

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE - UFRN
ESCOLA DE SAÚDE - ESUFRN
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO À DISTÂNCIA – SEDIS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO DE PRECEPTORIA EM SAÚDE

**A ATUAÇÃO DO PRECEPTOR NA MELHORIA DA
QUALIDADE DE VIDA DOS RESIDENTES DE ONCOLOGIA
PEDIÁTRICA DO HC-UFMG.**

NONATO MENDONÇA LOTT MONTEIRO

BELO HORIZONTE/MINAS GERAIS

2020

NONATO MENDONÇA LOTT MONTEIRO

**A ATUAÇÃO DO PRECEPTOR NA MELHORIA DA
QUALIDADE DE VIDA DOS RESIDENTES DE ONCOLOGIA
PEDIÁTRICA DO HC-UFMG.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização de Preceptoría em Saúde, como requisito final para obtenção do título de Especialista em Preceptoría em Saúde.

Orientadora: Prof^ª. Msc. Gírlene Freire Gonçalves

BELO HORIZONTE/MINAS GERAIS

2020

RESUMO

Introdução: A rotina do médico residente (MR), muitas vezes estressante, contribui para que este profissional desenvolva estresse físico e mental. **Objetivo:** Elaborar um plano de preceptoria (PP) para analisar a importância de cuidados físico e mental para os residentes de oncologia pediátrica do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais. **Metodologia:** O tipo de estudo aqui utilizado foi um projeto de intervenção, do tipo PP. **Considerações finais:** Através da realização deste projeto de intervenção, observa-se a importância da utilização de estratégias que garantam o bem estar físico e mental do MR, melhorando assim, sua produtividade, sua relação com os pacientes, instituição e preceptores.

Palavras-chave: Estresse físico; Médico residente; Preceptoria; Residência médica; Saúde mental.

1 INTRODUÇÃO

A realização do plano de preceptoria tem como finalidade a melhoria do ambiente de trabalho do médico residente, pois não basta que os profissionais e estudantes adotem soluções domésticas para a solução dos problemas, mas faz-se necessário o envolvimento e a responsabilização daqueles que ocupam posições de decisão e cargos de gestão.

Segundo Lourenção *et al.* (2010), a residência médica é um processo de desenvolvimento no qual o residente deve fazer um balanço entre o desejo de cuidar e o desejo de curar, lidar com sentimentos de desamparo em relação ao complexo sistema assistencial e estabelecer os limites de sua identidade pessoal e profissional.

Hoje, a residência ainda é considerada o padrão ouro de especialização em ensino médico no mundo. Exige-se, portanto, melhoria constante de suas condições de trabalho, pois é a principal fonte de aprendizado prático para os médicos recém-formados. Esta demanda de aprimoramento evidencia que há necessidade de reavaliação do processo de atendimento e treinamento de residentes, visando à melhoria da qualidade de vida, educação e a melhoria do atendimento (ABREU-REIS *et al.*, 2019).

Assim, conforme Rocha; Ribeiro (2012), a preceptoria em saúde é uma prática pedagógica que ocorre no ambiente de trabalho e formação profissional, no momento do exercício clínico, conduzida por profissionais da assistência, com cargo de professor ou não, com o objetivo de construir e transmitir conhecimentos relativos a cada área de atuação, bem como auxiliar na formação ética e moral dos alunos, internos e residentes, estimulando-os a atuar no processo saúde-doença-cuidado, em seus diferentes níveis de atenção, com responsabilidade social e compromisso com a cidadania.

A expressão qualidade de vida é definida por Fox (2005), como ações avaliativas de uma pessoa a sua vida, em termos de satisfação ou de efeito negativo. Para os autores, a qualidade de vida tende a ser afetada por eventos psicossociais e por comportamentos de saúde, de modo que, a medida que envelhecemos, a atividade física se torna cada vez mais importante devido a relação positiva com saúde física e mental.

Segundo Chogaha; Cousins; Wankel (2008), a qualidade de vida possui influências sociais nos idosos e traz benefícios em relação à interação social e a melhora do humor, diminuindo o nível depressivo.

Em um estudo feito por Safons (2005), que teve como objetivo verificar as contribuições de uma boa qualidade de vida para a melhoria da saúde dos trabalhadores, os resultados mostraram que participar de um programa regular de bons hábitos contribui de forma significativa para melhoria da qualidade de vida.

Para Samulski; Noce (2006), saúde e qualidade de vida se relacionam de forma positiva, já que é necessário para a promoção de saúde, manter práticas contínuas de hábitos saudáveis. O indivíduo deve selecionar atividades motivantes e prazerosas, e estar preparado e consciente dos processos fisiológicos enfrentados faz com que o indivíduo desenvolva um estilo de vida ativo e positivo.

Embora se observe um crescente aumento dos estudos brasileiros sobre vários aspectos que se relacionam de alguma forma com o tema da qualidade de vida dos médicos residentes, como, por exemplo, a avaliação de *burnout* e a de sintomas ansiosos e depressivos, somente cinco estudos nacionais utilizaram instrumentos específicos de avaliação de qualidade de vida (NOGUEIRA-MARTINS, 2010).

De acordo com as palavras de Samulski; Noce (2006), uma boa qualidade de vida gera uma série de fatos concretos que afetam de forma importante a saúde do indivíduo, como a redução dessa qualidade problemas associados ao estresse, sedentarismo e controle de patologias já existentes.

Durante a residência são desenvolvidas atividades que exigem do residente a administração da responsabilidade profissional e de situações problemáticas, o tratamento de pacientes graves, além disso, as características do treinamento, como privação do sono, fadiga, elevada carga assistencial, excesso de trabalho administrativo, problemas relativos à qualidade do ensino e ao ambiente educacional e as características individuais, podem afetar a saúde e a qualidade de vida dos residentes (LIMA, GOUVEIA, 2018).

Dessa forma, pode-se aqui utilizar como questão norteadora a seguinte: Qual a importância de cuidados físico e mental para os residentes de oncologia pediátrica do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais?

Assim, este estudo se justifica pelo fato de que, uma boa qualidade de vida está associada a um estilo de vida saudável, no entanto, para desenvolvê-la, é necessário uma promoção de saúde, uma boa preparação e conscientização dos processos fisiológicos enfrentados, além de manter hábitos saudáveis, desenvolver um estilo de vida ativa e positiva, entre outros.

2 OBJETIVO

Analisar a importância de cuidados físico e mental para os médicos residentes de oncologia pediátrica do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais.

3 METODOLOGIA

3.1 TIPO DE ESTUDO

A estratégia utilizada foi a da pesquisa qualitativa, no qual buscou-se fazer uma análise das informações coletadas através de um estudo específico dentro do plano de preceptoria.

Conforme Gil (1999), a pesquisa qualitativa assume diferentes significados no campo das ciências sociais. Compreende um conjunto de diferentes técnicas interpretativas que visam a descrever e a decodificar os componentes de um sistema complexo de significados. Tem por objetivo traduzir e expressar o sentido dos fenômenos do mundo social. Daí a necessidade dos estudos serem realizados a partir da elaboração de amostras vindas de livros e artigos de conceituados autores.

De acordo com Becker (1997), uma pesquisa é sempre, de alguma forma, um relato de longa viagem empreendida por um sujeito cujo olhar vasculha lugares muitas vezes já visitados. Nada de absolutamente original, portanto, mas um modo diferente de olhar e pensar determinada realidade a partir de uma experiência e de uma apropriação do conhecimento que são, aí sim, bastante pessoais. Não parece ser assim que as coisas se passam. A definição do

objeto de pesquisa assim como a opção metodológica constituem um processo tão importante para o pesquisador quanto o texto que ele elabora ao final.

Assim, o tipo de estudo aqui utilizado foi um projeto de intervenção, do tipo Plano de Preceptoria.

3.2 LOCAL DO ESTUDO / PÚBLICO-ALVO / EQUIPE EXECUTORA

O local do estudo é o Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais (HC-UFMG), que se localiza à avenida Professor Alfredo Balena, no bairro Santa Efigênia em Belo Horizonte. É um hospital que atende exclusivamente pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e integra a rede da Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (Ebserh), estatal vinculada ao Ministério da Educação. A instituição é referência em procedimentos de média e alta complexidade, principalmente nas áreas de transplante, reprodução humana, cardiologia, neurologia e oncologia. Seu corpo clínico-assistencial é formado por 2.600 profissionais de saúde, 350 trabalhadores de áreas administrativas, 1.500 terceirizados e 438 docentes da UFMG de áreas da saúde, que desenvolvem atividades didáticas e de pesquisas na instituição e participam da formação de mais de 640 residentes médicos e multiprofissionais em saúde.

O público-alvo é o profissional residente em oncologia pediátrica. E a equipe executora diz respeito aos preceptores, médicos residentes, gestores e setor administrativo.

3.3 ELEMENTOS DO PP

O presente PP será realizado por meio de ações como campanhas, baseadas em aulas, encontros, rodas de conversa e reuniões que serão desenvolvidos buscando debater a melhor forma de oferecer uma melhora na qualidade física e mental do MR de oncologia pediátrica do HC-UFMG, e tais ações deverão ser desenvolvidas pelo serviço de oncologia pediátrica com apoio da Comissão de Residência Médica do Hospital (COREME). As ações serão desenvolvidas para a melhoria na qualidade de vida dos profissionais envolvidos neste estudo, sendo necessário:

- Disponibilizar um espaço para descanso e/ou lazer: espaço esse relevante para o descanso do público aqui investigado, buscando evitar a exaustão física e mental;
- Pontuar para os colaboradores que realizem atividade física: questão necessária para saber quais os profissionais mais necessitados de intervenção;

- Atentar-se para a postura no local de trabalho e outras questões de ergonomia, afim de buscar uma melhora postural para evitar danos à saúde e evitar o absenteísmo;
- Realizar campanhas de conscientização (antitabagismo, outubro rosa, novembro azul, contra a obesidade, sedentarismo, etc.): essas campanhas são necessárias para evitar problemas futuros de saúde para esses trabalhadores;
- Apresentar palestras sobre temas como estresse, depressão, ansiedade: essas ações são relevantes para a conscientização do público alvo e, conseqüentemente, impactarão na melhora da qualidade de vida dos MR aqui envolvidos;
- Oferecer orientação nutricional: buscando evitar problemas de saúde e/ou obesidade;
- Montar grupos de orientação psicológica: essa ação é necessária para evitar problemas psicológicos da população alvo, visto a intensa e longa jornada de trabalho desses profissionais;
- Ter como foco as soluções e não os problemas;
- Propor técnicas de relaxamento corporal e mental, como alongamentos e meditações: essa ação busca o bem estar do público aqui analisado e diminuição do estresse e ansiedade.

Tais propostas se fazem relevantes para que, com a melhora em sua qualidade de vida, o MR possa se sentir realizado e feliz durante o curso da sua especialização; assim, é esperado um positivo impacto na assistência ao paciente, bem como uma diminuição nos índices de absenteísmo desses profissionais. Os recursos necessários serão disponibilizados pelo próprio setor analisado na presente pesquisa juntamente com auxílio da COREME.

3.4 FRAGILIDADES E OPORTUNIDADES

MATRIZ SWOT		
FATORES EXTERNOS	OPORTUNIDADES	AMEAÇAS
	<ul style="list-style-type: none"> - Instituição com boa reputação na sociedade. - Hospital de referência nacional. - Verbas especiais para instituição de ensino e com programa de residência médica. - Intercâmbio com profissionais de outras áreas e instituições, promovendo crescimento pessoal através da relação com outros colegas e profissionais, com diferentes demandas e personalidades. - Melhorar o atendimento a pacientes. - Atualização frequente. - Melhoria na qualidade de vida e sentimento de realização pessoal. 	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento da demanda de usuários. - Falta de estruturação da rede básica. - Interferência política na instituição com alta demanda burocrática para resolver problemas simples. - Cortes de verbas pelo governo, com consequente diminuição de investimento na qualidade de vida dos MR durante o curso.
MATRIZ SWOT		
FATORES INTERNOS	FORTES	FRACOS
	<ul style="list-style-type: none"> - Capacitação constante. - Residência médica como reforço na assistência aos pacientes e apoio para melhoria na qualidade de vida do MR. - Integração entre ensino, pesquisa, prática; gerando sensação de bem estar. - Equipe com qualificação e multiprofissional envolvida no projeto. 	<ul style="list-style-type: none"> - Desmotivação dos residentes. - Falta de estrutura física adequada para um ensino confortável. - Recursos humanos inadequados e recurso de pessoal insuficiente.
	POSITIVO	NEGATIVO

3.5 PROCESSO DE AVALIAÇÃO

Um dos fatores que atrapalham a saúde do colaborador é o trabalho em excesso. Ter algumas pausas estratégicas ao longo do dia para realizar atos básicos como ir ao banheiro, tomar água podem melhorar o desempenho profissional do MR, além de evitar as fadigas física e mental e até mesmo o estresse. Assim, pausas programadas devem ser implementadas para que o MR possa ter um momento de relaxamento durante a execução de suas atividades.

Também é essencial que o MR não ultrapasse com frequência a sua jornada diária de trabalho, já que isso pode prejudicar sua saúde física, mental e emocional e, conseqüentemente, seu desempenho profissional. Vale a pena dedicar algumas horas do dia para momentos de descanso e lazer. Além disso, respeitar as horas de sono também é fundamental para uma rotina de vida saudável.

Assim, o instrumento de avaliação do processo de implantação do PP será realizado por meio de reuniões quinzenais com os preceptores do programa de residência médica de oncologia pediátrica, e também, com representantes da COREME; para analisar possíveis ações que podem melhorar a qualidade de vida dos profissionais envolvidos neste estudo. Essas reuniões serão voltadas ao cuidados físico e mental para os MR, com objetivo de otimizar as ações iniciais criadas visando uma melhoria na qualidade de vida desses profissionais e, por consequência, uma redução do absenteísmo e um melhor atendimento aos pacientes atendidos. Uma outra forma de avaliação do processo e realizar rodas de conversa para avaliarmos o grau de satisfação das propostas aqui apresentadas, momento em que o projeto poderá sofrer adaptações para sua melhoria.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Contando com uma boa dedicação na sua implantação, este PP apresenta perfeitas condições de funcionamento. Acredita-se que de modo em geral, serão alcançadas as necessidades dos envolvidos nesta pesquisa, visto que, para a criação deste PP, buscou-se informações e sugestões dos MR para que a adoção de medidas simples possa gerar um impacto positivo na melhoria da sua qualidade de vida e de trabalho.

Observa-se neste estudo a importância de cuidados físico e mental para os residentes de oncologia pediátrica do HC-UFMG, e que o presente PP será um importante passo para alcançar o bem estar da população analisada. O objetivo proposto neste estudo poderá ser

atingido através da participação dos preceptores, gestores e demais funcionários da instituição, na orientação e coordenação de atividades que promovam uma melhoria na saúde física e mental dos envolvidos. Assim, os MR beneficiarão com orientações sobre a aquisição de hábitos saudáveis, realização de rodas de conversa, jornada de trabalho mais flexível e sem sobrecarga. Estas práticas deixarão o ambiente de trabalho mais leve, menos estressante, melhorando a relação entre MR com preceptores, gestores, demais funcionários e pacientes, sendo fundamental para se alcançar uma boa qualidade de vida no ambiente de trabalho, necessária para termos bem-estares físico e mental dos residentes de oncologia pediátrica do HC-UFGM.

REFERÊNCIAS

- ABREU-REIS, Phillipe et al.. Aspectos psicológicos e qualidade de vida na Residência Médica. **Rev Col Bras Cir**; 46(1): 20-50. 2019.
- BECKER, H. **Métodos de pesquisa em Ciências Sociais**. São Paulo: Hucitec, 1997.
- CHOGAHARA, M.; COUSINS, S. O.; WANKEL, L. M.. Social Influence On Phisycal Activity. In: **Older Adults**. Journal of Aging and Phisycal Activity. 6(1) 1-17. Human Kinetics. 1998.
- FOX, K. R. The Physical Self and Processes inSelf-Esteem Development. In Kenneth R. Fox.**The Physical Self - From Motivation to Well-Being**. (pp. 111 - 139) E.U.A.: Human Kinetics. Cap. 11, 1997.
- GIL, A.C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 1999.
- LIMA, Priscilla Cavalcante; GOUVEIA, Márcia Teles de Oliveira. Qualidade de vida dos residentes da área da saúde: revisão. **REAS, Revista Eletrônica Acervo Saúde**. Vol. Sup. 14, 2018.
- LOURENÇÃO, Luciano Garcia; MOSCARDINI, Airton Camacho; SOLER, Zaida Aurora Sperli Geraldes. **Saúde e qualidade de vida de médicos residentes**. **Rev Assoc Med Bras**; 56(1): 81-91. 2010.
- MISSAKA, H.; RIBEIRO, V.M.B.. A preceptoria na formação médica: subsídios para integrar teoria e prática na formação profissional - o que dizem os trabalhos nos congressos brasileiros de educação médica. **Rev Bras Educ Méd**. 35(3):303-10. 2011.
- NOGUEIRA-MARTINS, Luiz Antonio. Qualidade de Vida dos Médicos Residentes: Revisão de Estudos Brasileiros. **Cadernos ABEM**. Volume 6. Outubro 2010.
- ROCHA, Hulda Cristina; RIBEIRO, Victoria Brant. **Curso de Formação Pedagógica para Preceptores do Internato Médico**. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbem/v36n3/08.pdf>. Acesso em: junho de 2020.

SAFONS, M. P. Contribuições da atividade física, para a melhoria da auto-imagem e auto-estima de idosos. **Revista Digital Lecturas: Educación Física y Deportes**. Buenos Aires, Año 5, N° 22, Junio, 2000. Disponível em: [http:// www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com). Acesso em: agosto de 2020.

SAMULSKI, DM; NOCE, F. Atividade física, saúde e qualidade de vida. In: **Psicologia do Esporte**: manual para educação física, psicologia e fisioterapia. Barueri: Manole, 2002.