

SLOW MEDICINE: O RESGATE DO TEMPO E DA CENTRALIDADE DO PACIENTE NA ERA DA EFICIÊNCIA

Fábio Galatti Marchiori¹, Bruna Ferraz Bindella², Beatriz Zanardo Cunha³, Bianca Trindade Rodrigues⁴, Araré de Carvalho Júnior⁵

marchiori123456789@gmail.com

Introdução: Nas últimas décadas, a prática médica tem sido marcada por um modelo centrado na produtividade, no uso crescente de tecnologias e na aceleração dos atendimentos. Esse cenário tem contribuído para a fragmentação do cuidado e para a realização de intervenções nem sempre necessárias, afastando a medicina de uma abordagem mais humana e centrada no paciente. Nesse contexto, surge o movimento Slow Medicine, propondo uma reflexão sobre o tempo, a escuta e a qualidade do cuidado. **Objetivo:** Discutir os princípios da Slow Medicine e sua relevância como alternativa ao modelo biomédico tradicional, destacando seu papel na humanização da prática médica e na racionalização das intervenções em saúde. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada por meio de busca em bases de dados científicas, como PubMed e Google Scholar, utilizando descritores relacionados à Slow Medicine, humanização do cuidado e prática médica. **Resultados:** A Slow Medicine propõe uma prática baseada em três pilares fundamentais: sobriedade, respeito e equidade. Essa abordagem valoriza o tempo na consulta, a escuta qualificada e a tomada de decisão compartilhada, em contraposição ao modelo centrado na rapidez e no excesso de intervenções. Observa-se que a adoção desses princípios está associada à redução de exames e tratamentos desnecessários, maior adesão terapêutica e melhora na satisfação de pacientes e profissionais. Entre os principais problemas relacionados ao modelo atual, destacam-se intervenções excessivas em condições que poderiam ser conduzidas de forma mais criteriosa, além do risco de atraso na identificação de situações clínicas complexas. Iniciativas como o Choosing Wisely reforçam a aplicação prática desses princípios ao desencorajar condutas de baixo valor e incentivar decisões mais conscientes e centradas no paciente. **Conclusão:** A Slow Medicine representa uma mudança de paradigma na prática médica contemporânea, ao propor um equilíbrio entre tecnologia, evidência científica e humanização. O resgate do tempo e da escuta qualificada mostra-se essencial para um cuidado mais ético, eficaz e centrado no paciente, especialmente diante dos desafios impostos pela medicina moderna.

Palavras-chave: Slow medicine, Cuidado humanizado, Cuidado centrado no paciente.

Área temática: Temas livres em Medicina