

IV Fórum de Integração do Médico Jovem

Teresina – PI

Saúde mental do médico:
Experiências de prevenção

Prof. Dr. Leonardo Luz





QUEM SOMOS NÓS?



CFM
CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA

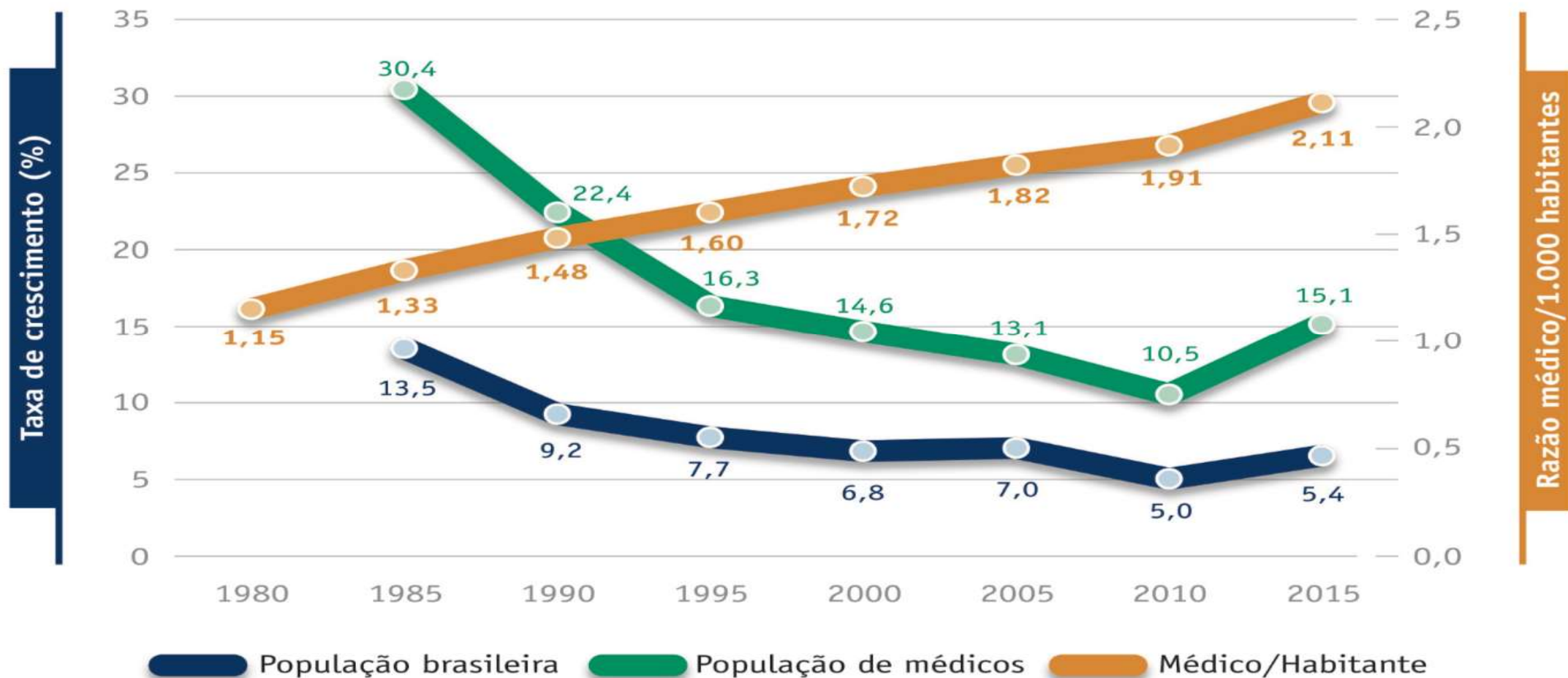
Registros médicos, segundo número de títulos – Brasil, 2018

Número de títulos em especialidades	Número de médicos	(%)
Nenhum	169.581	37,5
1	199.884	44,3
2	67.984	15,0
3 ou mais	14.328	3,2
Total	451,777	100,0

Nota: nesta análise foi usado o número de registros de médicos.

Fonte: Scheffer M. *et al.*, Demografia Médica no Brasil 2018.

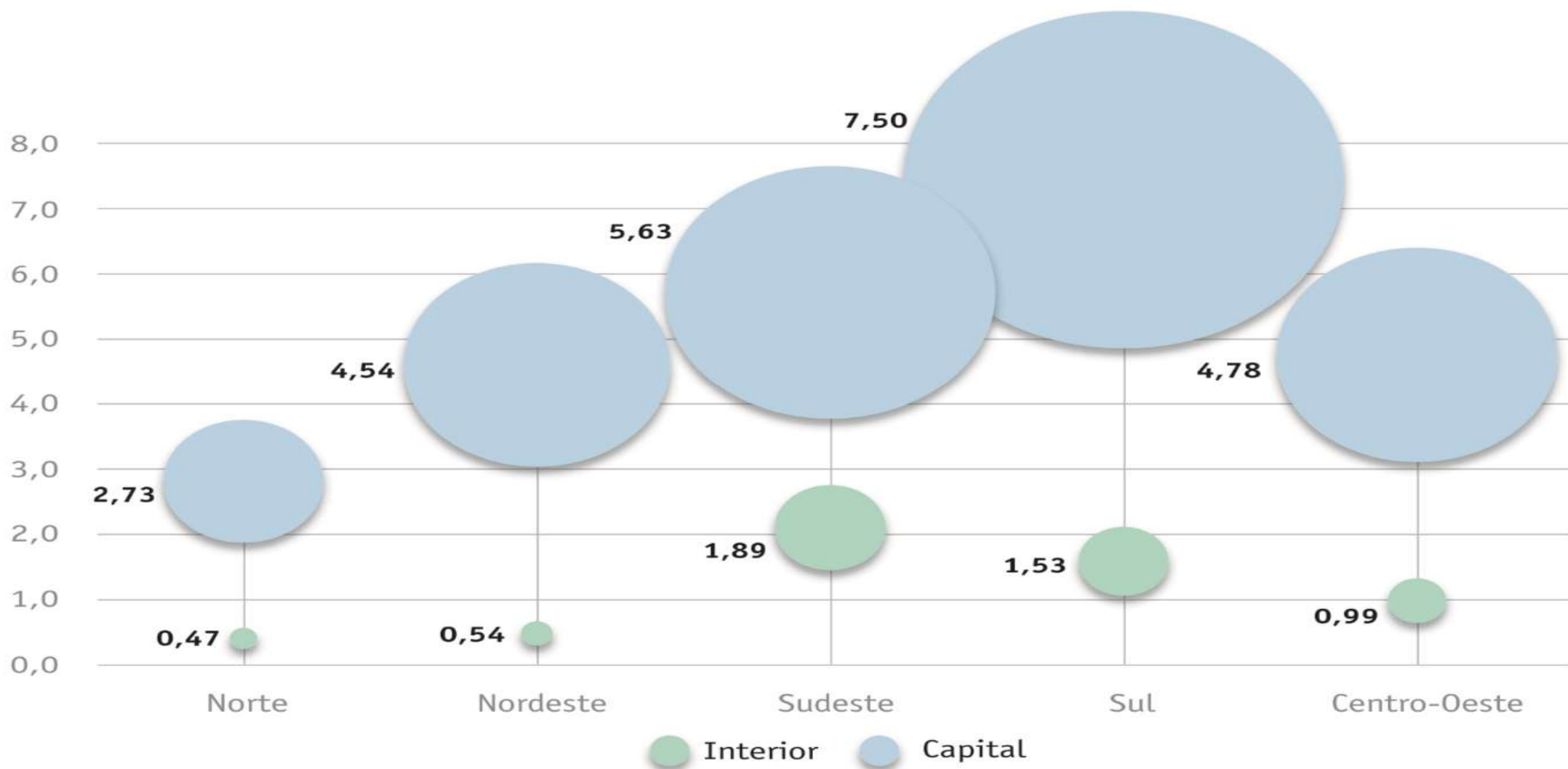
Evolução da população, do número de registros de médicos e da razão médico por mil habitantes entre 1980 e 2015 – Brasil, 2018



Nota: nesta análise foi usado o número de registros de médicos.

Fonte: Scheffer M. *et al.*, Demografia Médica no Brasil 2018.

Distribuição de médicos por mil habitantes entre capitais e interior, segundo grandes regiões – Brasil, 2018



Fonte: Scheffer M. *et al.*, Demografia Médica no Brasil 2018.

Distribuição dos recém-formados em Medicina, segundo motivos de escolha da profissão – Brasil, 2018

Motivos de escolha da profissão	Nº	%*
Pela vontade de fazer diferença na vida das pessoas ou fazer o bem	2.750	63,5
Pelo interesse pelo estudo do organismo humano e das doenças	2.325	54,5
Pelo interesse em si/desafio intelectual	1.893	39,2
Pelo interesse na relação médico-paciente	1.733	41,5
Pelo potencial de remuneração	1.350	28,2
Pelo prestígio da profissão	1.046	22,8
Por influência ou conselho familiar	699	15,2
Por aptidão científica e possibilidade de realizar pesquisas	444	9,2
Pela possibilidade de exercer o ensino	443	9,1
Por outro motivo	348	8,3
Total de respondentes	4.372	–

* Permite múltiplas respostas. **Fonte:** Scheffer M. *et al.*, Demografia Médica no Brasil 2018.

Distribuição dos recém-formados em Medicina, segundo fatores que os levariam a permanecer em um local de trabalho – Brasil, 2018

	Pública		Privada		Total	
	Nº	%*	Nº	%*	Nº	%*
O que levaria você a permanecer em um local de trabalho?						
As condições de trabalho	1.305	86,4	1.589	83,1	2.894	84,0
O salário, a remuneração	1.024	68,9	1.184	61,0	2.208	63,1
As possibilidades de aperfeiçoamento e de especialização	772	51,1	901	49,8	1.673	50,2
Ambientes com segurança e sem violência	767	51,5	859	43,7	1.626	45,7
Reconhecimento profissional	471	32,4	585	32,8	1.056	32,7
Plano de carreira	719	49,1	878	47,3	1.597	47,8
Qualidade de vida	1.119	74,5	1.215	63,3	2.334	66,2
Total de respondentes	1.522	–	1.879	–	3.401	–

* Permite múltiplas respostas. **Fonte:** Scheffer M. *et al.*, Demografia Médica no Brasil 2018.

BABY BOOMERS



GERAÇÃO X

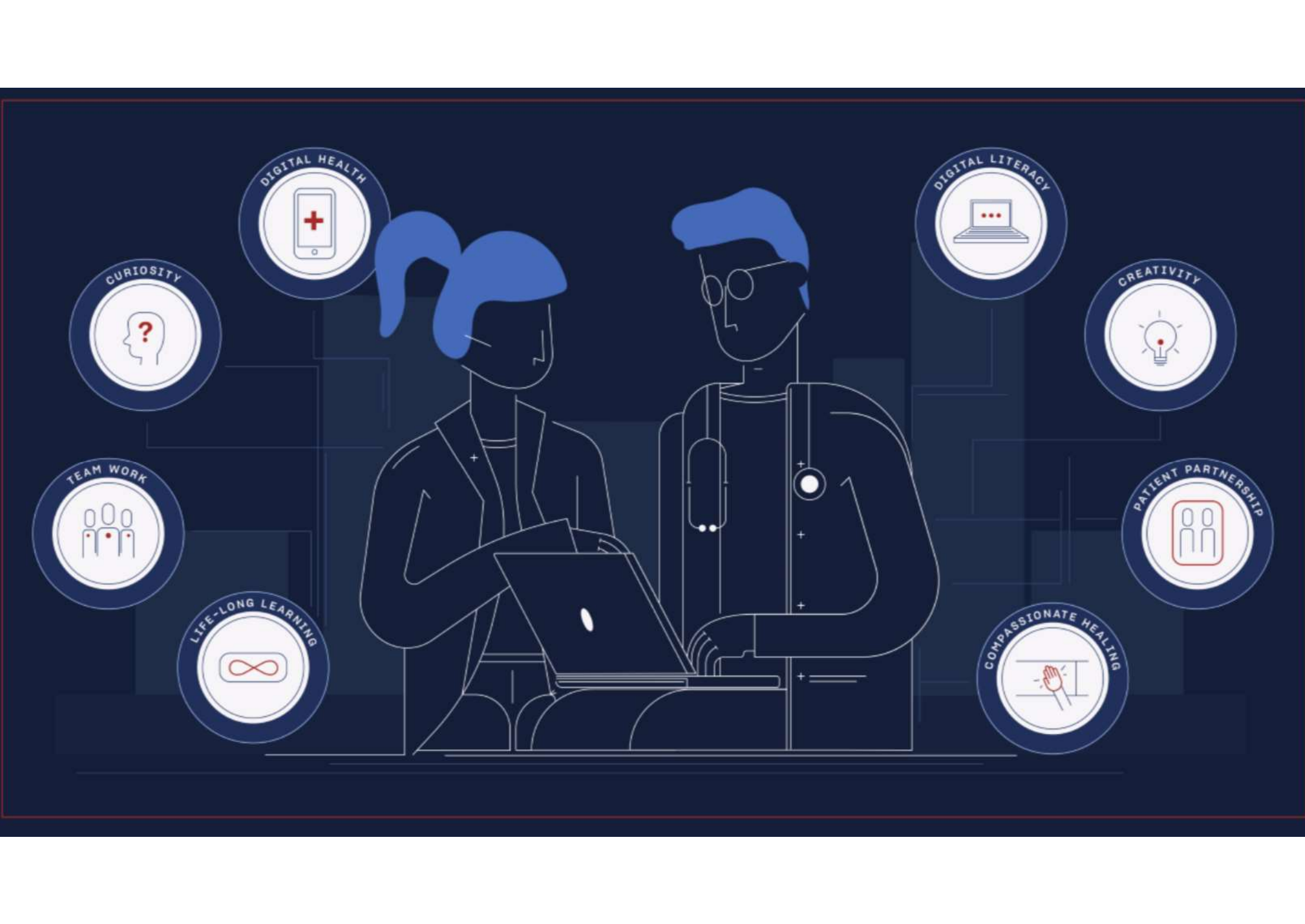


MILLENNIALS



GERAÇÃO Z





CURIOSITY

DIGITAL HEALTH

DIGITAL LITERACY

CREATIVITY

TEAM WORK

PATIENT PARTNERSHIP

LIFE-LONG LEARNING

COMPASSIONATE HEALING



Características	Geração x	Geração Y	Geração Z
Idade	32-51	20-31	14-19
Praticam Atividade Física	33%	41%	54%
Lêem Jornal	32%	34%	14%
São Fumantes	18%	17%	5%
Têm Perfil em Redes Sociais	70%	86%	97%
Checam E-mail no Celular	9%	21%	25%

Baby Boomers

Geração X

Geração Y

Geração Z

Período de nascimento

a partir do fim da II Guerra Mundial (1945)

a partir da década de 1960

a partir da década de 1980

a partir da década de 1990 e nos anos 2000

Palavra-chave

ESTABILIDADE

MUDANÇAS

TECNOLOGIA

CONNECTIVIDADE

Principais características

educação rígida, valores sólidos, obstinação, responsabilidade, dificuldade em lidar com mudanças.

entendimento da tecnologia como uma nova aliada, ruptura com os paradigmas das gerações anteriores, maturidade, independência, busca pela liberdade e pelos direitos.

postura desafiadora e competitiva, facilidade de adaptação, capacidade de se dedicar a várias e diferentes tarefas ao mesmo tempo, ambição.

individualidade, desapego, não desejam estabilidade, ansiedade, velocidade como estilo de vida, redes sociais como principal forma de expressão e interação.



COMO ESTAMOS?



CFM
CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA



- Meta-análise com 17.431 estudantes ao entrarem em Programas de Residência Médica apontaram 44,2% de *burnout* (Frajerman,2019);
- No período entre a Graduação e a Residência, o índice de ideação suicida aumenta de 4% para 25% (Sem et al, 2010);
- Longas jornadas de trabalho, privação de sono, ansiedade de desempenho, conflitos entre valores éticos e econômicos aumentam chance para Depressão (Gunter,2016);
- Dificuldade de pedir ajuda por sentimento de inadequação, vergonha perante os colegas, percepção sobre reputação e confidencialidade (Andrew,2011).

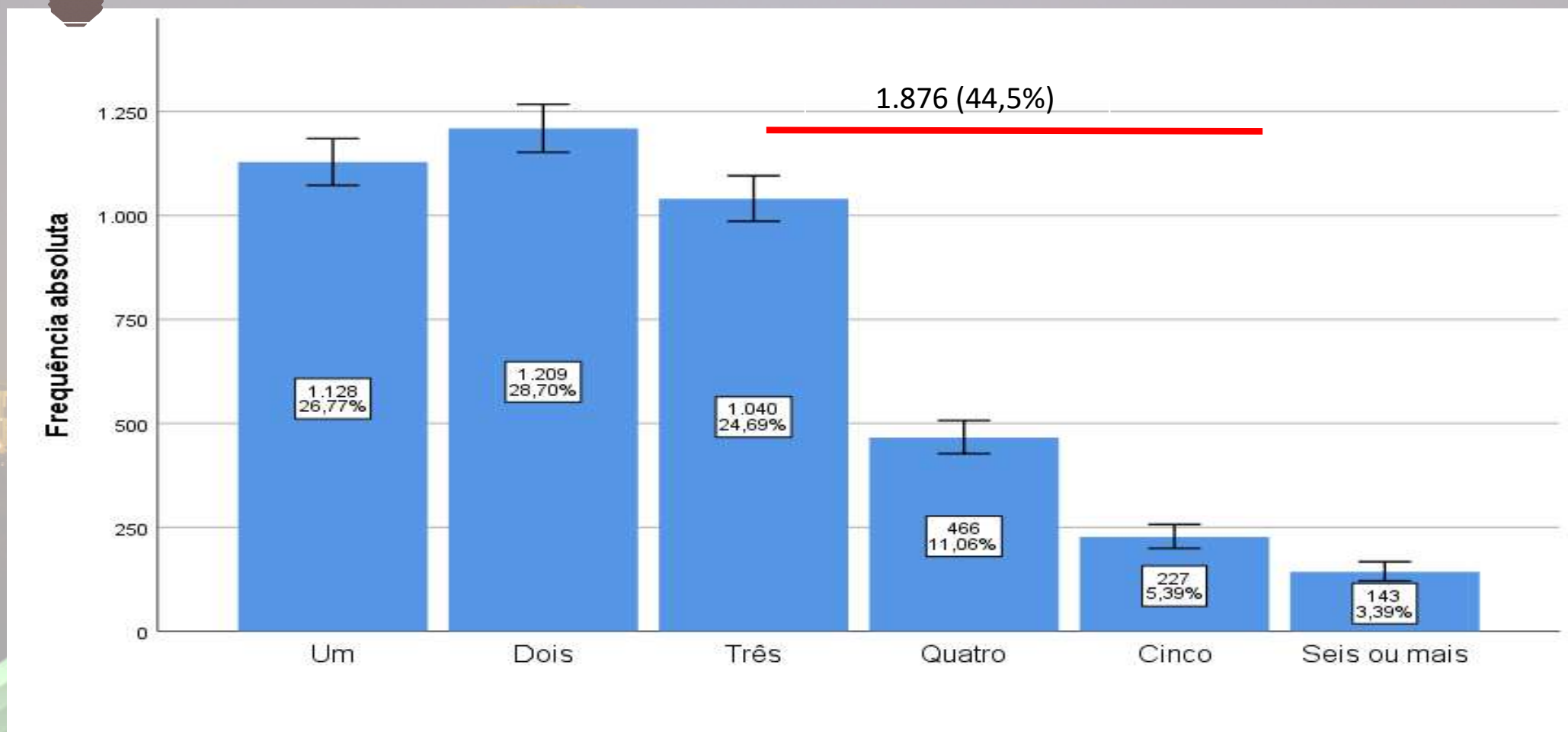


Saúde Mental do Médico Brasileiro

- Pesquisa do Setor de Comunicação do CFM realizada com 4.213 médicos;
- Aplicação de questionário online;
- Coleta de dados realizada entre janeiro de 2018 e janeiro de 2019;
- Amostra proporcional ao tamanho das UF;
- Estratificada por sexo, idade e região das UF.

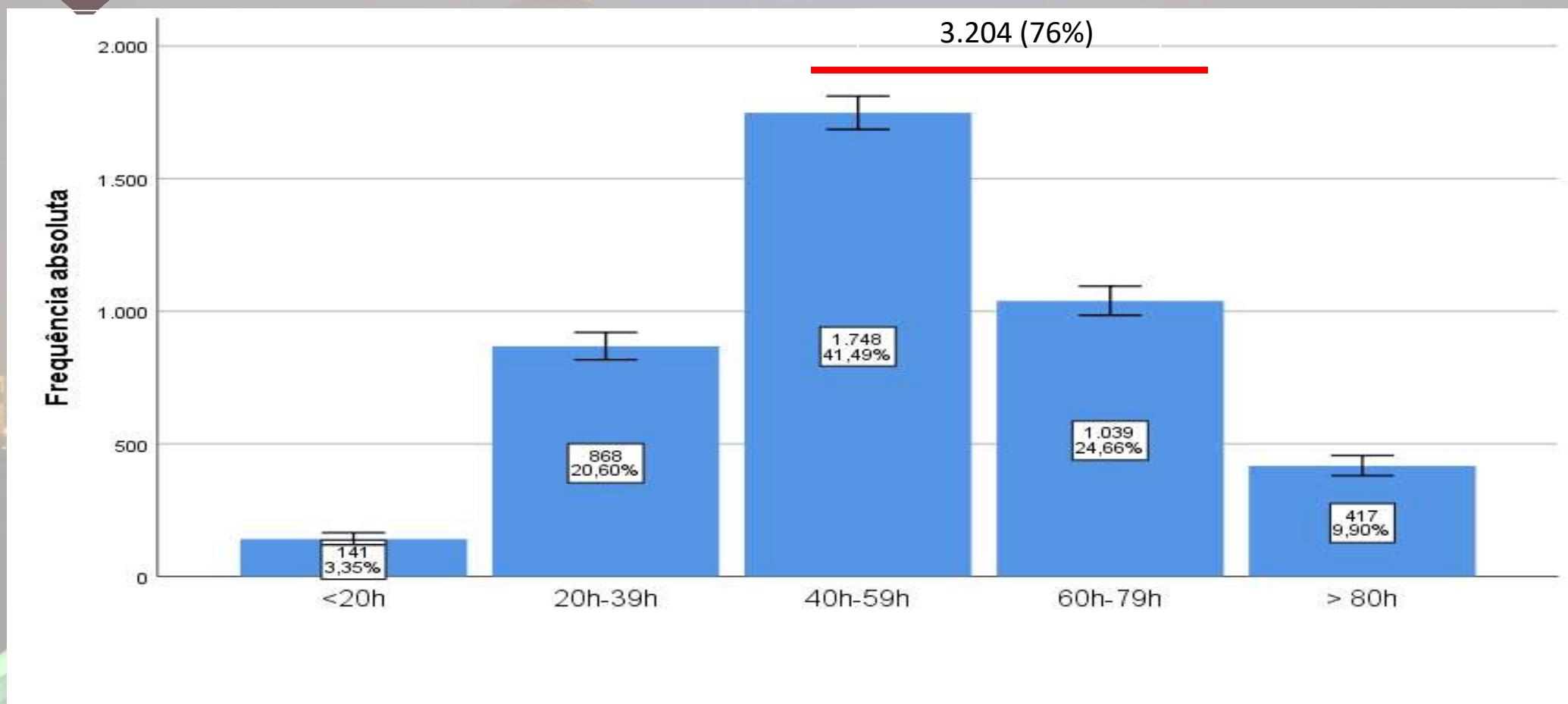


Vínculos empregatícios



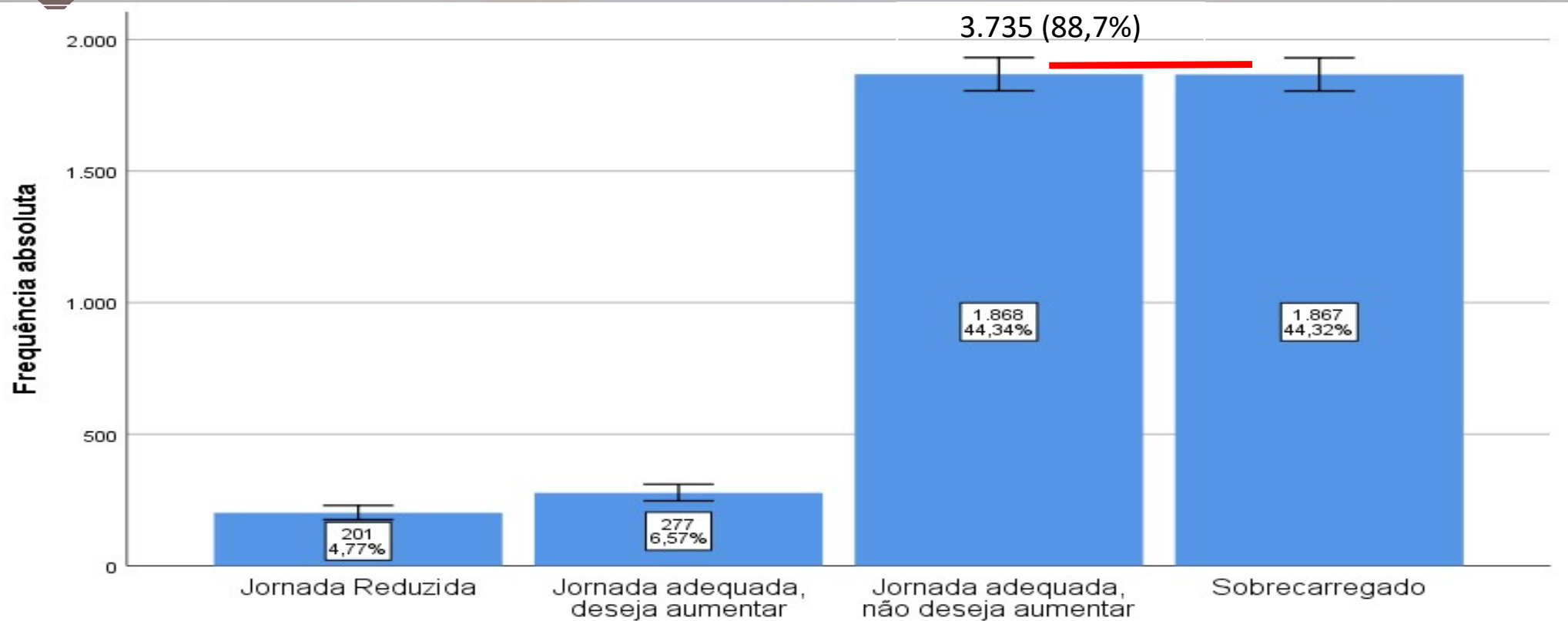


Jornada de trabalho semanal





Situação da jornada





Estratégias de prevenção



Entre 2003 e 2011, Conselho de Credenciamento de Residência Médica implementou política para diminuir número de horas trabalhadas

Resultado: pouco efetivo

Programa “bem estar médico” na Califórnia com foco em desenvolvimento de liderança, prática regular de exercícios e ferramentas para detectar precocemente médicos em sofrimento

Resultado: efetivo

(Kuhn, 2017)



Estratégias de prevenção



A Associação Médica do Canadá implementou o:

Physician Health Program



CFM
CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA

Physician Health Program



The PHP promotes prevention and early identification of health issues and supports health professionals, their families and workplaces.

The PHP provides confidential support for individuals who are struggling with substance use and mental health concerns, as well as with other behaviours that have a personal and professional impact. The PHP also offers support and education to physician leaders, hospitals, and other worksites; as well as to anyone else who is concerned about a loved one or colleague. Our services are aimed at supporting a culture of medicine that values prevention, early identification and intervention of health concerns, that supports both the health professional, their loved ones, and the workplace.

Program & Services

- Information and Advice
- Assessment and Referral
- Case Management and Monitoring
- Advocacy
- Family Support
- Education and Prevention
- Intervention Services
- Policy Development

The PHP clinical staff will refer clients to third party clinical resources for assessment and/or treatment to assist them with problems related to stress, burnout, marital and family issues, conduct or behavioural problems, sexual and boundary issues, gambling, mental health, substance abuse and substance dependence. Learn more by visiting the [Physician Health Program \(PHP\)](#) website or call our confidential, toll free line **1-800-851-6606**.

Wellness Resources

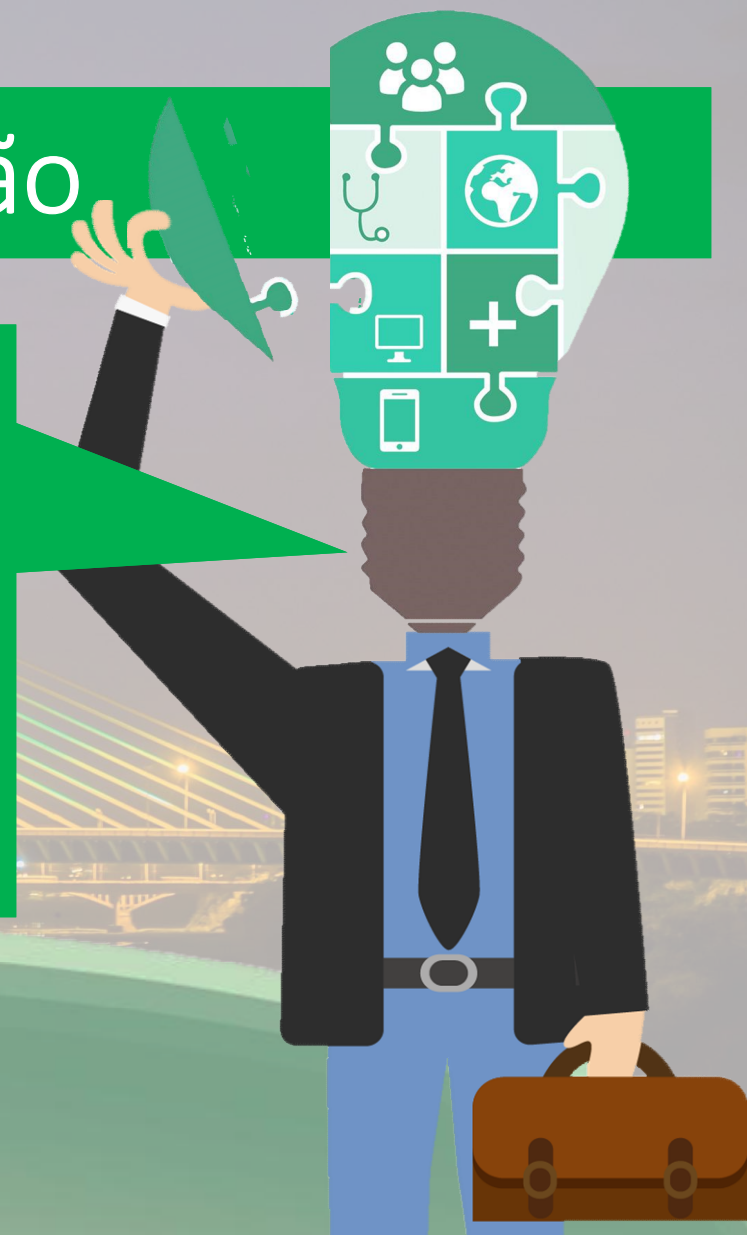
At times, the duties of a physician can be stressful. If physicians understand the causes, symptoms, and treatment of burnout, they are better able to help themselves and their colleagues. The resources here have been developed to provide assistance to physicians experiencing difficult times in their career.

- [Physician Burnout \(OMR\)](#)
- [Successfully Managing Your Medical Career \(OMR\)](#)
- [Balancing Act - Personal and Practice Wellness \(OMR\)](#)
- [Physician Health Program](#)



Pontos para reflexão

1. Autocuidado;
2. Planejamento de carreira;
3. Planejamento financeiro;
4. Como estamos agindo na Relação com o nosso Paciente;
5. Educação Continuada incluindo as novas Tecnologias;
6. Atividade Física.



De que me serve fabricar um bom ferro, se meu próprio interior está cheio de escórias?

(Goethe)



CFM
CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA