

Visão de um cirurgião geral no enfrentamento a pandemia covid-19

Vision of a general surgery in coping with the pandemic covid-19

Cirênio de Almeida Barbosa^{1*}

RESUMO

O surto de COVID-19 é uma emergência de saúde pública de importância mundial. Em tempos de estresse e incerteza, várias estratégias podem ser úteis para manter o bem-estar e promover a resiliência. Devemos gerenciar nossas necessidades físicas de sono, nutrição, exercício, recreação e atividades sociais adequadas. Precisamos evitar recorrer a técnicas inadequadas de autocuidado. Não devemos criticar excessivamente ou exigir perfeição, especialmente nestes tempos sem precedentes. Devemos reconhecer que não podemos fazer tudo e, às vezes, fracassamos, apesar de nossos melhores esforços. Embora estes sejam tempos difíceis, devemos lembrar que não estamos sozinhos. Estamos todos juntos nesse barco.

Palavras-chave: Tomada de Decisão Compartilhada, Direito à Saúde

¹ Departamento de Cirurgia, Ginecologia e Obstetrícia da Universidade Federal de Ouro Preto - Minas Gerais - Brasil.

Instituição:

Departamento de Cirurgia, Ginecologia, Obstetrícia e Propedêutica da Universidade Federal de Ouro Preto.

* Autor Correspondente:

Cirênio de Almeida Barbosa
E-mail: cireniobarbosa@gmail.com

Recebido em: 27/06/2020.

Aprovado em: 17/07/2020.

ABSTRACT

The outbreak of COVID-19 is a worldwide public health emergency. In times of stress and uncertainty, several strategies can be useful to maintain well-being and promote resilience. We must manage our physical needs for sleep, nutrition, exercise, recreation and adequate social activities. We need to avoid resorting to inappropriate self-care techniques. We must not criticize excessively or demand perfection, especially in these unprecedented times. We must recognize that we cannot do everything and sometimes we fail, despite our best efforts. Although these are difficult times, we must remember that we are not alone. We are all in this boat together.

Keywords: Decision Making, Shared, Right to Health.

INTRODUÇÃO

A medicina baseada em evidências respalda a comunidade cirúrgica. A decisão sobre a tomada de conduta médica se baseia em protocolos bem documentados, reprodutíveis e de segurança. Segundo o Ministério da Saúde, órgãos e entidades de classe recomendaram o cancelamento da cirurgia eletiva.¹⁻⁵

O Colégio Brasileiro de Cirurgiões, propõe medidas de qualidade e segurança visando orientar os profissionais cirurgiões e os pacientes, tendo como base o que há disponível, até o momento, em cirurgia, na literatura científica.⁶

Vivemos tempos opostos em que nossas vidas e profissão são afrontadas por uma tragédia mundial sem referências. Continuamos a fazer o possível para proteger nossos pacientes, nossa equipe e nossos entes queridos. Também temos que nos preparar para um novo recomeço, que esperamos chegue em breve. No entanto, temos que ter equilíbrio em família, na profissão, no trabalho, no alimento espiritual (a religião pela qual se opta), no lazer, nos momentos de reflexão, etc., só assim, venceremos esse inimigo que tanto nos incomoda.

Ocorreu ter que adiarmos os procedimentos eletivos, não estamos lidando com registros, eles são nossos pacientes. Isso também significa adaptar-se a novas regras e mudar nosso comportamento, tanto no hospital quanto familiar. Devemos por algum tempo, ter que resgatar aqueles que foram deixados para trás decorrente dessa pandemia.

O treinamento cirúrgico faz com que sejamos mais ativos, impassíveis, especialmente durante períodos estressantes. Durante esse tempo de pandemia sem precedentes, estamos sujeitos ao estresse mental. Devem ser tomadas medidas, para minimizar os riscos de saúde e cuidados com a incerteza do futuro. As relações interpessoais pode agravar as tensões interpessoais. Precisamos nos expressar de forma clara e empática. Se ocorrer situação incômoda ou desagradável compartilhar com os colegas evitando acusações e na busca de soluções. Estar atento ao tom de voz quando se direcionar aos companheiros para não aumentar a tensão e conflitos entre a equipe, esteja aberto para ouvir com empatia e solidariedade as angústias, tensões e colocações dos colegas.⁷

Embora todas as medidas de proteção devam ser tomadas e as orientações sejam respeitadas conscientemente o tempo todo, a manutenção de uma saúde física e mental bem equilibrada é de suma importância para funcionar com a clareza ideal.

Afinal, deve-se dar importância aos fatores sociais associados à vida através da resposta de isolamento social à pandemia. Várias preocupações, incluindo socialização com amigos e familiares, envolvimento regular em atividades de lazer e aquisição de alimentos e outros itens essenciais são impactados negativamente. Sobretudo, há um aumento da ansiedade sobre a saúde e a segurança de amigos e familiares. Esses fatores, quando consolidados, podem afetar a capacidade do cirurgião de gerenciar o estresse diariamente.

Essa imposição é aumentada inclusive pelo medo de transmitir infecção aos membros da nossa família quando retornamos para casa. Espera-se que o cirurgião esteja sempre o melhor possível.

Em dias de poucas certezas, paramos para pensar e refletir em tudo o que estamos vivendo. O quanto o mundo está estranho e doente. O quanto o silêncio modificou nossas rotinas, nos obrigando a criar adaptações diárias para suprir a saudade de quem está longe e trabalhar, sem neuroses, diante da perda de nossos referenciais.

O inesperado alterou toda nossa rotina. O estresse pode levar a situações de desentendimento entre os integrantes da equipe cirúrgica, pois estamos vivendo momentos extremos, como sintomas de ansiedade, perda da qualidade do sono, nutrição desequilibrada, depressão, além de limitar a exposição excessiva a mídias angustiantes. Afinal, todo nosso comportamento será diferente depois dessa pandemia.⁸⁻¹⁰

REFERÊNCIAS

1. Elizabeth Brindle M, Gawande A. Managing COVID-19 in Surgical Systems. *Ann Surg.* 2020;272(1):e1-2.
2. Maintaining Trauma Center Access & Care during the COVID-19 Pandemic: Guidance Document for Trauma Medical Directors [Internet]. American College of Surgeons. [citado 26 de junho de 2020]. Disponível em: <https://www.facs.org/quality-programs/trauma/maintaining-access>

3. de 2020 O 13 de março. COVID-19: Recommendations for Management of Elective Surgical Procedures [Internet]. American College of Surgeons. [citado 26 de junho de 2020]. Disponível em: <https://www.facs.org/covid-19/clinical-guidance/elective-surgery>
4. Aminian A, Safari S, Razeghian-Jahromi A, Ghorbani M, Delaney CP. COVID-19 Outbreak and Surgical Practice: Unexpected Fatality in Perioperative Period. *Ann Surg*. 2020;272(1):e27–9.
5. Zheng MH, Boni L, Fingerhut A. Minimally Invasive Surgery and the Novel Coronavirus Outbreak: Lessons Learned in China and Italy. *Ann Surg* [Internet]. 27 de abril de 2020 [citado 26 de junho de 2020]; Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7188059/>
6. Correia MITD, Ramos RF, Bahten LCV, Correia MITD, Ramos RF, Bahten LCV. The surgeons and the COVID-19 pandemic. *Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões* [Internet]. 2020 [citado 8 de julho de 2020];47. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0100-69912020000100601&lng=en&nrm=iso&tlng=en
7. Saúde mental do trabalhador da saúde é tema de nova cartilha [Internet]. Fiocruz. [citado 26 de junho de 2020]. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/saude-mental-do-trabalhador-da-saude-e-tema-de-nova-cartilha>
8. Business PS. Cuidando de quem cuida: legados da pandemia [Internet]. Saúde Business. 2020 [citado 26 de junho de 2020]. Disponível em: <https://saudebusiness.com/profissionais/cuidando-de-quem-cuida-legados-da-pandemia/>
9. Coping with physician depression in the era of COVID-19 [Internet]. Medical Economics. [citado 26 de junho de 2020]. Disponível em: <https://www.medicaleconomics.com/view/coping-physician-depression-era-covid-19>
10. General Mental Health & Coping (COVID-19) [Internet]. Massachusetts General Hospital. [citado 26 de junho de 2020]. Disponível em: <https://www.massgeneral.org/psychiatry/guide-to-mental-health-resources/general-mental-health-and-coping>