

I ENCONTRO DE CONSELHOS DE MEDICINA DE 2017

* **Burnout – Plano de Ação**

* **Brasília, 15 a 17 de março de 2017**

* **Emmanuel Fortes Silveira Cavalcanti**

* **3º Vice-presidente – Coordenador DEFIS**

O Que Fazer Para Melhorar a Resiliência entre os Médicos?

PROPOSTAS PARA PLANO DE AÇÃO

IDEIA ORIGINAL DE DRA. HIRTYS CAVALCANTI APLICADA EM DOIS MÓDULOS NO CONSELHO REGIONAL DE MEDICINA DE ALAGOAS

RESILIÊNCIA

“É a arte de transformar toda energia de um problema em uma solução criativa”.

Grapeia, 2004.

CONCEITO







Resiliência consiste no equilíbrio entre a tensão e a habilidade de lutar, de atingir outro nível de consciência, que nos traz uma mudança de comportamento e a capacidade de lidar com os obstáculos da vida e da profissão.

EXPERIÊNCIA PREGRESSA




 Trabalho de educação continuada desenvolvido pelo CRM-AL.

 Atendimento de médicos em nossos consultórios.





Quais as demandas mais frequentes desses médicos?

-  Falta de condições para exercer o trabalho.
-  Sobrecarga de trabalho.
-  Sentimento de injustiça.
-  Discrepância entre a remuneração e o esforço empregado no trabalho.
-  Interferência de terceiros na atuação dos médicos.
-  Necessidade de uma liderança entre os médicos.

Quais as demandas mais frequentes dos 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.

Quais as demandas mais frequentes dos médicos?

-  Falta de preparo para lidar com as famílias dos pacientes.
-  Lidar com as perdas e com a morte.
-  Dificuldades pessoais do próprio médico.
-  Médicos portadores de doenças mentais.

Classificação dos fatores e fontes de estresse profissional:

Fatores relacionados com a organização e a cultura organizacional.

Fatores específicos da atividade profissional.

Fatores relacionados com aspectos pessoais e interpessoais.

Como foi elaborado um programa para atender tais demandas?





Ações políticas das entidades médicas.

Programa de educação continuada.




Criação de um grupo de representantes por região no estado de Alagoas.

Programa desenvolvendo resiliência em profissionais médicos.





Quais os objetivos do programa de resiliência:

-  Desenvolver nos participantes aspectos comportamentais e cognitivos essenciais para resiliência.
-  Estimular para que use suas horas de lazer para relaxar.
-  Enriquecer as relações pessoais estimulando a solidariedade.
-  Ajudar a eliminar o conflito entre tarefa e contrato de trabalho estimulando para que tome conta do ambiente onde desenvolve suas atividades.

Quais os objetivos do programa de resiliência:

-  Capacitar o indivíduo a sobrepor-se e construir-se positivamente frente às adversidades.
-  Aprender mais sobre si próprio e modificar seu estilo de resposta comportamental além de lidar com o componente emocional.
-  Desenvolver melhores estratégias e recursos podendo fazer opções mais sensatas quando submetido à pressão.

Quais os objetivos do programa de resiliência:

-  Diminuir a ansiedade e aumentar autoconfiança diante de incertezas.
-  Estimular para que pense suas dúvidas e equívocos sem culpa.
-  Estabelecer objetivos de vida e traçar metas para atingi-los.
-  Aumentar autoestima e sentimentos mais profundos de aceitação inclusive para o que pode dentro das condições de vida e de trabalho que alcançou.

O QUE COMPETE AOS CONSELHOS DE MEDICINA

1 – INCLUIR EM SEUS MÓDULOS DE EMC DEBATES SOBRE A QUALIDADE DE VIDA, SEGURANÇA NO EXERCÍCIO PROFISSIONAL E APOIO A PROPOSTAS E IDEIAS SUGERIDAS PELOS MESMOS PARA FORTALECER A OS LAÇOS DA PROFISSÃO

2 – FAZER SEMINÁRIOS A CADA CICLO DE FISCALIZAÇÃO MOSTRANDO QUE O MÉDICO É PARTE ATIVA DA SOLUÇÃO DOS PROBLEMAS ENCONTRADOS EM SUAS UNIDADES DE TRABALHO.



UTILIZAÇÃO DAS VERBAS DE EMC

- * 1 – PARA MELHORAR O SABER MÉDICO TANTO PARA A CLÍNICA QUANTO PARA O FORTALECIMENTO DAS RELAÇÕES DO MÉDICO COM O CONSELHO
- * 2 – ENVOLVER O MAIOR NÚMERO POSSÍVEL DE CONSELHEIROS NESSA AÇÃO, NOTADAMENTE NOS LOCAIS MAIS REMOTOS, DESENVOLVENDO AS ESTRATÉGIAS POR REGIÃO DE REFERÊNCIA
- * 3 – MONTAR OS PROGRAMAS PARA O ANO SEGUINTE A PARTIR DAS DEMANDAS SUGERIDAS PELOS PRÓPRIOS MÉDICOS

UTILIZAÇÃO DA VERBA DA FISCALIZAÇÃO

- 1 – AO FINALIZAR UM CICLO DE FISCALIZAÇÃO CONVIDAR OS MÉDICOS DOS AMBIENTES FISCALIZADOS PARA DISCUTIR O QUE FOI ENCONTRADO, QUAIS AS SOLUÇÕES POSSÍVEIS MOSTRANDO PARA CADA UM QUE É DO SEU ENGAJAMENTO QUE PODE OCORRER MELHORIAS PARA SUA SEGURANÇA NO TRABALHO E REMUNERAÇÃO
- 2 – ENVOLVER OS CONSELHEIROS NESSA DISCUSSÃO, NÃO APENAS O PRESIDENTE E OS RESPONSÁVEIS PELA FISCALIZAÇÃO
- 3 – FAZER VIAGENS COM O QUOROM PARA DELIBERAR FAZENDO PLENÁRIA EXTRA NOS LOCAIS REMOTOS COM PAUTA ABERTA AOS MÉDICOS DO LOCAL E OUTROS.

ENVOLVIMENTO DOS CONSELHEIROS

- * 1 – SAIR DE UMA LINHA DE COMODIDADE PARA EMPREENDER AÇÕES ONDE OS MÉDICOS ESTÃO, MESMO QUE SUJEITOS A HOSTILIDADES INICIAIS, RESILIENTES TEREMOS QUE SERMOS TAMBÉM.
- * EMPREENDER AÇÕES QUE FORTALEÇAM A APLICAÇÃO DE NOSSOS REGRAMENTOS PARA MOSTRAR AO MÉDICO QUE NÃO ESCREVEMOS CONTRA ELES OU A CORPORACÃO, MAS A SEU FAVOR E EM SUA DEFESA.

PARA OS MÉDICOS COM EVIDÊNCIAS DE ADOECIMENTO

- * 1 – ORIENTAR PARA QUE RECONHEÇAM SUAS FRAGILIDADES PARA PEDIR E RECEBER APOIO
- * 2 – ORIENTAR AOS SUSCETÍVEIS PARA QUE RECONHEÇAM PRECOCAMENTE SINAIS E SINTOMAS DE ADOECIMENTO
- * 2 – ORIENTAR PARA QUE BUSQUEM TRATAMENTO QUANDO NECESSITAR, NOTADAMENTE AQUELES QUE ESTÃO NO SEGUNDO GRUPO

CONCLUSÃO

É importante ressaltar que a função daqueles que se propõem a cuidar dos colegas médicos é a de ajudar esse grupo de profissionais a lidar com seus problemas, os quais podem ser de ordem socioeconômica ou emocional, de uma maneira mais construtiva, desenvolvendo condutas éticas de respeito à dignidade dos pacientes e valorização dos colegas. O sofrimento psíquico inerente à atividade dos profissionais de saúde, ao ser cotidianamente compreendido e elaborado pelos seus protagonistas, poderá ser transformado em desenvolvimento pessoal e construção de conhecimentos.

A PEDRA

"A pedra, o distraído nela tropeçou...
O bruto a usou como projétil.
O empreendedor, usando-a construiu.
O camponês, cansado da lida, dela fez assento.
Para meninos, foi brinquedo.
Drumond a poetizou.
Já David matou Golias, e Michelangelo extraiu-lhe
a mais bela escultura...
Em todos esses casos, a diferença não esteve na
pedra, mas no homem.
Não existe pedra no seu caminho que você não
possa aproveitá-la para o seu próprio
crescimento.
Das oportunidades saiba tirar o melhor proveito,
talvez não tenhamos outra chance,"

(autor desconhecido)

CRÉDITO A DRA. HIRTYS CAVALCANTI

