



Slow medicine: menos pressa, mais saúde

O movimento nasceu na Itália, tem adeptos no Brasil, prega o foco na pessoa, além do maior equilíbrio no exercício da medicina

texto **MARCO BOBBIO** tradução e edição **CRISTINA ALMEIDA**

Imagine essa situação, caro leitor: apresenta-se no pronto-socorro um senhor de 77 anos queixando-se de dor torácica. Os exames de sangue confirmam a suspeita de uma angina *pectoris* (dor torácica transitória ou sensação de pressão que ocorre quando o músculo cardíaco não recebe oxigênio suficiente).

De acordo com os procedimentos indicados pelas diretrizes médicas, o paciente deve ficar internado por alguns dias para uma terapia intensiva e para que um cateterismo seja feito. O doutor Kumar, que relata esse caso nas páginas do *Jornal da Associação Médica Americana (AMA)*, está perplexo: a

esposa do paciente conta que já faz alguns anos que o marido vem perdendo a memória, não consegue mais cuidar de si mesmo e parece estar sempre confuso.

“O médico se pergunta: quais serão as consequências da internação sobre um sujeito assim perturbado?” Caminhando na contra-mão das diretrizes, propõe, então, que ele seja encaminhado a determinada clínica onde “ocorre algo inacreditável”: o paciente começa a melhorar. O que houve? A atenção dos médicos e dos auxiliares era dirigida a ele como pessoa e não às suas coronárias. Esta é a *slow medicine* [medicina sem pressa]: colocar no centro do trabalho e das obrigações dos médicos e enfermeiros o paciente e não a sua doença.

Mais tempo, por favor

Cada vez mais médicos, cidadãos e pacientes se tornam refratários a uma medicina *fast* [rápida], que responde a todo mal-estar com a prescrição de algum exame



MARCO BOBBIO
é médico, pesquisador
e secretário-geral
do movimento *Slow
Medicine* [Medicina
Lenta], cuja filosofia se
resume em uma prática
médica mais sóbria,
respeitosa e justa.



ou medicamento; que ilude com a ideia da conquista de uma saúde perene indicando *check-ups*; que seduz com a ideia de que fazer mais seja sempre o melhor; que fragmenta as competências médicas entre uma miríade de especialistas; que não integra o paciente na tomada de decisão sobre os aspectos cruciais para a sua vida, sobrepondo-o com dados, índices de sobrevivência e incidência de efeitos colaterais.

Progresso científico

Não devemos esquecer que, nesses últimos anos, a medicina ocidental obteve sucessos extraordinários: as pessoas vivem mais, os tratamentos são mais eficazes, os serviços públicos são mais acessíveis e os pacientes são mais conscientes. Apesar disso, há tanta disponibilidade de exames e tratamentos que muita vez arrisca-se a tratar demais. A consequência é o aparecimento de danos pelo excesso de cuidados.

Por isso, muitos pensam que tenha chegado a hora de mudar porque os formidáveis recursos tecnológicos colocados à disposição da ciência são mal utilizados. De fato, calcula-se que um terço do que se gasta com a saúde é desperdiçado, ou seja, não resulta em saúde. Em 2011 nasceu na Itália o movimento *Slow Medicine*, uma

associação de médicos, enfermeiros, pacientes e cidadãos que defendem uma medicina *sóbria* (faz tudo o que é necessário para tratar cada pessoa doente, mas não desperdiçar preciosos recursos), *respeitosa* (considera as exigências, expectativas e valores dos pacientes) e *justa* (é igualitária e garante tratamento essenciais para todos).

Esse movimento chegou também ao Brasil, quando o Professor Emérito da Universidade de São Paulo (USP), Dario Biroolini, promoveu a tradução e a publicação de meu livro *O doente imaginado*, que contribuiu para difundir a filosofia *Slow Medicine* no país. Junto ao geriatra José Carlos Aquino de Campos Velho e o médico de família Kazusei Akiyama ele fundou a sede brasileira, inaugurando um website que é continuamente atualizado com notícias provenientes de mundo inteiro.

Medicina para todos

Se os princípios da *Slow Medicine* fossem aplicados em nível nacional, seria praticada uma medicina mais igualitária, mais atenta às exigências dos pacientes e, assim, seria possível reduzir o número de procedimentos que não resultam no aprimoramento da saúde. Além disso, haveriam fundos para cuidar de populações mais carentes. ■



O MELHOR
PARA VOCÊ
Na obra o *Doente Imaginário*, o médico Marco Bobbio apresenta os princípios da *Slow medicine* na prática e inspira o leitor a pensar sobre como deseja ser tratado por seus médicos. À venda no site slowmedicine.com.br