

SAÚDE E CIÊNCIA

CUIDAR DE QUEM CUIDA

NEGLIGÊNCIA DE MÉDICOS COM A PRÓPRIA SAÚDE ACENDE SINAL VERMELHO ENTRE COLEGAS

UNIMED BH/ DIVULGAÇÃO



“O corpo não pode ser levado às últimas consequências”, diz Drauzio Varella, chamando atenção para a prevenção de sedentarismo, má alimentação e transtornos psiquiátricos entre colegas

DOHOJEEMDIA
portal@hojeemdia.com.br

Médicos cuidam muito mal da própria saúde. A constatação parece paradoxal – mas, de tão real, acende uma luz vermelha na categoria e vem levando a uma mobilização entre os próprios profissionais para convencê-los a olhar para si mesmos, e não apenas para os pacientes. Lembrar que quem cuida também precisa ser cuidado foi um dos temas abordados no 20º Encontro de Cooperados da Unimed BH. O evento reuniu 3 mil médicos na capital mineira. Um deles veio a Belo Horizonte especialmente para dar o recado: é preciso mudar essa mentalidade de cuidar de si só “depois”.

Aviso de ninguém menos que Drauzio Varella. Aos 82 anos, mais de 50 deles dedicados à medicina, o profissional que se tornou referência no país ao traduzir informações sobre saúde para a população participou do evento para dar um “puxão de orelha”, com a elegância que lhe é peculiar, nos colegas. “O corpo não pode ser levado às últimas consequências”, diz Drauzio. Para ele, médicos que fazem o que recomendam aos pacientes são exceção. “E isso é ruim. A profissão é muito estressante. Em geral, trabalha-se muito, por várias horas, a privação de sono é comum. Veja o absurdo de a pessoa ter um trabalho noturno e no dia

seguinte emendar. Em nenhuma profissão se faz isso, a regra é quem trabalha à noite no dia seguinte descansar”, compara. Some-se a isso uma certa sensação de onipotência, trazida ao longo do tempo. “A gente acaba achando que aguenta, que dá conta”. Mas, uma hora, a fatura chega, e o valor cobrado é alto. Para Drauzio, as principais consequências desse comportamento são o sedentarismo e a alimentação desregrada – hábitos que os médicos tentam riscar da vida de quem vai ao consultório – e transtornos psiquiátricos. “Você pega o plantão noturno de médicos, o que eles fazem? Pedem pizza. Porque é mais prático, você come o que dá, quando dá.

Mas você não recomenda isso para seus pacientes”, exemplifica. Reduzir as longas jornadas de trabalho, em plantões ou diferentes empregos, é outro desafio. Boa notícia é que dá para virar essa chave. Para Drauzio, o primeiro passo é o profissional se conscientizar que o corpo tem limites. O segundo é levar essa constatação a sério. “Assumir que se continuar a levar a vida assim, vai pagar um preço muito alto”, diz. Para Frederico Peret, diretor-presidente da Unimed BH, a solução passa pelo equilíbrio, essencial num mundo cada vez mais complexo e acelerado. “Antes de sermos médicos, somos humanos. Cuidar da saúde deve começar por nós mesmos”.

FUNDAÇÃO HOSPITALAR DO MUNICÍPIO DE VARGINHA – FHOMUV
AVISO DE LICITAÇÃO - PROCESSO Nº 212/2025 – PREGÃO ELETRÔNICO Nº 112/2025 – do tipo "MENOR PREÇO GLOBAL", cujo objeto é a AQUISIÇÃO DE MÓVEIS PLANEJADOS PARA O SETOR DE ALMOXARIFADO DA FUNDAÇÃO. Data da sessão: 07/11/2025, às 8h. Retirada do Edital: www.hospitalhbp.com.br, https://www.gov.br/pncp/pt-br ou www.portaldecompraspublicas.com.br. Informações: (035) 3606-3594/3592/3595 – edital@hospitalhbp.com.br.

HOSPITAL REGIONAL DO SUL DE MINAS
AVISO DE EDITAL - PROCEDIMENTO LICITATÓRIO Nº 90003/2025
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 003/2025
Objeto: Fornecimento integral, entrega, montagem e instalação de equipamentos médicos hospitalares e demais produtos, conforme quantitativos e especificações técnicas constantes do Edital referente ao Procedimento Licitatório nº 90003/2025 - Pregão Eletrônico nº 003/2025. Recebimento e Sessão Pública: As Propostas e Documentos de Habilitação serão incluídas via sistema COMPRAS NET, Plataforma de Processo de Licitação Eletrônica, para sessão pública a ser realizada no dia 10/11/2025 (dez de novembro de dois mil e vinte e cinco), das 08:30 às 16:30h (oito e meia às dezesseis horas e trinta minutos). Obtenção do Edital: O Edital encontra-se disponível no endereço eletrônico: www.hrsn.com.br, no link "LICITAÇÕES. Quaisquer dúvidas poderão ser sanadas através do telefone (35) 3690-2819 / 2803 ou pelo e-mail: compras@hrs.com.br. E, para que chegue ao conhecimento de todos, expede-se o presente.
Varginha - MG, 27 de outubro de 2025.
Hospital Regional do Sul de Minas
João Carlos Ottoni Adell - Presidente do Conselho Diretor