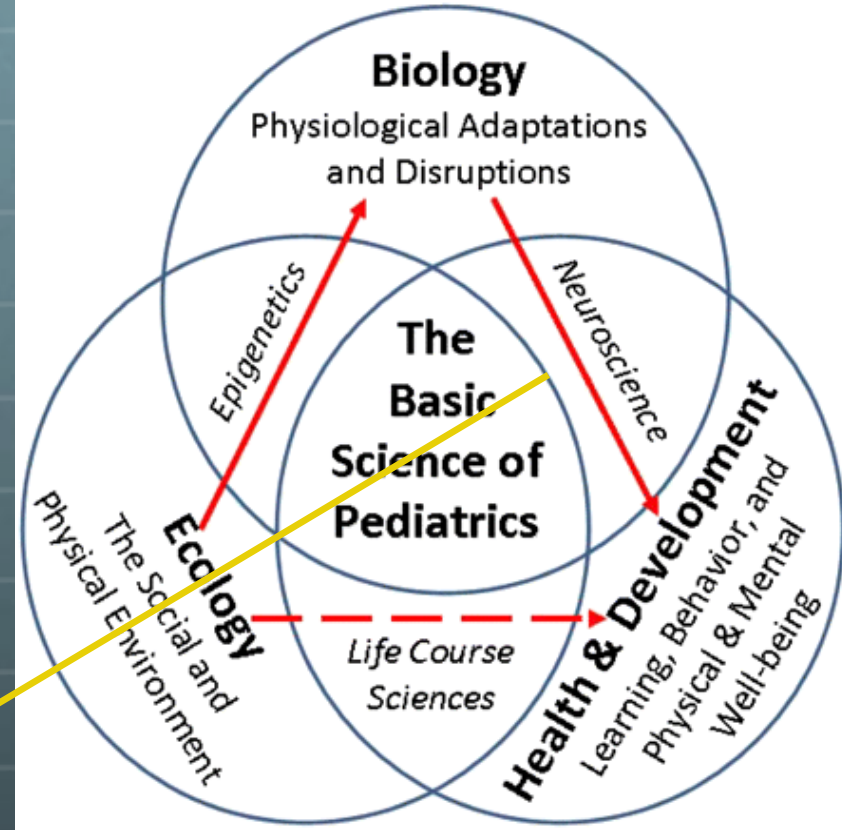
FALARAM MUITO!!!





HARVARD UNIVERSITY

From the  
American Academy of Pediatrics  
Committee on  
Psychosocial Aspects of Child and Family



Psiquiatra da Infância e Adolescência;  
Doutor em Ciências pela FIOCRUZ;  
Didata em Terapia de Grupo e Família;

SHONKOFF, J.P. and GAMER, A.S.. al (2012). The Lifelong Effects of Early Childhood Adversity and Toxic Stress. Pediatrics January 1. 2012 vol.129 no. 1 e232-e246doi:10.1542/pedds.2011-2663

1948

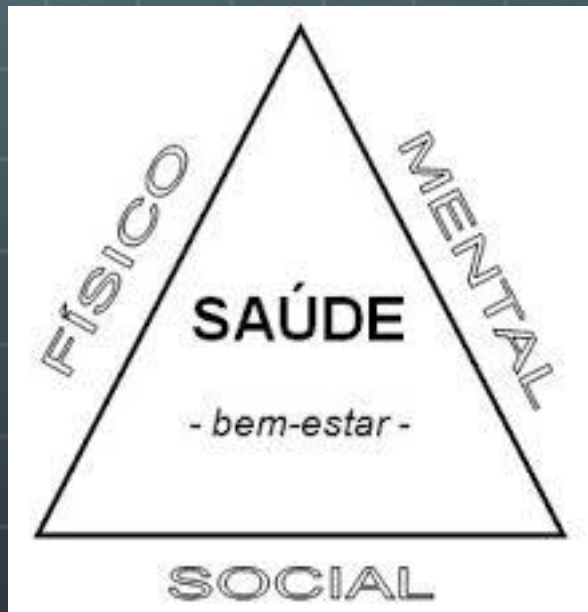


68 anos

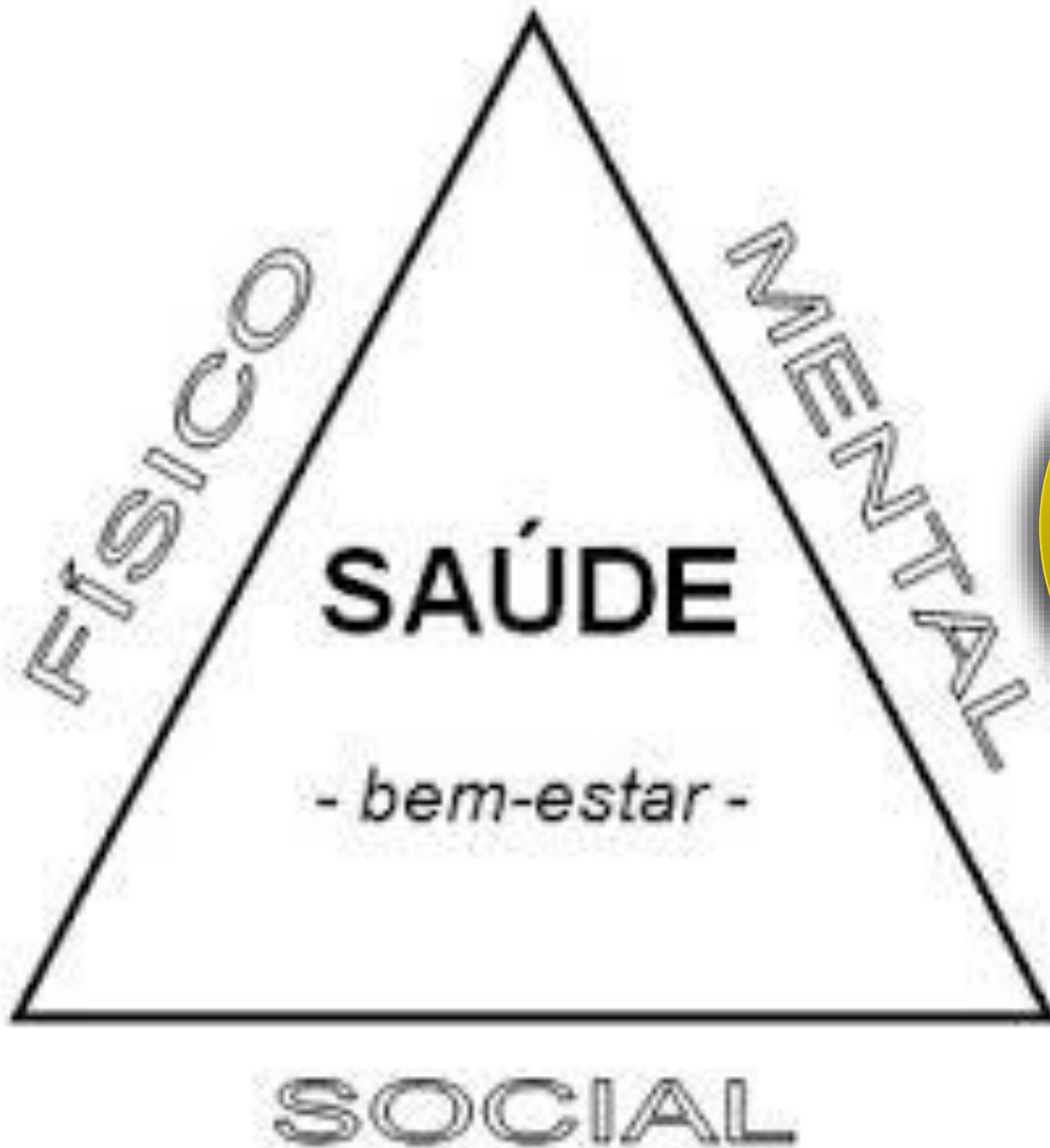
BANDEIRA DA OMS

– Evolução do conceito  
De  
Equilíbrio do Organismo.

Saúde  
é um  
**ESTADO**  
de completo  
**bem-estar**  
físico, mental e social,  
e não apenas  
a ausência de doenças.



World Health Organization (WHO) – 1948:



As Condições atuais  
permitem ao  
médico  
(MÉDICO JOVEM)  
ter este  
BEM ESTAR?



PROF. DR. MOACYR SCLiar  
1937-2011

Médico Sanitarista  
Professor Universitário  
Doutor em Ciências  
Escola Nacional de Saúde Pública

Prêmios Literários  
Jaboti: 1988, 1993 e 2009

Em 2002 se envolveu em uma polêmica  
com o escritor

*canadense Yann Martel,  
cujo famoso romance  
A Vida de Pi,  
vencedor do prêmio Man Booker,  
foi acusado  
de ser um plágio da sua novela  
Max e os felinos.*

Vários filmes com suas histórias

SCLiar, M. História do encheito de Saúde. *PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, 17(1):29-41, 2007



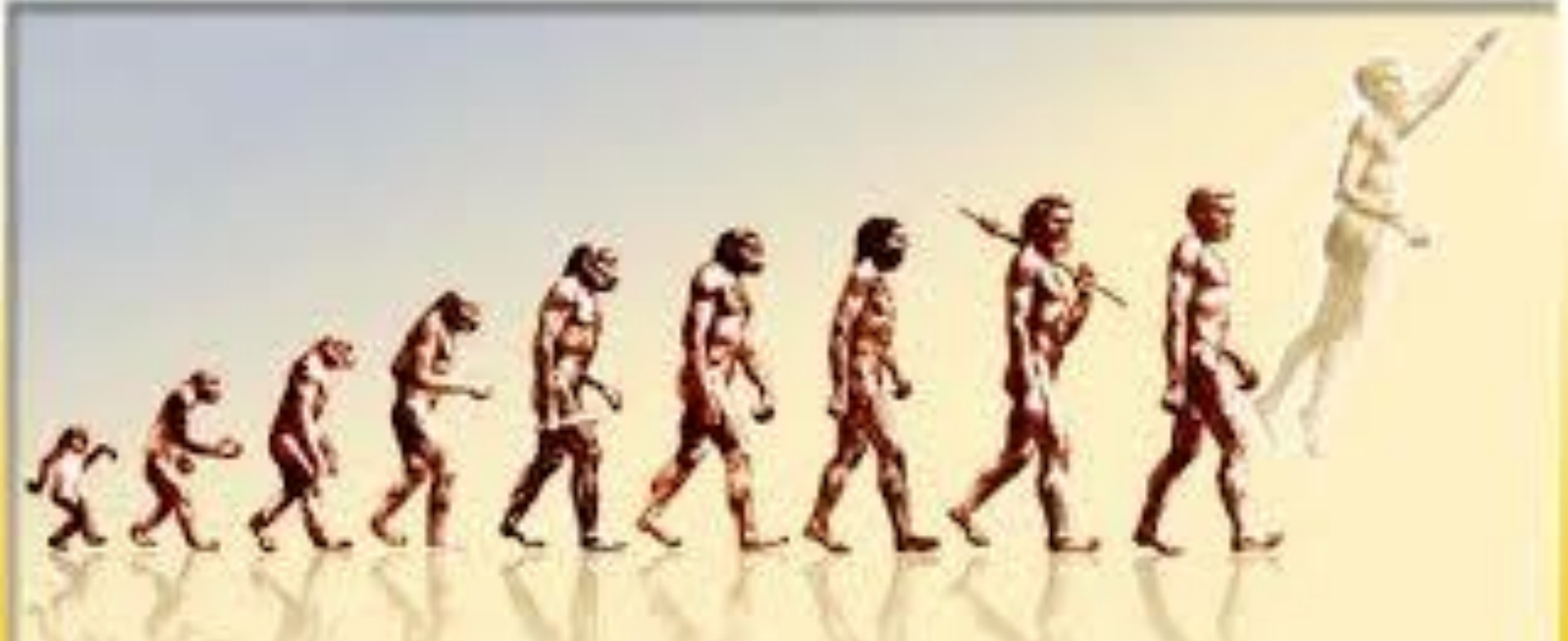
“A medicina é  
um mergulho na  
condição humana.  
A literatura também.”

- Moacyr Scliar

© Miguel Oliven

conceito de saúde reflete a conjuntura social, econômica, política e cultural. Ou seja: saúde não representa a mesma coisa para todas as pessoas. Dependerá da época, do lugar, da classe social. Dependerá de valores individuais, dependerá de concepções científicas, religiosas, filosóficas (SCLIAR, 2007-pag.30).

SCLIAR, M. História do conceito de Saúde. *PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, 17(1):29-41, 2007



[infinitoebeta.blogspot.com](http://infinitoebeta.blogspot.com)

**ESTA VIDA É UMA VIAGEM**

**AMZA**

**EU ESTAR SÓ DE PASSAGEM**

**LEMINSKI**

Zygmunt Bauman

# A CULTURA NO MUNDO LÍQUIDO MODERNO

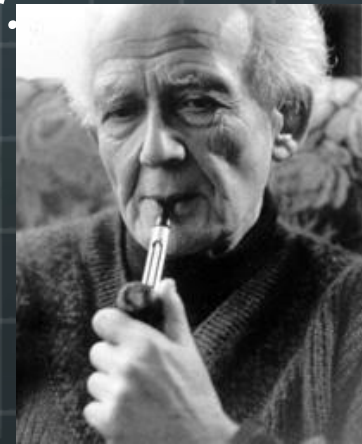
ZAHAR

O tempo  
é mais importante  
do que a qualidade  
do comportamento  
e dos produtos.

## O MÉDICO JOVEM NO MUNDO LÍQUIDO MODERNO

“Líquido-moderna”,  
é uma sociedade  
em que as condições  
sob as quais agem seus membros  
mudam num tempo mais curto  
do que aquele necessário  
para a consolidação,  
em hábitos e rotinas,  
das formas de agir.

Adaptado  
Por  
Lippi





STRESS  
do  
Médico

Intolerância



### CONSUMISMO É...

Comprar o que não precisa,  
com o dinheiro que não tem,  
para impressionar pessoas que não conhece,  
a fim de tentar ser uma pessoa que não é...

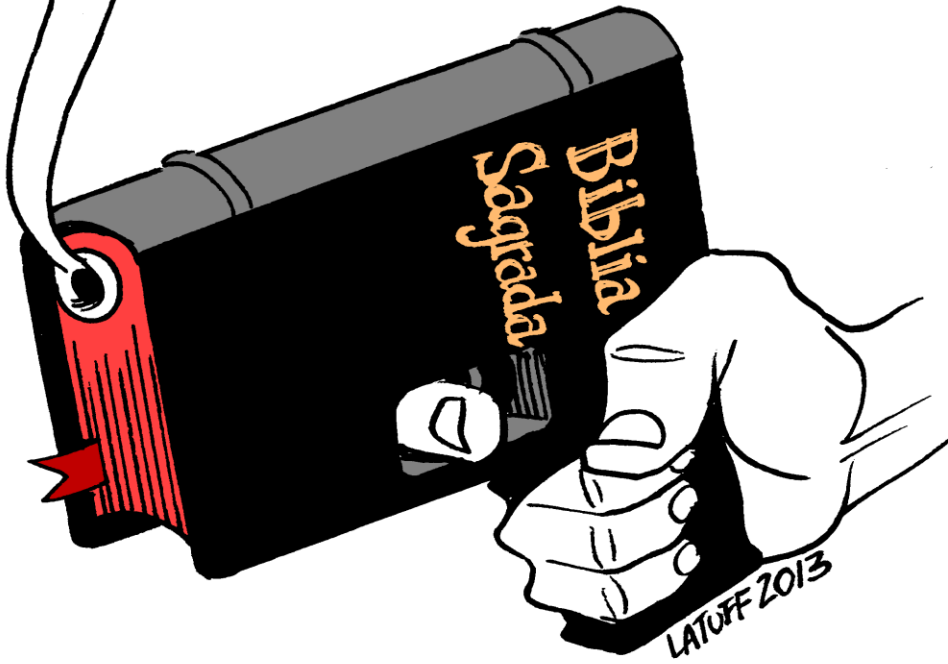
POSTO DE SAÚDE?

RESSONÂNCIA


Dependerá da época, do lugar, da classe social.



A SAÚDE dependerá de concepções científicas, religiosas, filosóficas



Intolerância é uma atitude **MENTAL** caracterizada pela falta de habilidade ou vontade em reconhecer e respeitar diferenças em **crenças e opiniões**.



A intolerância pode ser aproximadamente definida como a indignação dos que não têm opinião.

(Gilbert Chesterton)

- Príncipe do Paradoxo
- 1874-1936

[kdfreese.com](http://kdfreese.com)

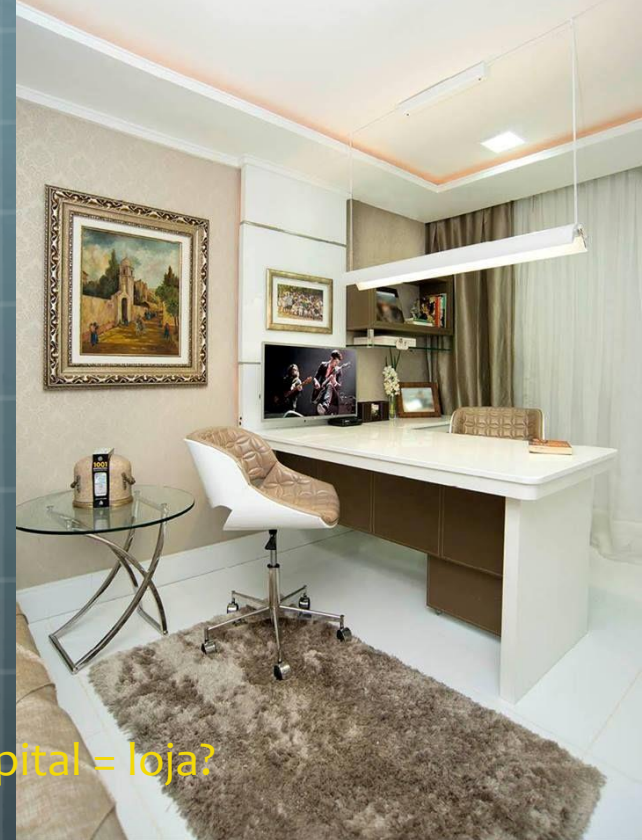
# INTOLERÂNCIA NO MUNDO LÍQUIDO MODERNO

A solução dos problemas pode ser comprada na loja. A tarefa não é usar suas HABILIDADES para superar as dificuldades.





Consultório ou Hospital = loja?



Mas, encontrar a loja que venda o produto certo para supera-las em seu lugar.



Nunca se vendeu tantos  
analgésicos,  
ansiolíticos  
e  
antidepressivos.



# Médico : um paciente especial



QUE AMBIENTE  
ATUAL ENCONTRA  
O MÉDICO JOVEM?

## ESTRESSE OCUPACIONAL



O estresse ocupacional é o conjunto de perturbações que caracterizam o desequilíbrio físico, psíquico e relacional que ocorrem no ambiente de trabalho.


# Fadiga ocupacional

É o Estado de extremo cansaço que está associado a longos períodos de Trabalho Ininterruptos sem o devido descanso.



Excesso de trabalho, pressão por produção, turnos alternados, riscos físicos e falta de autonomia são alguns fatores apontados como prováveis desencadeadores da síndrome, e as consequências encontradas vão desde baixo rendimento e maior risco de acidentes de trabalho até dificuldade para relaxar em momentos de lazer.

Visão Biopsicossocial  
da  
**Tensão Aumentada**  
ou  
**DISTRESS**

 " *Estresse é uma relação particular entre uma pessoa, seu ambiente e as circunstâncias às quais está submetida, que é avaliada por ela como uma ameaça ou algo que exige dela mais que suas próprias HABILIDADES ou recursos e que põe em perigo o seu bem-estar*".

 **O Estresse tóxico: MÉDICO!**





# 1<sup>o</sup> Fórum Nacional de Integração do MÉDICO JOVEM

*Construindo o futuro da Medicina Brasileira*



Local: Auditório do CFM  
Data: 10 e 11 de agosto

ESTRESSE,  
BURNOUT

DEPRESSÃO





# 1<sup>o</sup>

## Fórum Nacional de Integração do **MÉDICO JOVEM**

*Construindo o futuro da Medicina Brasileira*



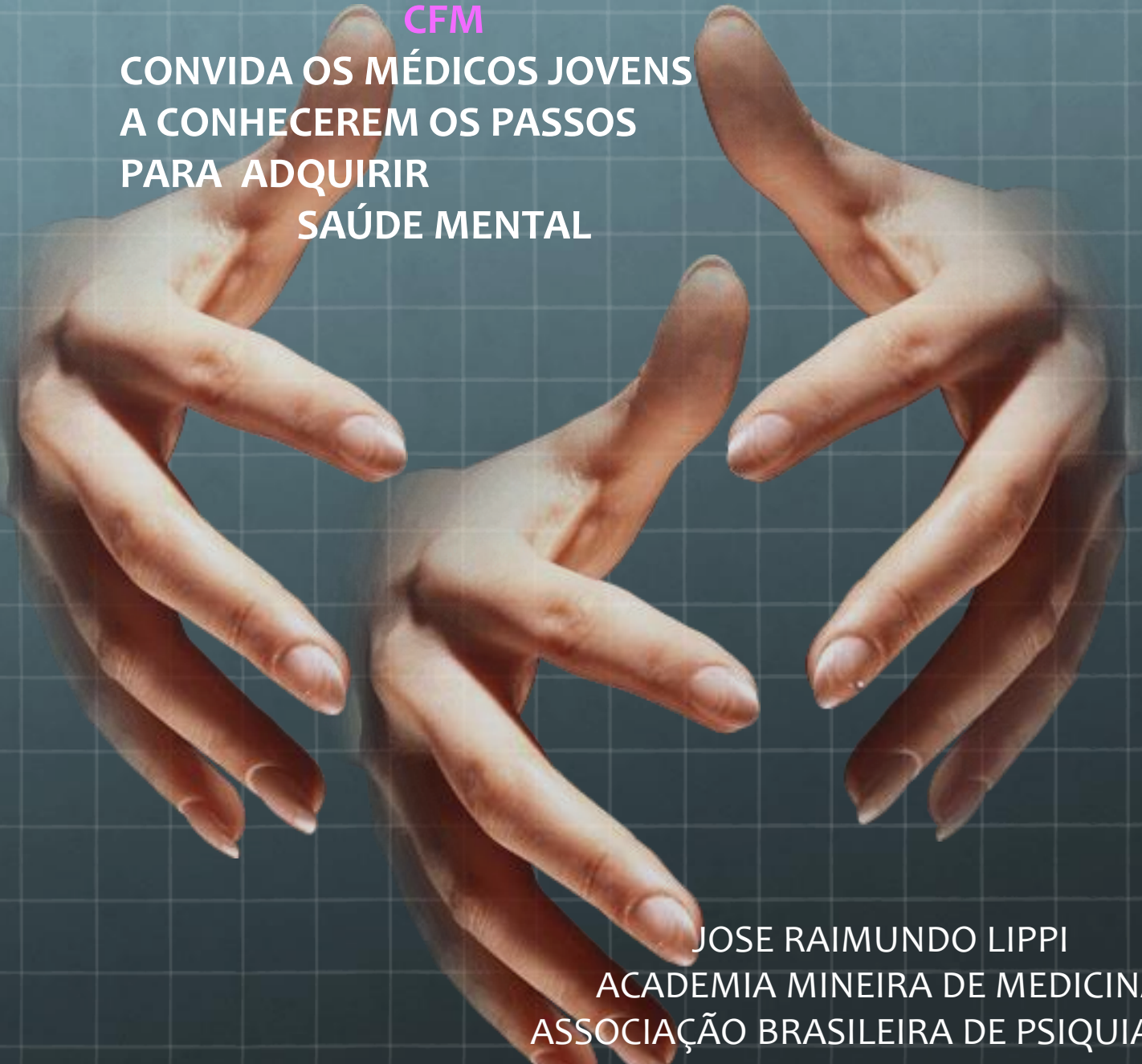
Local: Auditório do CFM  
Data: 10 e 11 de agosto

“ Saúde Mental é uma conquista dinâmica. Uma de suas características é a *capacidade* que o Ser Humano tem de desenvolver e mobilizar suas HABILIDADES (inatas e adquiridas) – em qualquer época e ambiente.” (LIPPI).

CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA

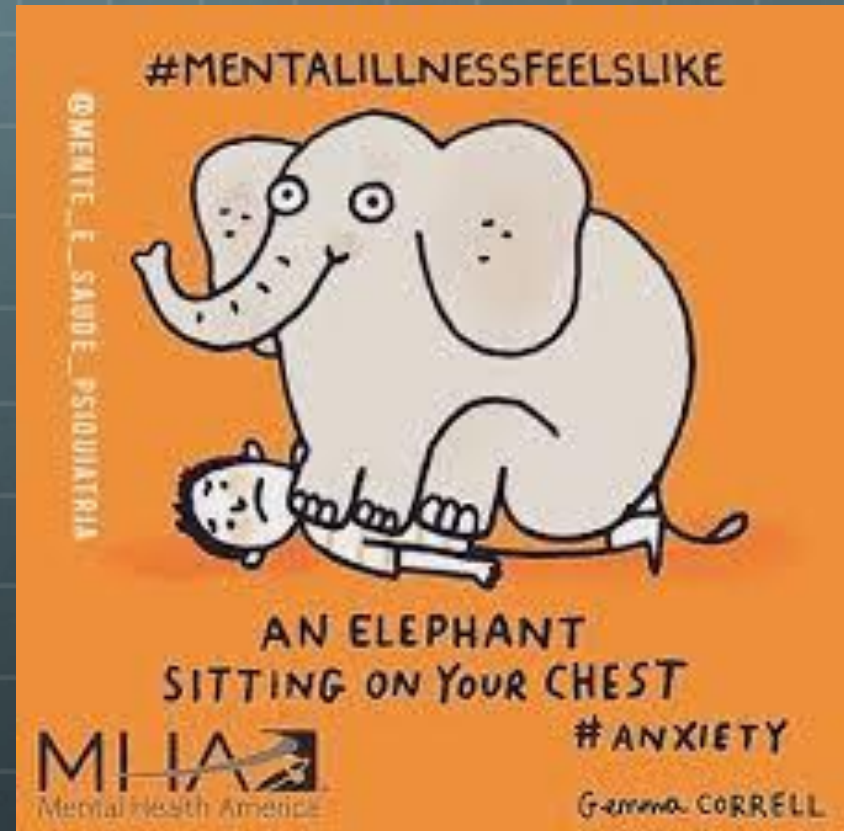
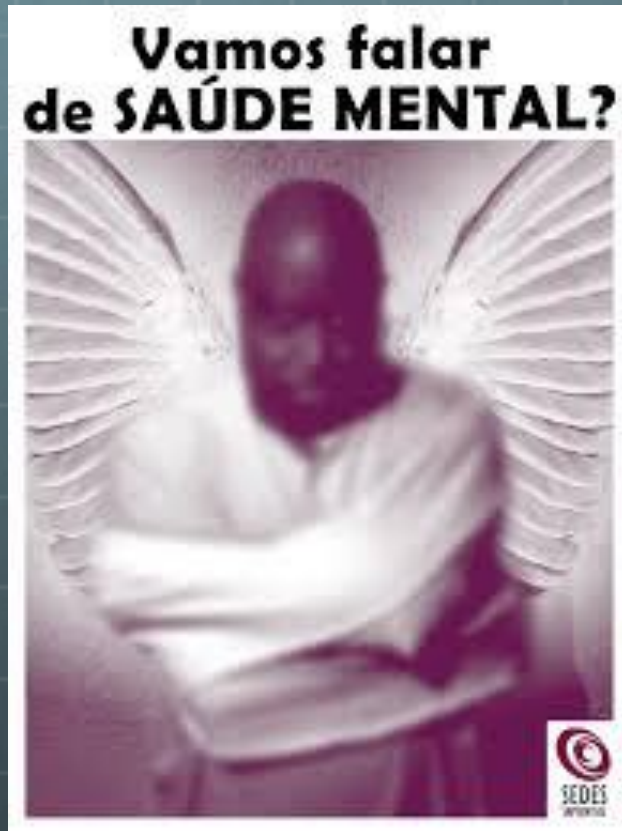
CFM

CONVIDA OS MÉDICOS JOVENS  
A CONHECEREM OS PASSOS  
PARA ADQUIRIR  
SAÚDE MENTAL

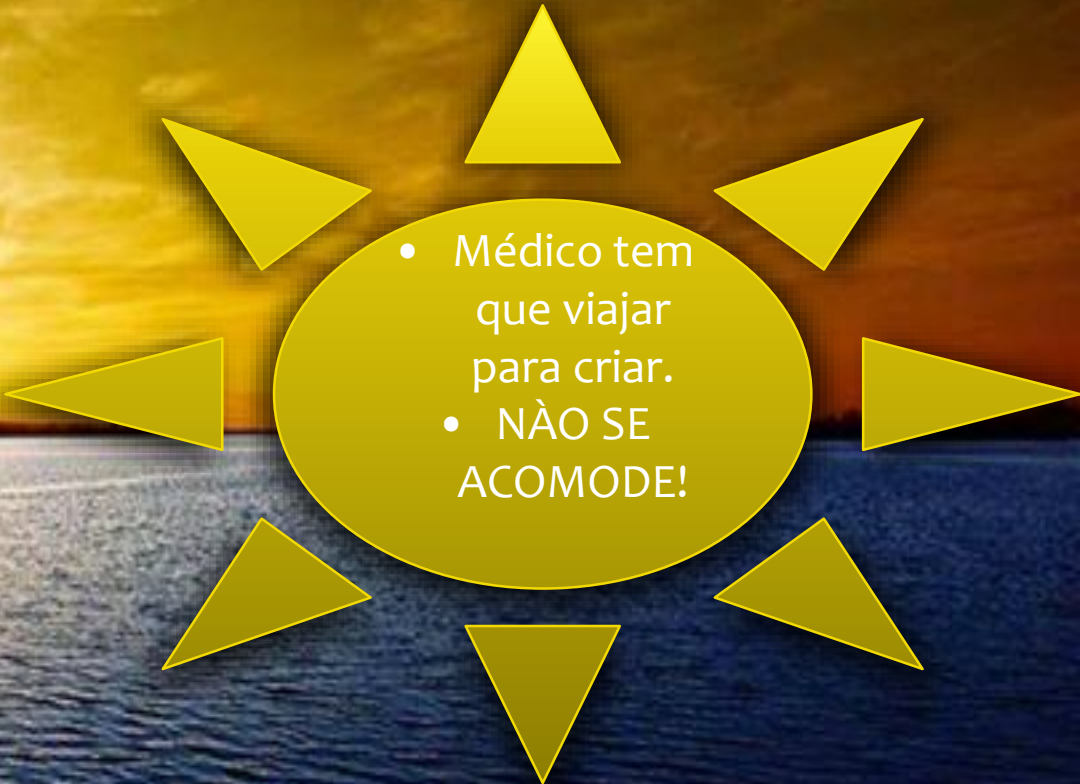


JOSE RAIMUNDO LIPPI  
ACADEMIA MINEIRA DE MEDICINA  
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA

# SAINDO DO PACTO DE SILÊNCIO



"Um barco está mais seguro no porto,  
mas não foi para isso que foi construído."

- 
- Médico tem que viajar para criar.
  - **NÃO SE ACOMODE!**

**ESTUDE MUITO**

**Mente**

Disciplina: Bases Humanísticas da Medicina II  
Aula: Vocação e Identidade do Aluno de Medicina

Prof. Dr. José Raimundo Lippi

BLEGER, J. (1979). *Psicologia de la Conducta*.  
Buenos Aires: Ed. Paidós.

(Áreas de Manifestação da conduta)

**Corpo**

**Mundo Externo**

Fonte: Bleger (1979:62)

**M**

LIPPI, JR. (1986). *Depressão na Infância*. São Paulo: Ed. Biogalênica. 187p

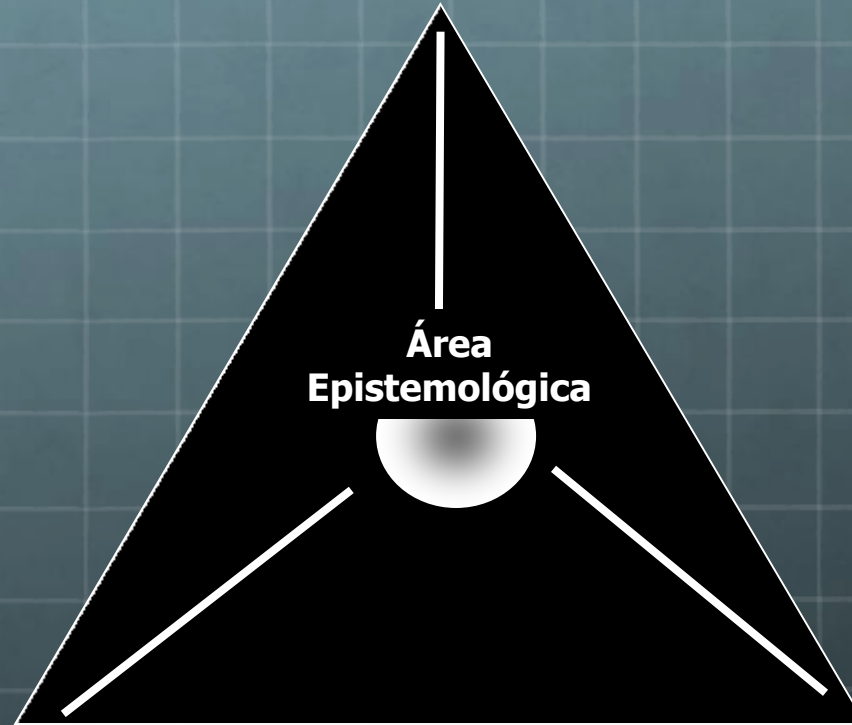
I=Integração

**C**

**M.E**

Fonte: Lippi (1986:146)

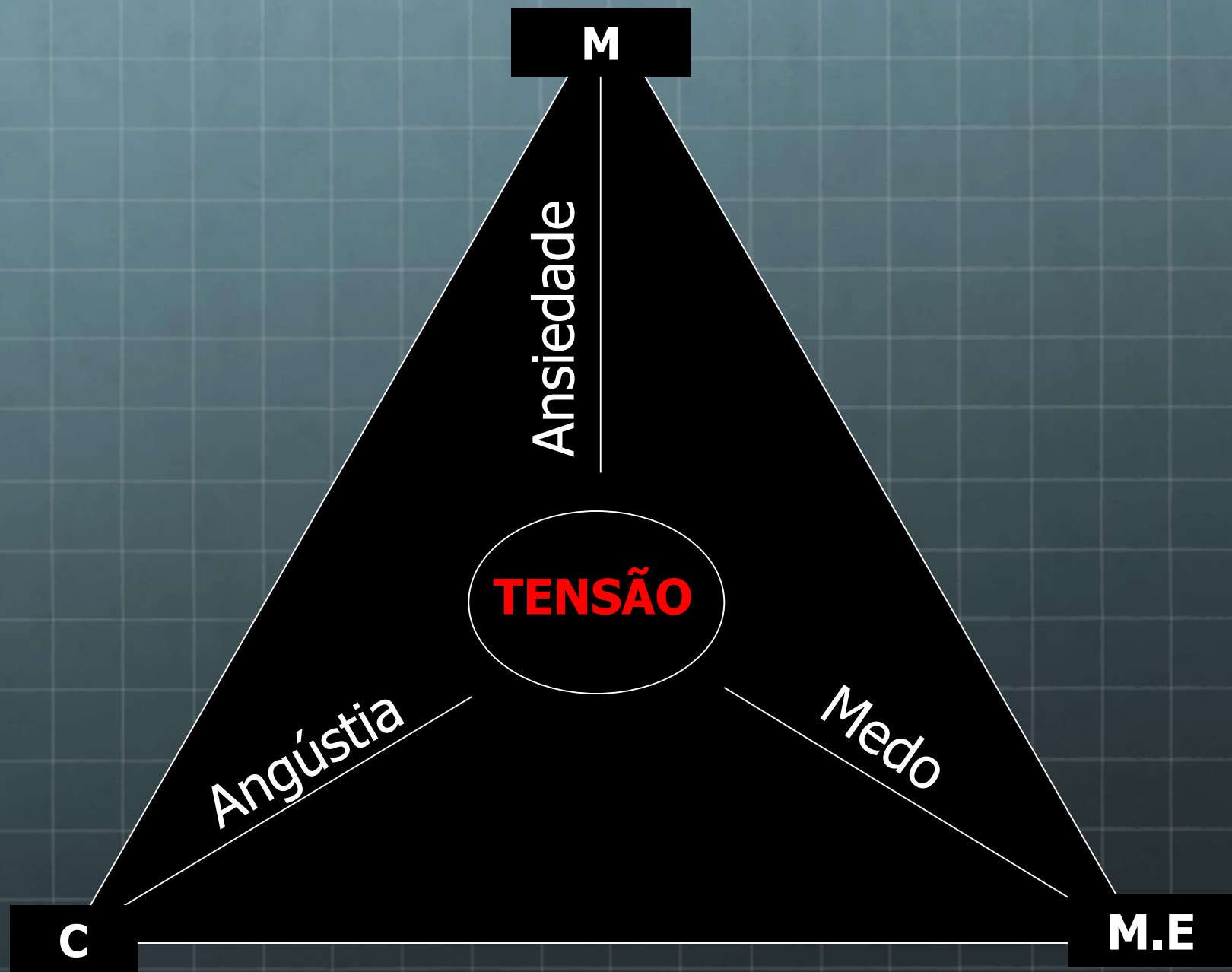
**Área Psicológica**



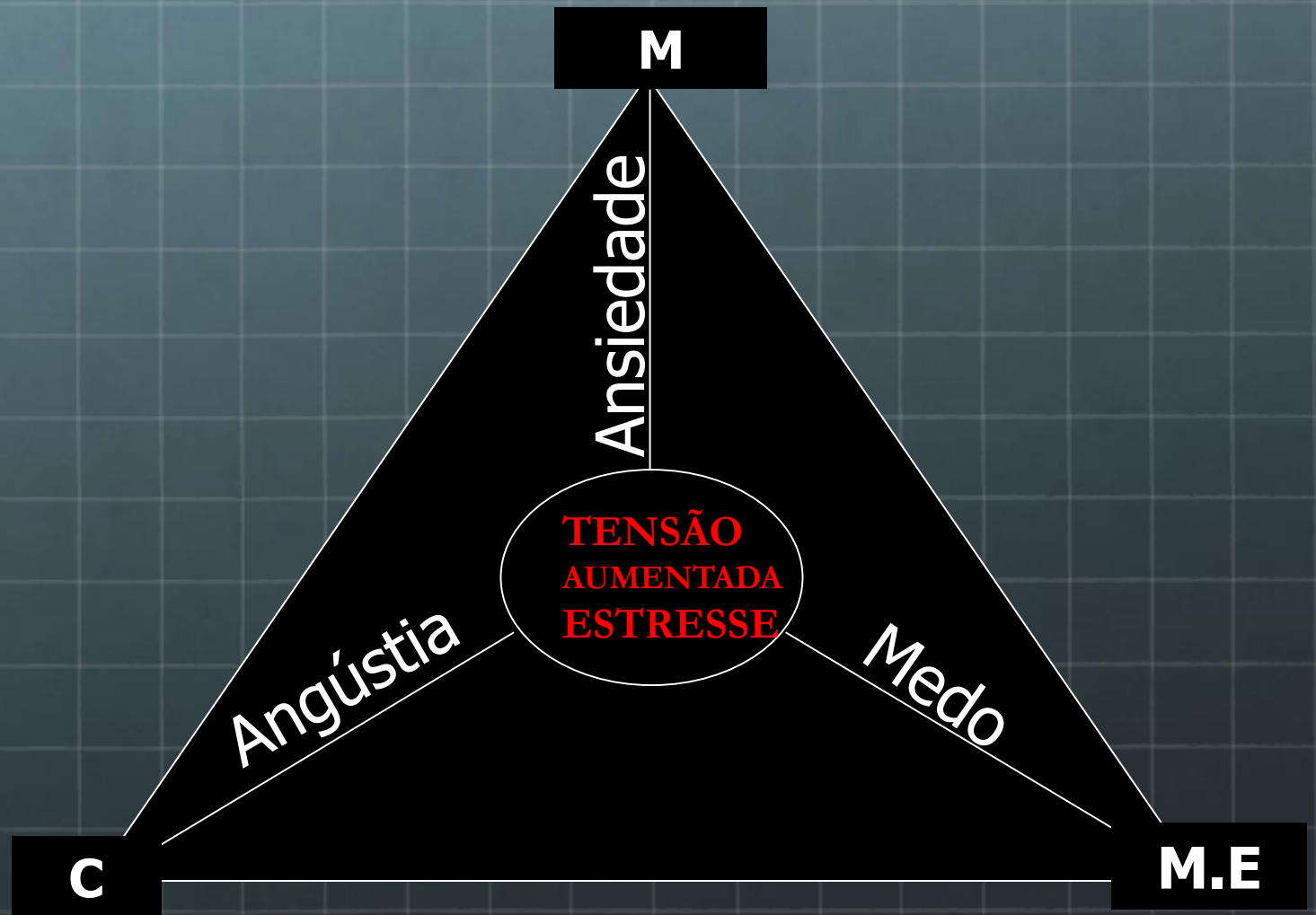
**Área Biológica**

**Área Sociológica**

**Fonte: Lippi (1986:146) – Lippi (2003:48)**







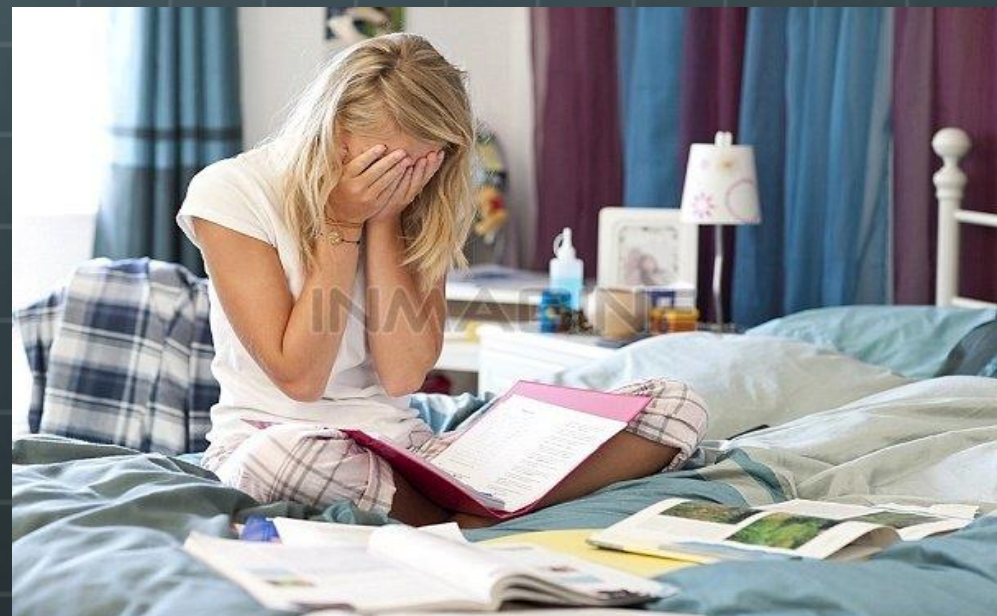
# ESTRESSE



Síndrome Geral de Adaptação  
Síndrome do Estresse Biológico  
ESTRESSE

fases:

1. Reação de Alarme ou Alerta
  2. Resistência ou Adaptação,
  3. Exaustão ou de Esgotamento.
- (Selye,1936)



# Como decorrência do estresse

Alta prevalência em médicos e estudantes de medicina

suicídio

depressão

uso de  
drogas

distúrbios  
conjugais

disfunções  
profissionais

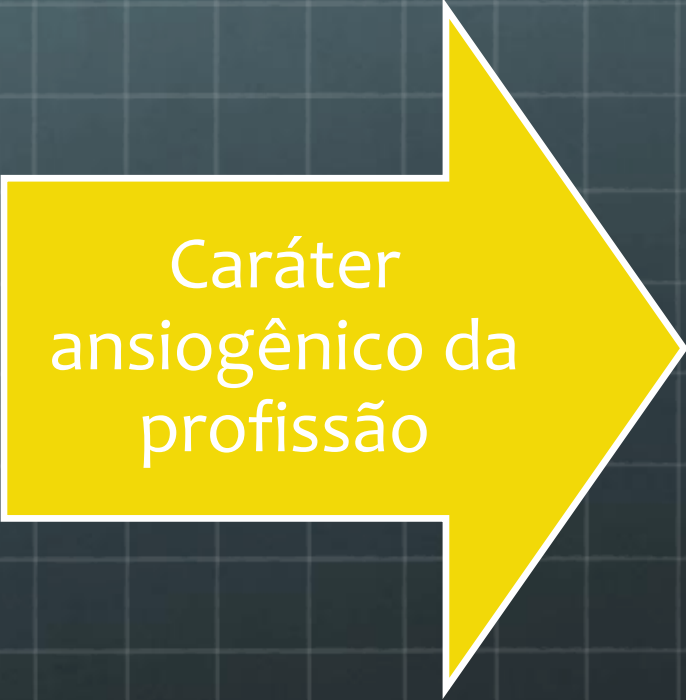
# A Vida Emocional do médico

## Século XX

-  Aspectos psicológicos dos médicos passam a ser estudados sistematicamente



Gratificações  
psicológicas e  
materiais

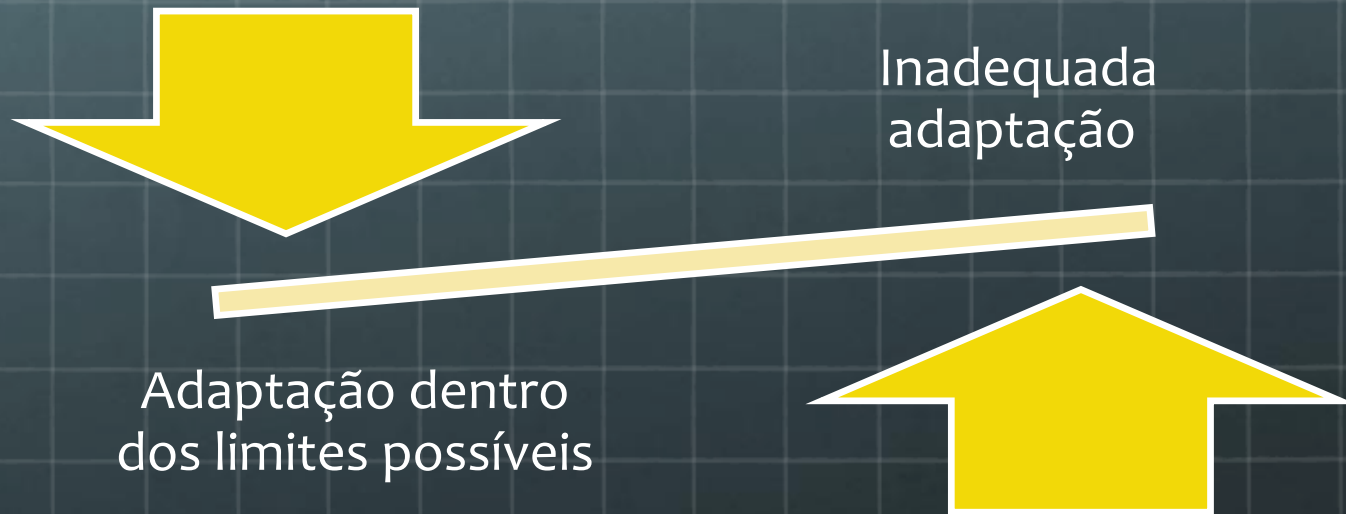


Caráter  
ansiogênico da  
profissão

# Saúde Mental do médico



O processo adaptativo frente aos fatores estressantes inerentes à prática médica pode tomar diferentes caminhos, dependendo do indivíduo e dos mecanismos e recursos defensivos por ele utilizados.





# 1<sup>o</sup>

## Fórum Nacional de Integração do **MÉDICO JOVEM**

*Construindo o futuro da Medicina Brasileira*



Local: Auditório do CFM  
Data: 10 e 11 de agosto

“Se mobilizar suas **HABILIDADES** o médico jovem poderá tornar-se apto para **ELEVAR**, cada vez mais, o **NÍVEL de SUPORTE e/ou de TOLERÂNCIA** às Tensões (**ESTRESSE**)”. (LIPPI)



**BURNOUT:**  
QUANDO O TRABALHO  
AMEAÇA O BEM-ESTAR  
DO TRABALHADOR.





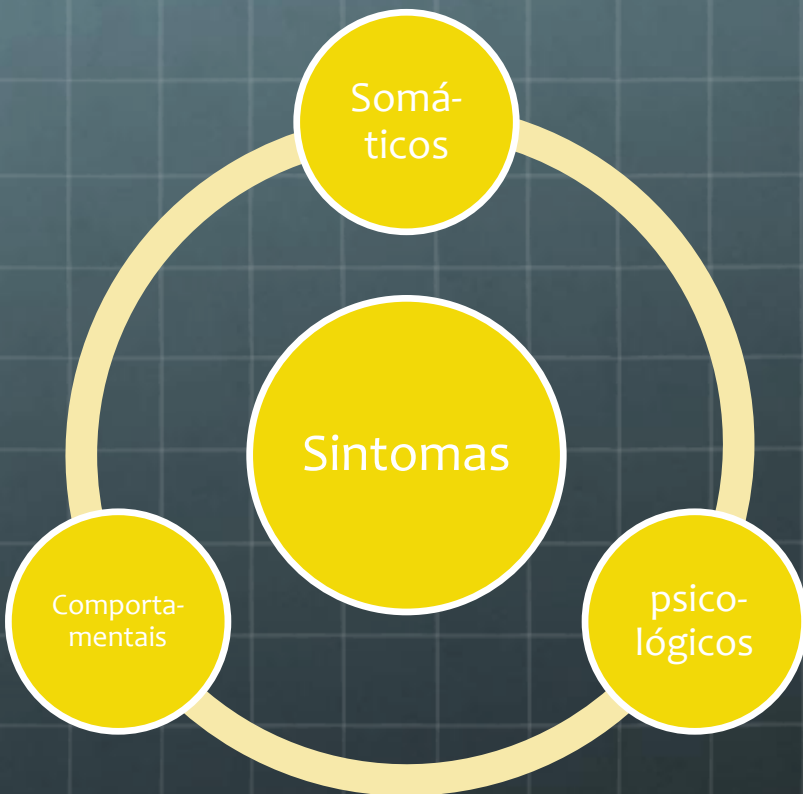


**VULNERABILIDADE**

# Síndrome de Bournout

Sintomas

Três dimensões principais



# Três dimensões principais:





# 1<sup>o</sup>

## Fórum Nacional de Integração do **MÉDICO JOVEM**

Construindo o futuro da Medicina Brasileira



Local: Auditório do CFM  
Data: 10 e 11 de agosto

“Saúde Mental é a *capacidade* que o Ser Humano tem de desenvolver e mobilizar suas HABILIDADES (inatas e adquiridas) – em qualquer época e ambiente - tornando-se apto para **ELEVAR**, cada vez mais, o **NÍVEL de SUPORTE e/ou de TOLERÂNCIA** às Tensões (**ESTRESSE**), à Dor e às Frustrações (**SOFRIMENTO**), resultantes da luta pela sobrevivência e necessárias para o seu desenvolvimento emocional.” (LIPPI)



você é prisioneiro  
da sua própria  
mente.

Psicoterapias Psicodinâmicas  
e  
Psicanálise  
para  
CAUSAS



COMO  
SE  
LIVRAR  
Da  
PRISÃO?



Farmacoterapia  
Para  
SINTOMAS (Cura)  
Terapia Cognitivo-Comportamental  
para  
SINTOMAS

# JOVEM MÉDICO SAUDÁVEL



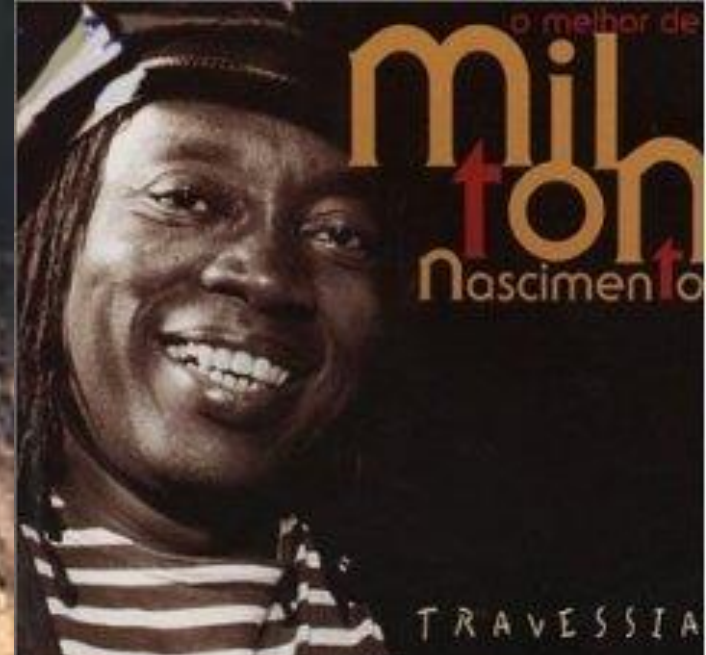
Um trabalho no Archives of Surgery (Dyrby, 2011) afirma que 1 entre 16 cirurgiões Reportaram tendências suicidas e que elas foram tratadas de maneira efetiva por Meio do suporte psiquiátrico.

Dyrbue, L. ArchSurg, 2011; 146:54-62.



"E assim, chegar e partir  
são só dois lados da mesma viagem."  
(Milton Nascimento)

Ontem





MUITO  
OBRIGADO!!

