

## SAÚDE E VIDA

Segunda parte da transcrição da Conferência proferida na Academia Sul Riograndense de Medicina sobre conceitos de qualidade de vida.

### O papel da tecnologia

O que realmente muda de maneira impactante na assistência médica, com o tempo? A tecnologia.

Segundo o Instituto Tecnológico de Massachussets (MIT, 1998) – estes dados, embora divulgados há mais de uma década, são tão importantes e visionários que merecem sempre ser citados - “após 10 anos (2008) 75% do PIB japonês dependerá de produtos ainda não inventados; após 15 anos (2013) 60% das profissões atuais não existirão; após 20 anos (2018) 90% dos processos industriais e comerciais serão diferentes, e a vida útil das profissões será de 12 anos (na época, 1998, era 20 anos); o conhecimento dobrará a cada 83 dias (em 1998, dobrava a cada 2 anos); e, após 50 anos (2048), a expectativa de vida será de 120 anos.”

As mudanças estão ocorrendo cada vez mais rápido e temos de estar sempre nos preparando para acompanhá-las, e, se possível, para promovê-las.

Sobre o perfil do profissional universitário do Século XXI, necessário para fazer frente às demandas de desenvolvimento pessoal e profissional: flexível, criativo, capaz de lidar com incertezas, hábil nas relações sociais e na comunicação, acostumado a trabalhar em grupo, competente para assumir responsabilidades, empreendedor, acostumado a lidar com as diferenças culturais e outras, acostumado com novas tecnologias como a internet e outros meios virtuais, e preparado para estudar durante toda a vida.

### O humanismo

O que não muda na assistência médica, no tempo? O humanismo.

Segundo Hipócrates (Século IV aC), os fundamentos da prática do médico junto a seus pacientes são: confortar sempre, aliviar quando necessário, e curar quando possível.

O enfermo tem suas necessidades e busca alguém que cuide dele, que se interesse por ele, e o ajude nas suas questões de saúde, particularmente nos seus temores...

### Percepções e sentimentos

O que mais importa ao indivíduo nas suas relações?

O que acontece com as pessoas e com o conjunto de circunstâncias gera percepções – que são proporcionais ou não à realidade – e estas percepções condicionam sentimentos que dependem muito do estado emocional vigente. Tanto as percepções podem ser deformadas quanto os sentimentos podem ser desproporcionais à realidade.

O principal na nossa vida acontece muito em função das nossas percepções, mas, o que mais impacta mesmo é como nos sentimos em relação a elas – nossos sentimentos.

### Todos têm razão

Cada um tem suas razões que justificam ser como é e fazer o que faz. Se nos aprofundarmos na história pessoal de um indivíduo e no seu percurso de vida, encontraremos um entendimento dos seus porquês.

O que mais interessa é que haja equilíbrio, ou, pelo menos, uma discrepância tolerável entre as razões individuais.

Nunca esquecer que existe o outro!

### De quem mais depende nossa vida?

De um conjunto de circunstâncias bem amplas que poderíamos resumir nos seguintes itens: valores, sustentabilidade, equilíbrio, qualidade de vida, estado de saúde, espiritualidade, e afetividade. Embora a proporcionalidade e o equilíbrio do conjunto seja o mais adequado para possibilitar uma vida melhor, é possível viver, e muito bem, com base principal em apenas um destes atributos, desde que tenha a intensidade necessária, seja satisfatório, e esteja dentro da realidade.



LUIZ CARLOS CORRÊA DA SILVA  
Doutor em Medicina: Pneumologia  
pela UFRGS - Chefe do Serviço  
de Pneumologia da Santa Casa de  
Misericórdia de Porto Alegre

### ALGUMAS QUESTÕES E DESAFIOS

**Até que ponto nossas crenças dirigem nossa vida?**

**Afinal, em que, realmente, acreditamos? Pelo que queremos ser lembrados?**

Afinal, quem sou eu?

Para mim, sou o que penso que sou. E como só posso pensar sobre minha própria identidade com base na memória, portanto, sou minha própria memória. Sem memória, eu não existo!

Para quem observa à distância, sou o que faço. Isto geralmente refere-se à minha identidade profissional!

Para as pessoas do meu convívio, sou o que percebem, e, acima de tudo, o que sentem em relação a mim. Esta é uma identidade bastante afetiva, mas muito verdadeira e diz do meu conjunto!

A respeito de problemas, o mais importante é nossa capacidade de resolução. Nossa dedicação e empenho para sua solução, com base numa história de vida.

Ouvir é uma arte! Entenderemos melhor o outro. Ele estará desabafando. Poderemos ajudar mais. E poderemos aprender!

Planejar é preciso! Tudo que for bem planejado terá mais chance de dar certo. Sempre aumenta a eficácia! Reduz o retrabalho!

Ter grandes objetivos! Com grandes objetivos aumentamos nosso “poder”, reforçamos nossas convicções. E tudo tem mais sentido.

Ter foco! Aumenta a concentração, reforça as ações, dá mais segurança, e aumenta a credibilidade.

O tempo! Nosso tempo é limitado, e implacável! Não podemos desperdiçá-lo. Com organização, poupa-se tempo, e pode-se fazer mais coisas.

Trabalhar em Equipe. Dividem-se tarefas, somam-se idéias, reforçam-se intenções, tem-se mais certeza, aumenta-se investimento, multiplicam-se resultados, e é mais inteligente.



**O TABAGISMO, O SEDENTARISMO,  
A HIPERTENSÃO E A OBESIDADE  
SÃO AS MAIORES CAUSAS  
DAS DOENÇAS CARDIOVASCULARES.**

*Aspectos como esses aumentam o risco de infarto e outros problemas cardíacos.  
Por isso, não hesite em procurar seu cardiologista.*

Saiba mais em [www.hospitalmoinhos.org.br/cardiologia](http://www.hospitalmoinhos.org.br/cardiologia)



**HOSPITAL  
MOINHOS DE VENTO**

85 anos