

# O PARADIGMA DO CHOOSING WISELY

## The choosing wisely paradigm

Luís Cláudio Lemos Correia\*

Escola Baiana de Medicina e Saúde Pública; Hospital São Rafael, Salvador, BA – Brasil.

---

Na história da aviação comercial, quantas vidas foram salvas pelos amarelos coletes salva-vidas? Segundo fontes confiáveis, nunca houve uma vida salva por este aparato. Mas então, por que as empresas aéreas continuam a investir nisso? A resposta está na necessidade de gerar “segurança perceptível”, mesmo que a percepção não tenha relação com “segurança real”. Assim, não nos surpreende que recebemos instruções de como usar o colete antes da decolagem de voos que não sobrevoam a água.

No exemplo dos coletes, os passageiros não sofrem prejuízo. Por outro lado, vários atos médicos que geram “segurança perceptível” reduzem a “segurança real”. Em geral, não estamos atentos na diferença entre “segurança perceptível” e “segurança real”.

Médicos são tomadores de decisões em circunstâncias incertas. Decisões sábias (wise) aumentam a probabilidade de sucesso em nosso intuito primário: proporcionar algum tipo de benefício clínico, reduzindo consequências negativas não intencionais. No entanto, um obstáculo natural à “sabedoria” é que frequentemente esta não é acompanhada pela lógica do senso comum. Esta lógica é a responsável pelo excesso de atos fúteis em medicina, que (surpreendentemente) não trazem benefício concreto, restando ao clientes desfrutar dos prejuízos não intencionais.

Foi desta percepção que os americanos criaram a campanha Choosing Wisely em 2012, hoje difundida por diversos países. Nesta campanha, solicitou-se a cada especialidade que pontuassem 5 atos médicos que deveriam ser evitados de rotina. Isso é uma mudança de paradigma, pois normalmente médico pensa no que fazer, esquecendo o que não deve fazer. Surge a ênfase ao paradigma do “less is more” (menos é mais).

Observem em alguns exemplos (<http://www.choosingwisely.org>) como as recomendações fogem ao senso comum, embora sejam corretas e embasadas em evidências: evitar PSA ou toque retal de rotina

---

em homens assintomáticos (não reduz mortalidade), evitar ressonância magnética em indivíduos com dor lombar recente (esperem passar), evitar eletrocardiograma anual, teste de esforço ou Rx de tórax na ausência de contexto clínico, não realizar tomografia em crianças com trauma de crânio leve (radiação), não dosar vitamina D em indivíduos com baixo risco nutricional (overtreatment) e por ai vai.

Choosing Wisely não tem intuito de proibir condutas ou cercear o pensamento médico. Choosing Wisely tem o objetivo primordial de promover reflexão no sentido do “menos é mais”, paradigma que tem várias aplicações em medicina. Esta reflexão deve estimular o diálogo de médicos e pacientes, integrar a sociedade, imprensa e provedores de saúde na discussão.

Nossos clientes são inteligentes e capazes de nos ajudar a refletir, por exemplo, se rastrear câncer de próstata faz sentido, considerando que não reduz mortalidade e deixa alguns impotentes ou incontinentes. Devemos abandonar a medicina paternalista e entender que decisões médicas se tornam mais sábias quando refletimos ao lado de nossos clientes, que devem ser apresentados à realidade das evidências.

O Choosing Wisely chegou ao Brasil em 2015, com iniciativas de algumas sociedades médicas. Na Bahia, de forma pioneira o Hospital São Rafael é o primeiro centro brasileiro a lançar seu próprio Choosing Wisely com participação de seu corpo clínico, enquanto a Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública é a primeira faculdade no Brasil a iniciar o processo com seus professores e alunos.

Sabedoria não é o mesmo que lógica. Lógica serve para gerar hipóteses, que precisam ser testadas por estudos bem delineados. Sabedoria requer humildade de reconhecer nossas incertezas e fazer escolhas baseadas em evidências científicas, deixando nossas crenças pessoais no segundo plano.

---

\*Correspondência para/ Correspondence to:  
Luís Cláudio Lemos Correia, e-mail: [lccorreia@cardiol.br](mailto:lccorreia@cardiol.br)