



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS

**Narrativa crítico-reflexiva:
Seis anos de Medicina UFSCar**

Camila Marino Sorgi

Orientadora: Profa. Dra. Meliza Goi Roscani

São Carlos– SP

2020

Trabalho de conclusão do curso apresentado à Coordenação do Curso de Medicina da Universidade Federal de São Carlos como parte das exigências para obtenção do título de Médico (Lei 1.3270/16).

Aos meus pais,
Meus maiores incentivadores.
Pelas asas, mas também pelo aconchego do ninho.

AGRADECIMENTOS

Aos pacientes,

Por permitirem que eu conhecesse suas histórias, tocasse seus corpos, ouvisse seus corações e aprende-se com eles. Obrigada pela paciência do atendimento demorado, das perguntas repetidas e dos exames desajeitados. Tudo isso foi imprescindível para eu me tornar médica.

Aos meus mestres,

Obrigada por tanto. Obrigada por acreditarem no ensino e serem protagonistas dele. Obrigada por abdicarem de tanto privilégios que nossa profissão pode proporcionar, para estar conosco nos postos de saúde apertados, nas enfermarias quentes e nas discussões em que muitas vezes vocês, com todo conhecimento, ficam em silêncio para nos ouvir tentar, discutir, errar e aprender.

É lindo e inspirador ver vocês ensinando. Ver médicos especialistas, estudiosos, pesquisadores, indo conosco até o leito de um paciente para fazer um exame físico. Olhando para os familiares dos pacientes e oferecendo conforto, explicando de forma simples, com amor e segurança o que está acontecendo. Não existe exemplo mais lindo.

Obrigada por segurarem nossas mãos, por se dedicar ao ensino e por acreditar em nós.

Ao meu grupo de internato,

Sem vocês essa jornada não seria tão prazerosa e leve. Vocês são conforto, equilíbrio, são abraços calorosos nos momentos mais difíceis da graduação. Eu costumo dizer que tenho sorte, pois não consigo explicar de outra forma a gratidão que sinto por ter vocês. Obrigada pelo caminho até aqui, que ele continue florido assim.

As mulheres amigas da minha vida,

Obrigada por me ensinarem tanto: a me amar mais, a aceitar quem sou e a valorizar minha jornada. Vocês me ajudam a desconstruir preconceitos enraizados – isso é essencial para a profissional que desejo ser.

À Espiritualidade,

Para onde corro e para quem peço proteção nas situações mais difíceis. É o que permite que eu esteja aqui, o que me protege e mantém energizada. É o que sinto ao fechar os olhos.

Aos meus pais,

Dediquei essa narrativa a vocês, pois só agradecer não é suficiente. Agradeço por me ensinarem a não desistir, por permitirem que eu escolhesse meu caminho, por me darem força e me apoiarem em todos os momentos desse percurso. Eu tenho orgulho da minha caminhada e isso se deve aos ensinamentos que recebi em casa. Minha eterna gratidão.

“Vou mostrando como sou
E vou sendo como posso
Jogando meu corpo no mundo
Andando por todos os cantos
E pela lei natural dos encontros
Eu deixo e recebo um tanto”

Mistério do Planeta, canção de Novos Baianos

Antônio Pires / Luiz Galvão

SUMÁRIO

Reflexão “Por que medicina?”	8
Primeiro Ciclo	9
Segundo Ciclo	11
Terceiro Ciclo	13
Atividades Extracurriculares	17
Estágios Eletivos	21
Além da Graduação	23
Conclusão: o fim desse ciclo	27

REFLEXÃO: POR QUE MEDICINA?

Vou iniciar essa narrativa pela pergunta que ouvi por muitos anos e as vezes ainda sou escuto: Você sempre quis fazer medicina??

Bom, eu não me lembro o dia exato em que decidi fazer medicina, não tenho familiares médicos e na infância não tive nenhuma referência importante da área, mas tenho memórias antigas de ter essa certeza dentro de mim.

Antes disso, cheguei a me imaginar sendo bióloga e trabalhando em praias com proteção às tartarugas, mas com o tempo fui me desligando dessa ideia e ficando mais certa sobre a Medicina.

O processo de passar no vestibular não foi dos mais tranquilos. Desde o início do ensino médio eu me dedicava para esse objetivo e sofria muito a cada ano de vestibular, considerava-me fracassada por estar naquela situação. Pensei várias vezes que a medicina não era pra mim. Depois de 3 anos de cursinho regados a muito choro e certamente muito amadurecimento, eu passei na UFSCar.

Porque UFSCar? Nem mesmo eu sei. Nos últimos 3 minutos de escolha de faculdade do ENEM resolvi colocar aqui, sem conhecer ninguém, o método ou a cidade. No dia seguinte, recebi a aprovação.

PRIMEIRO CICLO

O primeiro ano. Bom, começando pelo óbvio, eu estava absurdamente aliviada e feliz por ter passado, mas logo que conheci a metodologia ativa, fiquei bem assustada. Lembro-me do dia em que descobri que eu não teria aulas de anatomia – eu acreditei por alguns dias que a informação fazia parte do trote dos veteranos.

Meu perfil de aprendizado era mais tradicional, eu sempre gostei muito de aulas, então me adaptar com a inexistência delas, além de difícil, me assustava muito. Passei o primeiro semestre sofrendo por isso, chorei muito e pensei diversas vezes em largar o curso e voltar para o cursinho. Foi nesse momento que fiz meu primeiro amigo de verdade no curso (Caio, é você), o quanto eu chorei conversando com ele não está escrito.

Eu cheguei a passar em outra universidade, a UFMG em Belo Horizonte. Conversei muito com veteranos, minha família, fui para BH fazer minha matrícula, procurar apartamento para morar, mas, no último segundo do último dia (literalmente) eu desisti. Sem qualquer explicação racional senti que meu lugar era a UFSCar, e eu decidi que seguiria minha intuição (sou esse tipo de pessoa) e aprenderia a viver em São Carlos. Certamente essa foi minha melhor decisão.

A partir do segundo ano, tudo ficou mais claro e simples para mim. Quando me permiti viver o curso e fazer amizades aqui, tudo foi se desenvolvendo da melhor forma. Foi também no segundo ano que fiz meu primeiro estágio eletivo. Que experiência incrível! Mas calma, as eletivas terão um capítulo só delas.

No primeiro ciclo, nossas atividades são basicamente a Situação Problema, Estação de Simulação e a Prática Profissional, que começa bem tímida no primeiro ano, mas faz toda diferença ao longo do curso.

A **Situação Problema** me trouxe o grande desafio de realizar síntese do meu estudo e falar no meio de tantas outras pessoas. Foi um desafio para minha

insegurança e para o meu perfeccionismo, que me impedia – e, muitas vezes, ainda impede - de me posicionar ou participar da discussão como gostaria.

Na **Estação de Simulação** aprendemos com atores aquilo que faremos na prática. Lembro-me exatamente da minha primeira simulação. Eu e minha colega batendo na porta, o ator, nossa conversa curta e superficial sendo observada pelo olhar penetrante da professora. Lembro de olhar aquilo e não fazer ideia se um dia conseguiria manter uma conversa eficaz com um paciente.

A **Prática Profissional** foi onde tive meu primeiro contato com um paciente de verdade. Dona C. foi a primeira a me receber, me contar sua história de vida no sofá, me mostrar suas flores e oferecer um café – aliás, foi ali que descobri o quão importante é termos precisão em nossas informações. Dona C., diabética, me dizia que quase não usava açúcar no café. Foi só depois de 3 meses que experimentei a bebida que ela sempre oferecia – doce, muito doce. Aprendi que minhas perguntas deveriam ser o mais objetivas possíveis. Isso pode parecer besteira, mas são esses pequenos conhecimentos que vão internalizando em nós e se tornam automáticos após alguns anos.

Os dois primeiros anos são bem semelhantes, mas é no segundo que os estudos ficam mais interessantes. Discutimos patologias, aprendemos exame físico, abordamos mais ciclos de vida na prática profissional.

Minha experiência na ES foi ótima, foi quando começamos a aprender Exame Físico do paciente. Esse aprendizado certamente é um marco. É quando senti que realmente estava fazendo medicina. Lembro-me de ficar repassando todo exame físico na mente, treinar com meus colegas, e me desesperar nas ES pensando que 30 minutos não seriam suficientes para uma anamnese e exame físico completos. É muito incrível lembrar disso tudo hoje, no sexto ano, e ver como tudo tem seu tempo e momento certo para se tornar natural.

Infelizmente, meu grupo de Prática Profissional passou por diversos problemas. Passamos praticamente o ano inteiro sem uma Unidade de Saúde da Família, fato que prejudicou muito nosso aprendizado comparado aos outros alunos da turma. A boa notícia é que com o tempo essas falhas são corrigidas e ficam esquecidas.

SEGUNDO CICLO

Todo começo de ciclo é uma emoção, é quando nos deparamos com o novo e precisamos nos adaptar novamente a um padrão diferente de atividades. O terceiro ano é um marco, particularmente, considero o ano mais difícil da graduação. É quando as SP's passam a fechar e abrir casos no mesmo encontro, e a Prática Profissional se divide em Saúde do Adulto Idoso (SAI), Saúde da Criança (SCr), Saúde da Mulher (SMu) e Saúde da Família e Comunidade (SFC). Dessa forma, nossa responsabilidade aumenta muito e conseqüentemente a quantidade de estudo.

Particularmente, foi um ano complicado para mim. Além do aumento de todas as atividades, foi o ano que eu me comprometi com mais atividades extracurriculares: Gestão geral do centro acadêmico, representação discente da turma, ligas acadêmicas e iniciação científica. Essas atividades junto com a cobrança da graduação exacerbaram sentimentos ansiogênicos e de incompetência em mim. Na época, tive apoio dos meus pais para procurar ajuda profissional. Lembro-me que não larguei as atividades extras porque me sentia responsável em cumprir com o que me propus, mas eu certamente estava bem cansada.

É no **terceiro ano** que nos tornamos responsáveis por realizar a consulta do paciente, escrever no prontuário e passar o caso para o preceptor. É tudo muito novo, é quando nosso raciocínio clínico começa a se formar.

Eu tive a honra e a sorte de ter uma docente incrível orientando meu grupo – Dra. Andreia de Lucca, impossível não a citar aqui. Dessas que exige estudo, porém, ouve nossa história clínica com paciência, nos corrige com carinho, discute cada paciente, ri junto dos nossos equívocos e nos mostra que somos capazes. Os encontros da SAI eram uma das melhores atividades da semana, não há agradecimento suficiente por isso.

Na **Saúde da Criança**, foi onde atendi em consulta de puericultura o primeiro RN. Fazer os reflexos em um bebê pela primeira vez e, morrendo de

medo, tirar as mãos dos pequenos para pesá-los é realmente desesperador, mas, mais uma vez fui muito bem orientada e amparada pela preceptora Patrícia e pelo professor Bento que com toda sua aparência de marrento e bravo, é um médico e professor doce e exemplar.

A **Saúde da Mulher** também foi um universo totalmente novo para mim. A anamnese e o exame ginecológicos envolvem a necessidade de vencermos nossos próprios tabus. Perguntas sobre sexo, dores, incômodos. Entender o possível desconforto da paciente e se esforçar para deixá-la o mais confortável possível numa coleta de citopatológico são dificuldades e aprendizados que a prática nos proporciona e que vai além do ensino teórico. Por sorte, tive o amparo das professoras Fernanda Callegari, no terceiro ano e Maristela Carbol, no quarto ano. Mulheres incríveis que nos deixaram confortáveis e ensinaram com simplicidade a arte do cuidado a mulher.

Na **Saúde da Família** também foi um ano importante para mim. Foi a primeira vez que meu grupo teve uma atividade mais estruturada na Unidade de Saúde da Família. Os anos anteriores tinham nos deixado com um déficit importante quando comparado aos outros grupos. No terceiro ano, aprendi e utilizei ferramentas próprias da área, além disso, tive discussões muito importantes que amadureceram meu olhar para o paciente em sua totalidade.

Academicamente, o quarto ano é muito semelhante ao terceiro. Torna-se mais fácil, pois já estamos acostumados com o ritmo do terceiro ano. É um ano de amadurecimento para o internato, mas não trouxe muitas novidades.

TERCEIRO CICLO

O internato é um período incrível. Foi quando me senti mais perto daquilo que amo fazer. O contato com os pacientes, as discussões de casos, as horas no hospital que me deixavam cansada, mas cada vez mais feliz de fazer o que faço.

É o momento que mais temos professores inspiradores. Desses que olhamos e queremos tanto ser pelo menos uma pequena parcela como eles. Além disso, é o momento em que estamos mais próximos dos nossos colegas de internato. Eu tive toda sorte do mundo de ter amigos que me acompanharam durante toda graduação e foram os melhores colegas de internato que eu poderia ter. No nosso grupo nunca houve competição entre nós, sempre existiu parceria, ajuda mútua e muito carinho. Eu não tenho palavras pra agradecer o quanto eles fizeram – e ainda fazem - minha vida leve e feliz. Isso, sem dúvida, fez meu internato ser um período inesquecível.

Bom, vamos lá. Comecei o internato pela **Clínica Médica** – admito que foi um susto, porém o melhor estágio da graduação. A primeira semana foi um fluxo enorme de informações, lembro que a cada dia que saía do hospital eu sentia mais necessidade e vontade de estudar, para ser um pouquinho como aqueles médicos incríveis que eu via e para um dia poder fazer o melhor para meu paciente. Aliás, foi a primeira vez que me senti responsável de verdade pelos pacientes. Foi quando percebi que meu exame e meu estudo precisavam ser os melhores possíveis, porque eu era ouvida nas discussões, então precisava fazer meu melhor poder somar na discussão dos pacientes. Me senti insegura e insuficiente diversas vezes. Afinal, meu grupo de internato é quase totalmente formado por clínicos e era muito difícil para mim – na minha eterna autocobrança - me comparar a eles e tentar ser tão boa quanto. Hoje, sem me criticar tanto, consigo olhar para aquele período e ver como meu aprendizado de clínica foi exponencial.

Após essas sete semanas intensas, fomos para a **Cirurgia**. Cirurgia é aquele assunto que eu nunca soube, o pouco que acompanhei tinha sido em estágio eletivo, então todo assunto era novidade. Acho que a parte mais marcante desse estágio para mim foram as aulas de ATLS - colocadas em prática durante os plantões do SMU e a aproximação com a cirurgia vascular. Quase todas as cirurgias de emergência que entrei foram de vascular, eu fiquei encantada com todas elas, com a adrenalina que elas me proporcionavam. Junto a isso, tivemos o ambulatório de vascular com o Dr. Michel – preciso cita-lo, pois para mim e para o meu grupo, ele foi um professor incrível. Ele nos acolheu com muito carinho, como um padrinho mesmo. É aquela pessoa que gosta dos alunos, confia em nós e quer nos oferecer o melhor serviço para ensino.

Nosso próximo estágio foi **Saúde da Família, Saúde Coletiva e Saúde Mental**. Fico bem triste em dizer isso, mas a única parte que realmente aproveitei e aprendi foi Saúde Mental, com o Dr. Jair. Foram 14 semanas atendendo em Unidade de Saúde da Família, mas com poucas discussões teóricas realmente boas. Saúde Coletiva por exemplo, é um tema inexistente no estágio. Foi um estágio muito decepcionante para mim, fui avaliada de forma pouco objetiva e cheguei a ter medo de reprovar por docentes que nitidamente misturam questões pessoais com as relacionadas ao ensino. É triste dizer isso, mas foi um período de pouco estímulo ao estudo. Particularmente, acho que ganharíamos muito no curso dividindo a Saúde Mental dessas outras áreas. O ambulatório de Saúde Mental realizado na USE foi incrível, tivemos o auxílio de psiquiatras ótimas, que não são da rede pública, mas que iam no ambulatório para discutir temas, ensinar e atender conosco – um agradecimento especial às Dras. Karina Antonialli e Ana Teresa.

Após isso, fomos para a **Pediatria**. Que loucura lembrar desse estágio agora, no fim do curso. Eu tinha tanto medo examinar um RN, eram tantas informações diferentes para passar um caso, necessário toda atenção aos detalhes. Foi um estágio marcado pelos preceptores maravilhosos e por neonatologistas que inspiram. Médicos (majoritariamente, médicas) que acolhem as mães, explicam com amor e estudam constantemente para oferecer o melhor aos pequenos. Eu não quero fazer pediatria, mas é impossível não se encantar por essas profissionais e por esse estágio.

Para finalizar o ano, fomos para a **Obstetrícia**. Ir para maternidade sem os docentes que sempre ouvimos falar serem incríveis foi um pouco triste, mas nem por isso deixei de aprender muito nesse estágio. O Prof. Humberto, mesmo ficando apenas na parte teórica, nos deixou apaixonados pelo ensino. Ele é criativo, esforçado, tem uma inteligência e sensatez que inspiram. Ele não se cansa de mudar as formas de explicar até que todos entendam, ele sabe até onde exigir de nós e a partir de onde assumir a explicação. É inexplicável o quanto aprendi e o quanto ainda revisito meus estudos desse estágio quanto tenho qualquer dúvida.

A obstetrícia me encanta, mas terminei o quinto ano muito em dúvida se era isso mesmo que eu gostaria de fazer. Porém, acabei com a certeza de que definitivamente não sou uma pessoa da clínica médica.

O **sexto ano** nos pegou de surpresa. Começamos animados e cheios de planos. Lembro da emoção que senti ao pensar que esse ano me formaria e seria sexto ano nas festas, competições. Todo encontro de turma teria um gostinho de último. Bom, após 4 semanas veio a Pandemia: não acreditei que parariamos até a reunião de internato naquela segunda feira, quando vi docentes dizendo que não havia condição de continuarmos. Meu corpo afundou na cadeira. Porém, eu acreditei que isso duraria pouco, que logo estaríamos de novo no hospital, nas competições e encontros de turma.

Os dias em casa foram muito difíceis e angustiantes. Achei muito ruim a coordenação ter deixado tanta coisa em nossas mãos, coisas como ficar fazendo lista de quem voltaria e quem não voltaria. Na maioria das universidades as decisões foram resolvidas na coordenação e passadas aos alunos. Aqui na UFSCar muita coisa ficou sendo discutida entre nós, o que gerou muita discussão e indisposição entre nossa turma.

No segundo mês em casa, o Programa Brasil Conta Comigo foi um respiro para nós. Voltar ao hospital me deu energia de novo, principalmente sendo o nosso HU. Ver profissionais, os pacientes, sentir que eu estava fazendo algo de útil, fazendo o que eu amo fazer. Literalmente, fez eu me sentir viva novamente. O Programa me trouxe muito aprendizado, principalmente em emergências. Devido a pandemia, pude participar do atendimento de casos graves, muito mais

que do ano anterior; senti a confiança dos preceptores do Pronto Atendimento em mim. Além disso, consegui fazer procedimentos que no meu quinto ano inteiro eu não tinha conseguido, foi um momento de muito crescimento na graduação.

Eu não tenho palavras pra agradecer a todos as docentes que se dedicaram para essa volta do internato acontecer. Eu tenho medo de citar nomes e deixar alguém importante de fora, mas vocês foram mais do que docentes, foram mulheres incríveis que lutaram por nós como podiam e bem mais do que imaginei ser possível. O carinho e a dedicação de vocês fizeram eu me sentir acolhida e abraçada, em um momento que os abraços não eram (e ainda não são) permitidos.

AS ATIVIDADES EXTRACURRICULARES

Essa é uma das partes mais importantes da graduação. É o que fica nas lembranças, o que nos faz dar risada e sentir saudades da faculdade.

Sempre gostei de me envolver no que faço, durante a graduação participei do **Centro Acadêmico**, fui **Coordenação da CLEV**, ajudei a **criar a Liga acadêmica de Neurologia**, fui **Representante discente de departamento**, fiz **Projeto de extensão**, **Iniciação científica**, **Intercâmbio** e **Monitoria de obstetrícia**.

Esportes e Atlético

Bom, eu nunca fui alguém dos esportes coletivos, tanto que demorei para praticar um esporte na faculdade, mas hoje só tenho a agradecer por ter participado desses momentos.

O esporte que me mantive durante a graduação foi o Basquete – foi onde fiz grandes amigas e colegas de time, um lugar que eu me senti sempre bem-vinda. Embora eu não fosse uma grande atleta (posso me definir como esforçada), o esporte foi muito importante para mim. A quadra é um lugar que eu nunca tive afinidade, então eu, extremamente autocrítica, me expor num campo tão desconhecido foi extremamente importante para meu amadurecimento.

Pela Medicina UFSCar, eu cheguei a competir no atletismo com faculdades que treinavam diariamente. Aprendi a pular de ponta durante uma competição de natação, minutos antes da prova e na frente de 4 faculdades ao som de muitos risos. E é incrível como tudo isso foi feito com muita diversão, sem nenhum julgamento. A ideia que o importante é participar, treinar, estar presente para o time e pela medicina, faz toda diferença.

Sobre as competições, só tenho boas lembranças. As viagens de ônibus, os alojamentos, a ansiedade de jogar e animação da torcida, que aliás, sempre foi meu esporte preferido – preciso dizer que sou ótima em liderar a torcida.

Centro Acadêmico de Medicina Sérgio Arouca

Fiz parte do centro acadêmico por dois anos, durante meu segundo e terceiro ano da graduação. Comecei como Coordenadora de Comunicação e Imprensa e no outro ano assumi o cargo de Coordenação Geral e Financeiro. O CA me trouxe muito aprendizado, sobre como a graduação funcionava, sobre o movimento estudantil e me ensinou a ser forte com as críticas dos outros estudantes. Eu tive momentos bem difíceis no CA, eu tinha muita dificuldade de colocar minha opinião com racionalidade e conviver com ofensas e até retaliações de estudantes que era contra qualquer ação do Centro Acadêmico.

Acredito que tudo é aprendizado para nós e eu tenho muito orgulho de ter participado do movimento estudantil, ter me mantido firme no que acredito e mesmo assim participar de todas as outras atividades que a graduação me ofereceu.

Intercâmbio pela DENEM

Sem dúvidas, uma das melhores experiências da minha vida. O intercâmbio para mim foi uma conquista, algo que eu já sonhava em fazer antes da graduação e me dediquei para conseguir desde o primeiro ano que entrei na UFSCar

Fiz estágio de pesquisa por 4 semanas na **Università degli studi di Pavia**, na cidade de Pavia, Na Itália. Essa é uma das faculdades de medicina

mais antigas e tradicionais da Itália, lembro da minha alegria ao conseguir esse estágio: foi uma felicidade sem tamanho, eu morria de medo de algo dar errado e eu não conseguir ir.

Bom, deu certo e foi incrível. Foi a primeira vez que sai do país, ir sozinha, conhecer um serviço médico e de pesquisa diferente do nosso, me comunicar em outro idioma, viajar e fazer amigos. Lembrar desse período me faz sorrir muito ainda hoje. Sou eternamente grata por essa oportunidade.

Projeto de Extensão e Iniciação Científica

Ter publicações de artigos em revistas, é um objetivo que muitos de nós temos na faculdade, considero essa, uma das atividades mais gratificantes e importantes que participei.

É difícil escrever sobre isso sem agradecer imensamente à Prof. Maristela Carbol. Ela foi a docente que me acolheu e acreditou em mim, me orientou nos projetos acadêmicos e, mesmo sem a intenção, me ajudou a encontrar meu caminho na medicina.

No segundo ano da graduação eu estava em busca de um professor que aceitasse realizar iniciação científica comigo. Vi a oportunidade de participar de um projeto de extensão com a Prof. Maristela. Participei da seleção proposta, e lembro exatamente do momento em que li o e-mail dela me aceitando. Fiquei tão feliz! A proposta envolvia trabalhar com ações educativas no planejamento reprodutivo da cidade; eu trabalhei diretamente com pacientes do Centro de Especialidades (CEME) e aprendi muito sobre métodos contraceptivos e as leis que regem o planejamento reprodutivo no Brasil. Foi uma experiência ótima e muito importante para mim! Foi meu primeiro contato com termos de consentimento (TCLE), elaboração de questionários, coleta e análise de dados.

Após esse ano, a Maristela aceitou trabalhar comigo em uma iniciação científica; sentamos juntas e pensamos em um tema e em um objetivo para

iniciamos o projeto. Trabalhar com a Maris foi uma experiência maravilhosa. Ela permitiu que eu escrevesse o trabalho, me corrigiu, orientou e ensinou sempre com muita paciência. Foi um processo trabalhoso, mas tranquilo e prazeroso graças a ela. Conseguimos uma bolsa de pesquisa e, dois anos depois, nosso trabalho foi publicado na Revista Medicina da USP RP, com o título “Conhecimentos, atitudes e práticas de universitárias em relação aos métodos contraceptivos de longa duração (LARC)”. Além desse, participei como segunda autora de um trabalho publicado na “Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade”, também pela coordenação da Prof. Maristela.

ESTÁGIOS ELETIVOS

Esse assunto merece um capítulo só dele, afinal considero que as eletivas são atividades que fazem toda diferença em nossa graduação.

Eu sempre achei incrível podermos conhecer outros serviços e outras universidades através das eletivas. Por isso, sempre me esforcei para fazer estágios em outras instituições e cidades, pois penso que o mais interessante da proposta é vivenciarmos algo diferente da nossa graduação.

Eu tive experiências de aprendizado maravilhosas e, a maioria delas, sem dúvidas foi no HC da UNESP Botucatu. Nesse serviço, fiz estágio de Patologia Clínica, Clínica Médica, Pediatria e Obstetrícia. Sempre fui muito bem recebida pelos profissionais e pelos alunos, fiz amigos extremamente queridos e aprendi muito com os docentes e chefes de lá. Lembro muito do meu estágio de Clínica Médica no meu terceiro ano. Eu fiquei encantada. As discussões de enfermagem eram incríveis, lembro que eu saía das visitas querendo estudar e aprender tudo que fosse possível naquele estágio. Na prática, foi onde aprendi a fazer gasometria, participei da minha primeira parada cardíaca e aprendi sobre ultrassom fast pela primeira vez. Só tenho boas lembranças desses estágios.

Outro estágio que me marcou muito foi o de Anestesiologia no HC Ribeirão Preto. Foi o único estágio que fiz em Ribeirão e sem dúvidas, um dos melhores estágios que fiz na graduação. Fui muito bem recebida e aprendi muito com anestesistas incríveis. Meu aprendizado foi muito além de intubação e realização de procedimentos: acompanhei pacientes do pré ao pós operatório, aprendi sobre ventilação mecânica, pude assistir cirurgias das mais diversas, desde as de face até cirurgias de grande porte como as cardíacas. Foi uma experiência incrível!

Particularmente, acho que o único problema das eletivas é que elas não são tão fáceis de conseguir, além de exigir de nós um gasto pessoal importante. Além disso, cada vez mais os serviços estão se fechando e aceitando menos alunos de fora. Penso que, por ser uma atividade obrigatória, seria interessante

termos mais opções oferecidas pela UFSCar, pois a tentativa de conseguir eletivas é sempre uma grande preocupação para nós, alunos.

ALÉM DA GRADUAÇÃO

É impossível pensar em tantos anos de graduação e não falar sobre tudo que vivi junto com minha turma. Nós já nos divertimos e discutimos muito, criamos laços, nos afastamos por vezes, mas eu certamente não gostaria de fazer parte de outra turma que não fosse a X.

Nós já passamos por muita coisa juntos, desde ficar sem prática por um ano inteiro (salve, Rejeitados da RP) até situações muito difíceis como perdemos um colega muito amado e recebermos a notícia da doença de uma amiga no meio de uma pandemia que fez o mundo parar. Todas as dificuldades e tudo de bonito que vivemos, faz nosso amor e admiração crescer um pelo outro. Eu tenho muito orgulho de dizer que acredito muito em nós e que nossa turma é muito mais do que medíocre (Turma X entenderá rsrs).

Sabe, nós começamos o internato com uma das piores notícias que poderíamos receber - nosso amigo de turma, o Ivan, havia falecido. Sabe aquela notícia que lemos uma vez, duas, três... daquela que não conseguimos assimilar. Eu estava fazendo eletiva de cirurgia geral no Hospital do Servidor, em SP. Estava no intervalo das cirurgias quando olhei as mensagens do celular. Lembro de me sentir sem chão, de falar pro residente o que tinha acontecido, mas dizer que estava tudo bem. Eu não tinha entendido ainda e demorei pra entender. A turma precisava de representantes para ir no velório e só eu e minha colega estávamos em São Paulo - eu não sou de São Paulo, essa era a única eletiva que escolhi fazer lá. Eu não sei explicar a sensação que senti de estar indo no velório de uma pessoa tão querida para todos.

Esse dia, sem dúvidas, foi um dos mais difíceis de minha vida. Eu e a Rafa (hoje, minha maior parceira da graduação) precisámos escolher uma coroa de flores. Fomos antes de vê-lo, porque depois, eu sabia que não iria conseguir: “Como vocês querem a coroa? Temos vários modelos. Que cor vocês acham bonita?” – e existe coroa de flor bonita? Eu me senti tão culpada... parecia que

eu estava escolhendo uma roupa, sabe? Pedimos pelas mais claras, amarela com branca, e na hora de escrever a mensagem, optamos pelo que veio em minha mente primeiro: “Para sempre nosso Fiote, Turma X.”

Todo velório é difícil, mas o Fiote ali, com a bata verde e dourada da medicina é uma lembrança que dói demais. É difícil falar de uma pessoa tão amada quanto ele, alguém que era festa, risada, doçura. Existe um sentimento de culpa, sabe? O que mais poderíamos ter feito para ajudá-lo? Qual foi a última vez que perguntei como ele estava? Tudo isso ainda dói demais. Escrever sobre isso ainda é sentir muito.

Na verdade, a Saúde Mental dos estudantes é um assunto muito negligenciado em nosso curso e na nossa universidade. O índice de suicídio em estudantes de medicina é maior do que na população em geral. As grandes universidades de nosso estado possuem programas de abordagem de saúde mental para os estudantes de medicina. É bem triste ver um curso como o nosso, que prega insistentemente sobre abordagem biopsicossocial do paciente e valoriza tanto medicina baseada em evidência deixar nós, alunos, sem apoio nenhum.

Nossa turma foi marcada por vários casos de saúde mental. Tivemos histórias marcantes nos primeiros anos, ficamos até taxados por um período devido isso. Uma ajuda formal nunca existiu. A morte do Ivan, ocorreu 3 meses após a morte de outro colega querido, um ano mais novo no curso. É claro que algo estava errado, que os alunos não estavam bem passando por isso, mas as coisas são resolvidas sempre de forma insuficiente.

Lembro-me de entrar em contato com docentes envolvidos em um projeto de saúde mental e conversar sobre essa questão, mostrar como a partir do terceiro ano da medicina, o uso de antidepressivos sem acompanhamento de profissionais era enorme. Quase todos os alunos chegam a usar alguma medicação por conta, conseguem a receita com alguém. E não estão errados, sabe? O valor de uma consulta de psiquiatria e o acompanhamento com terapeuta é um tratamento bem caro. Inviável para a maioria dos alunos que estão em uma universidade pública, principalmente se lembrarmos que 50% dos estudantes atuais são provenientes de ações afirmativas - importante lembrar

que em nossa cidade, atualmente, não há psiquiatras pelo SUS. Atividades como esporte, arte, conselhos ajudam. Mas não são suficientes em diversos casos.

Enfim, a coordenação do nosso curso deixa muito a desejar nesse quesito. Acredito ser uma questão que deveria ter mais importância em nosso curso.

Nesse ano de 2020, nossa turma enfrentou – e ainda enfrenta – os medos e as incertezas da Pandemia. A parada do internato, a insegurança sobre a volta e mais do que isso, a insegurança do que estava acontecendo com o mundo. O sexto ano é um momento que esperamos muito, é emocionante colocar a capa, conversar com os bixos, sentir que o ciclo está se encerrando, se despedir de tudo e aguardar nossa formatura que sonhamos e planejamos desde nosso primeiro ano. Tudo isso precisou ser modificado com a pandemia.

Além disso, nós ficamos meses sem ver nossos familiares e essa foi uma questão muito difícil para mim. Eu fiquei todo período da pandemia em São Carlos, inicialmente, até as fronteiras para meu estado haviam se fechado. Até o momento em que estou escrevendo essa narrativa, ainda não pude dar um abraço na minha família como gostaria. Existe um sentimento de responsabilização enorme pelo que posso causar na intenção de diminuir minha saudade. Foi durante o isolamento que minha avó faleceu, o que me trouxe mais questionamentos ainda sobre o que é o certo e sobre como devemos agir. Isso aconteceu enquanto eu atendia pacientes covid positivos no Brasil Conta Comigo e, por conta disso e da pandemia, eu não fui visitar minha avó esse ano. Chega ser irônico pensar que não a visitei por conta de sua saúde frágil, mas precisei ir em seu velório para me despedir de uma das pessoas mais marcantes e importantes de minha vida.

Em meio a pandemia, quando tudo parecia já estar caótico o suficiente, nossa amiga de turma recebeu um diagnóstico de uma doença bem invasiva. Mais um daqueles momentos que não acreditamos, sabe? Novamente, a notícia que parece mentira. Foi lindo ver o apoio e carinho de nossos professores. Foi incrível ver a Helô, que com toda força e coragem do mundo nos ensinou o valor da vida, nos mostrou aquilo que realmente importa. A Helô me ajudou a olhar para o agora e realmente vive-lo. Ser paciente e agradecer mais pelo que estou

vivendo. Essas frases podem parecer muito clichê, mas está sendo uma das minhas maiores certezas esse ano. Ver pessoas tão importantes em minha vida e tão semelhantes a mim, em uma situação tão difícil, me fez repensar muita coisa, inclusive meus planos para o próximo ano.

Para finalizar, algo que não posso deixar de enfatizar, é como nossos professores fazem nossa jornada ser mais leve. Esse para mim, é um dos maiores diferenciais da Medicina UFSCar. Sempre os vi como mais do que docentes. São pessoas próximas de nós, que nos acolhem, nos permitem uma intimidade e liberdade que não vejo igual em outras universidades. Imagino que as turmas serem pequenas e a metodologia do curso nos aproxima, mas também sinto que existe um ideal maior em muitos deles: o de fazer esse curso ser bom e dar certo, assim como as universidades de onde eles vieram. Sentir isso é maravilhoso.

CONCLUSÃO: O FIM DESSE CICLO

“Cada coisa tem sua hora e cada hora o seu cuidado”

Rachel de Queiroz

Bom, estou chegando ao fim dessa narrativa e também ao fim de minha graduação. Escrever sobre seis anos não é fácil, principalmente quando esses foram os anos mais importantes da sua vida até o momento.

Às vezes fecho os olhos para conseguir sentir melhor tudo que está acontecendo. É o fechamento de um ciclo, um momento que exige coragem para o novo, paciência para as incertezas e, acima de tudo, gratidão por tudo que vivi.

Em diversos momentos, me vi imersa em incertezas e ansiedade em relação ao próximo ano. Porém, quando paro, me conecto comigo mesma e com esse momento, só consigo agradecer pelo privilégio de me tornar médica, de poder trabalhar com pessoas, conhecer histórias e aprender a cada dia mais com elas. Não sei exatamente como será minha vida ano que vem, mas tenho certeza que estou traçando o caminho que sempre sonhei.