

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS - UFSCAR

MEDICINA

VALESKA CRISTINA TORCIA

POR QUE MEDICINA E POR QUE UFSCAR: UMA RESPOSTA

Relato de experiência no curso de medicina da Universidade Federal de São Carlos

SÃO CARLOS – SP

2023

VALESKA CRISTINA TORCIA

PORQUE MEDICINA E PORQUE UFSCAR: UMA RESPOSTA

Relato de experiência no curso de medicina da Universidade Federal de São Carlos

Trabalho de conclusão de curso apresentado à
Coordenação do Departamento de Medicina da
Universidade Federal de São Carlos, como parte
dos requisitos para obtenção do título de Médica.

Orientador: Prof. Dr. Gustavo Nunes de Oliveira

SÃO CARLOS – SP

2023

FOLHA DE APROVAÇÃO

Assinatura do orientador que avaliou e aprovou o Trabalho de Conclusão de Curso da aluna Valeska Cristina Torcia, e emitiu **conceito satisfatório**:

Prof. Dr. Gustavo Nunes de Oliveira

Instituição: Departamento de Medicina da UFSCar

SÃO CARLOS – SP

2023

DEDICATÓRIA

“No princípio, Deus criou o céu e a terra.” E é a Deus a quem eu primeiro dedico toda a minha formação como ser, pessoa e, agora, médica. A Ele toda a Glória.

Dedico à mulher que me fez forte nesta vida, para todos os poréns que opusessem meu caminho, mulher forte, minha mãe, Maria Cristina.

Para minhas irmãs, companheiras de alegria e segurança na trajetória, Juliana e Manuela.

Para a Lumma, minha primeira sobrinha e melhor amiga de todas as aventuras, inclusive da arte de cuidar, que você cresça imensamente.

Para os meus sobrinhos: Lara, Bruno, Pedro, José e Olívia. Saibam que estarei sempre aqui para cada um, minhas riquezas.

Para cada amigo, professor e preceptor que teve sua jornada entrelaçada à minha, agradeço o amparo e cada troca de conhecimento e alegrias.

Em especial, para o Vinicius. Médico que admirei antes mesmo de se formar, e que desde o primeiro dia me faz brilhar os olhos em ver o “cuidar” de maneira tão genuína.

E para o meu pai. José Beltrando Torcia. Sempre comigo, do começo ao fim.

RESUMO

Neste Trabalho de Conclusão de Curso somos convidados a elaborar de maneira reflexiva nossa experiência como estudantes ao longo da formação em medicina na Universidade Federal de São Carlos (UFSCar). O Curso de Medicina da UFSCar, alinhado às Diretrizes Curriculares Nacionais, enfatiza a formação de médicos generalistas, humanistas e reflexivos. Estabelecido em 2005 por parceria entre a UFSCar e a Prefeitura Municipal de São Carlos, o curso busca promover a expansão da oferta de residências médicas e alocar recursos para infraestrutura e corpo docente. Minha trajetória acadêmica, iniciada com profundo desejo de contribuir para a saúde, foi enriquecedora e desafiadora. A experiência pessoal, incluindo a vivência com a doença do meu pai, fortaleceu meu compromisso com a profissão. Destaco neste trabalho a importância da espiritualidade, apoio psicológico e adaptação às metodologias ativas de ensino, para uma vivência mais frutífera e equilibrada ao longo dos seis anos de formação. A articulação do curso com as Diretrizes Curriculares reflete-se na matriz curricular de seis anos, com ênfase na prática desde o início. Participação em estágios e atividades complementares, como projetos de extensão, proporcionam contato com diversas áreas e profissionais, contribuindo para meu crescimento pessoal e profissional. Destaco a Metodologia Ativa de Ensino, centrada na participação ativa dos estudantes, como diferencial. Superando desafios, a experiência destaca-se pela integração teoria-prática, enfoque em competências e compromisso ético e humanístico. Em resumo, a jornada no curso de Medicina da UFSCar é marcada por uma formação alinhada às exigências da profissão médica, evidenciando aprendizado constante e superação de desafios.

Palavras-chave: Metodologias ativas de aprendizagem. Experiência acadêmica. Formação médica. Espiritualidade. Apoio psicológico. Competências médicas.

ABSTRACT

In this Final Course Work, we are invited to reflect on our experience as students throughout our medical education at the Federal University of São Carlos (UFSCar). The UFSCar Medicine program, aligned with National Curriculum Guidelines, emphasizes the formation of generalist, humanistic, and reflective physicians. Established in 2005 through a partnership between UFSCar and the Municipal Government of São Carlos, the program aims to expand the availability of medical residencies and allocate resources for infrastructure and faculty. My academic journey, initiated with a profound desire to contribute to healthcare, has been both enriching and challenging. Personal experiences, including navigating my father's illness, have strengthened my commitment to the profession. In this work, I underscore the significance of spirituality, psychological support, and adaptation to active teaching methodologies for a more fruitful and balanced experience over the six years of training. The program's alignment with Curriculum Guidelines is reflected in the six-year curriculum, placing a strong emphasis on practical experience from the outset. Participation in internships and complementary activities, such as extension projects, has facilitated exposure to diverse medical fields and professionals, contributing to my personal and professional growth. I highlight the Active Teaching Methodology, centered on students' active participation, as a distinctive feature. Overcoming challenges, the experience stands out for its integration of theory and practice, focus on competencies, and commitment to ethical and humanistic principles. In summary, the journey through UFSCar's Medicine program is characterized by an education aligned with the demands of the medical profession, showcasing continual learning and the resilience to overcome challenges.

Keywords: Active learning methodologies. Academic experience. Medical education. Spirituality. Psychological support. Medical competencies.

LISTA DE SIGLAS

UFSCar – Universidade Federal de São Carlos

DCN – Diretrizes Curriculares Nacionais

PPP – Projeto Político Pedagógico

Famema – Faculdade de Medicina de Marília

UFMS – Universidade Federal do Mato Grosso do Sul

SiSU – Sistema de Seleção Unificada

PBL – Problem Based Learning (aprendizagem baseada em problemas)

LATACP – Liga Acadêmica de Terapia Antálgica e Cuidados Paliativos

MUR – Missão Universidades Renovadas

SAMU – Serviço de Atendimento Médico de Urgência

UBS – Unidade Básica de Saúde

USF – Unidade de Saúde da Família

UTI – Unidade de Terapia Intensiva

TCC – Trabalho de Conclusão de Curso

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 ARTICULAÇÃO DO CURSO DE MEDICINA DA UFSCAR DE ACORDO COM AS DIRETRIZES CURRICULARES NACIONAIS	11
3 RELATO DE EXPERIÊNCIA: POR QUE MEDICINA E POR QUE UFSCAR?	13
4 O CURSO	16
5 MINHA JORNADA NO PRIMEIRO ANO DE MEDICINA: DESAFIOS, AMIZADES E CRESCIMENTO PESSOAL	19
6 MINHA JORNADA NAS ATIVIDADES PRÁTICAS DURANTE OS PRIMEIROS ANOS DE MEDICINA: UM OLHAR SOBRE A ATENÇÃO PRIMÁRIA E AS VISITAS DOMICILIARES	21
7 MINHA EXPERIÊNCIA COM AS ATIVIDADES TEÓRICAS DURANTE OS PRIMEIROS ANOS DE MEDICINA: DESAFIOS, CONFLITOS E CRESCIMENTO COMO MULHER NO AMBIENTE ACADÊMICO ..	23
8 ENFRENTANDO DESAFIOS DURANTE A PANDEMIA: REFLEXÕES SOBRE IDENTIDADE E SUPERANDO MOMENTOS DIFÍCEIS	25
9 TRILHANDO OS ÚLTIMOS ANOS DO CURSO DE MEDICINA: ENTRE DESCOBERTAS, DESAFIOS E A BUSCA PELA ESPECIALIDADE IDEAL	26
10 A RELEVÂNCIA DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO NA FORMAÇÃO MÉDICA NA UFSCAR: UMA ANÁLISE REFLEXIVA E PESSOAL	28
11 CONCLUSÃO	30
12 REFERÊNCIAS	31

1 INTRODUÇÃO

O Curso de Medicina da UFSCar, aprovado em 2005, foi criado a fim de integrar o projeto de expansão da educação superior, em conformidade com as Diretrizes Curriculares Nacionais para a graduação em medicina. Sua criação foi fundamentada na necessidade estratégica das instituições públicas de ensino superior no Brasil, particularmente em regiões do interior, de desempenharem um papel crucial no desenvolvimento do país. Tal decisão foi embasada em resoluções do Conselho Universitário, ofícios do Ministério da Educação e pareceres do Conselho Nacional de Educação. (BRASIL, 2007)

As Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Medicina enfatizam a formação de médicos com um perfil generalista, humanista, crítico e reflexivo, capazes de atuar em diversos níveis de atenção à saúde, com foco na promoção, prevenção, recuperação e reabilitação, visando à integralidade da assistência e à responsabilidade social. (BRASIL, 2014)

Neste sentido, as competências gerais incluem atenção à saúde, tomada de decisões, comunicação, liderança, administração, educação permanente, entre outras. Há também ênfase em competências específicas, como diagnóstico e tratamento de doenças, uso de procedimentos baseados em evidências científicas, consideração de custo-benefício e compreensão dos determinantes sociais da saúde. (BRASIL, 2014)

Para isso, o currículo do curso deve ser construído de forma a incentivar a participação ativa dos alunos na construção do conhecimento e promover a interdisciplinaridade. A formação médica deve ser orientada por valores éticos e humanísticos, e os estudantes devem ser inseridos precocemente em atividades práticas. (BRASIL, 2014)

Seguindo tais premissas, o curso precisa incluir estágios obrigatórios em serviços de saúde, com supervisão dos docentes, além de atividades complementares, como monitorias, iniciação científica e extensão. A implementação das diretrizes deve ser acompanhada e avaliada continuamente, focando nas competências, habilidades e conteúdos curriculares, a fim de garantir uma formação médica adaptável às necessidades da sociedade e do sistema de saúde. (BRASIL, 2014)

O estabelecimento do nosso curso resultou de uma parceria entre a UFSCar e a Prefeitura Municipal de São Carlos, com o objetivo de, a partir da criação de uma Rede Escola de Saúde,

fomentar a expansão da oferta de vagas em programas de residência médica e alocar recursos orçamentários específicos para infraestrutura e corpo docente. O Projeto Político Pedagógico (PPP) do curso, aprovado em 2005, atendia às Diretrizes Curriculares Nacionais e se baseava em três princípios fundamentais: competência como orientação curricular, integração teoria-prática e adesão a uma abordagem educacional construtivista. A formalização da parceria com a rede de serviços de saúde local, por meio de convênios, visou estabelecer as responsabilidades e relações entre as partes envolvidas na formação de profissionais de saúde. O PPP foi objeto de extensas discussões com a comunidade acadêmica da UFSCar e a sociedade local, incluindo aspectos tanto da decisão política de criação do curso quanto da inovação na concepção e organização curricular. É inclusive, ainda hoje, revisado de maneira crítica e esteve nestes últimos anos em processo de reformulação. (BRASIL, 2007)

2 ARTICULAÇÃO DO CURSO DE MEDICINA DA UFSCAR DE ACORDO COM AS DIRETRIZES CURRICULARES NACIONAIS

As Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN) do curso de graduação em Medicina preconizam a formação de médicos com características específicas, incluindo um perfil generalista, humanista, crítico e reflexivo. Esses médicos devem estar aptos a atuar em diversos níveis de atenção à saúde, priorizando aspectos como promoção, prevenção, recuperação e reabilitação, com foco na integralidade da assistência e na responsabilidade social. As competências gerais e específicas, abordadas nas DCN, abrangem áreas como atenção à saúde, tomada de decisões, comunicação, liderança, administração e consideração dos determinantes sociais da saúde. (BRASIL, 2014)

O Curso de Medicina da UFSCar, conforme relatado, foi concebido em consonância com essas Diretrizes Curriculares Nacionais para a graduação em Medicina. A criação do curso foi justificada com base na necessidade estratégica de expandir o ensino superior no interior do Brasil e no papel essencial das instituições públicas nesse processo. Além disso, o projeto enfatiza a importância da construção de um currículo que promova a participação ativa dos alunos na construção do conhecimento, fomente a interdisciplinaridade e priorize valores éticos e humanísticos na formação médica. Esses princípios estão alinhados com as competências e objetivos preconizados pelas DCN, demonstrando o compromisso do curso em oferecer uma educação médica de alta qualidade e relevante para a sociedade e o sistema de saúde. (BRASIL, 2007)

Qualitativamente, o projeto apresenta a matriz curricular do Bacharelado em Medicina na cidade de São Carlos, dividido em seis anos de estudo.

O primeiro ano inclui atividades como a Estação de Simulação da Prática Profissional I, Situação-problema I e Prática Profissional em Saúde da Família e Comunidade I. O segundo ano prossegue com atividades similares, com o acréscimo de Atividade Curricular Complementar I.

No terceiro ano, os alunos participam de Estações de Simulação da Prática Profissional III, Situações-problema III, Prática Profissional em Saúde do Adulto e Idoso I, Saúde da Mulher I e Saúde da Criança I. O quarto ano inclui Estações de Simulação da Prática Profissional IV,

Situações-problema IV e Prática Profissional em Saúde do Adulto e Idoso II, Saúde da Mulher II e Saúde da Criança II.

O quinto ano concentra-se em Prática Profissional em diversas áreas, como Clínica Médica, Cirurgia Geral, Saúde da Mulher, Saúde da Criança, Atenção Primária, Saúde Coletiva e Mental. O sexto e último ano aborda mais práticas em Clínica Médica, Cirurgia Geral, Saúde da Mulher, Saúde da Criança, Medicina Ambulatorial e Atividades Curriculares Complementares IV.

Quantitativamente, o curso oferece 558 créditos em atividades curriculares obrigatórias, somando 8370 horas, com a inclusão de 65 créditos em Atividades Complementares, que totalizam 975 horas. É importante mencionar que o curso está passando por uma reformulação curricular. (BRASIL, 2018)

3 RELATO DE EXPERIÊNCIA: POR QUE MEDICINA E POR QUE UFSCAR?

Minha trajetória acadêmica como estudante de Medicina na UFSCar tem sido uma experiência enriquecedora e desafiadora desde o primeiro dia. A decisão de ingressar nesse curso surgiu do meu profundo desejo de contribuir para a área da saúde e desempenhar um papel significativo na vida das pessoas.

Justifico esse desejo desde as primeiras horas de curso, quando nos foi questionado como atividade reflexiva inicial as perguntas “Por que Medicina?” e “Por que UFSCar?”.

Visto que a atividade converge de maneira a agregar este trabalho também reflexivo quanto minha trajetória, transcrevo abaixo minha resposta:

"Por que medicina?". Uma pergunta que, certamente, muitos de nós já ouvimos ao longo de duros anos de estudo e preparo. Essa semana, em especial, fomos perguntados não por colegas, família ou professores do cursinho, mas sim por nossos professores do tão sonhado curso de medicina da UFSCar.

Respondo, então, como “ex-leiga” e recém matriculada: medicina para mim sempre foi, concomitantemente, um doce sonho e uma dura realidade. Ainda no jardim de infância, não me lembro ao certo minha idade, visitei a universidade da minha irmã, que na época cursava química. Lembro-me de ter visto uma sala mais isolada e perguntado o porquê para ela. Fiquei encantada ao saber que ali haviam peças de corpos humanos mantidas conservadas para o estudo de "Anatomia"! Uma ciência para estudar gente! "Em quais faculdades eu poderia aprender isso?" e ela me explicou que, geralmente, a matéria era voltada para a área da Saúde. Ser médica, então, aflorou daí (e também dos abaixadores de língua com sabor).

Mudei-me para outra cidade aos sete anos, e curiosa fiquei sabendo da faculdade de medicina de lá. O começo do meu Fundamental já foi pensando onde eu queria estudar em um futuro distante (hoje percebo que nem tão distante assim). Na quinta série me rebelei da ideia, queria conhecer outras perspectivas, tomar uma decisão madura, racional e estudada sobre o que seria da minha vida.

Gostava de muitas matérias, então pesquisava sobre tudo: meu interesse ia desde Geologia até Direito, passando por Arquitetura e Engenharia Civil, que por acaso foi o curso do meu pai, a quem dedico meu sucesso e também o próximo parágrafo.

Meu pai era um homem maduro e amável, mesmo que um tanto ríspido e seco, às vezes. Pai de mais duas meninas doces e alegres e marido da mulher mais forte, esperta e gentil, a quem eu não apenas dedico tudo o que sou, mas também devo a ela quem me tornei, minha mãe. Infelizmente, ele sofria de Diabetes, e no meu Ensino Médio, as complicações culminaram na amputação de uma de suas pernas. Foram longos dois anos de hospital em hospital, consultório em consultório e médico em médico até a cirurgia. Meu pai sofreu física e psicologicamente de forma que não posso mensurar. A dor e a angústia foram fortes, mas, pelo menos, me sentia confortável no ambiente e tive médicos a quem podia admirar e afirmo que ainda admiro. Com o tempo aprendi a tratar o ferimento, a fazer o desbridamento mecânico junto com a minha mãe, e também minhas perguntas aos médicos foram crescendo. O vascular e o cardio do meu pai já me tratavam com carinho, brincando que me queriam como aluna deles na Famema. Então no terceiro colegial participei do Workshop da faculdade e estava selado: não era só interesse, era convivência com esse todo maior que eu, era amor. Dia 26 de março de 2016 meu pai morreu. Poucos meses depois eu fui aprovada em medicina na UFMS e não pude ver o rosto que mais me puxava a orelha quando faltava nas aulas finalmente orgulhoso. Eu fiquei.

Foi mais um ano e meio de cursinho, com o maior apoio que eu poderia ter da família e dos professores. Decidi então os meus futuros seis anos em potencial aqui na UFSCar no último dia do SiSU. Jamais imaginei que poderia sequer ser aprovada aqui, então foram nesses três dias de processo seletivo que busquei saber o máximo possível sobre a cidade, o curso e a universidade. E tudo encaixava!! Descobri que era o mesmo método PBL ao qual eu tanto aspirava na Famema, que a faculdade só crescia em estrutura e em potencial acadêmico e que a cidade era perto de casa e da minha mãe, além de muitas outras coisas que ainda estou descobrindo. Tudo isso, melhor ainda, numa FEDERAL!!! Meu pai estudou aqui perto, em Araraquara. Meus professores (os que eu conheci, mas acredito que todos daqui também) são incríveis: acadêmicos

admiráveis e pessoas muito gentis e amigáveis. A cidade é muito aconchegante. Meus colegas são como uma segunda família para mim. Estou entre os meus. Estou em casa.

Eu reli este relato agora, quase seis anos depois, em lágrimas saudosas e inesperadas.

Quando escrevi, nem imaginava tudo o que me esperava nestes seis anos de curso e de vivências.

Tive menos contato com anatomia em peças de laboratório e mais contato com pessoas que além do corpo físico, traziam também queixas biopsicossociais e por vezes até espirituais e que necessitavam de acolhimento, assim como eu e minha família fomos acolhidos na dor. E, com isso, me identifiquei muito em uma área que carrego no coração, os Cuidados Paliativos, apresentados a mim pela Liga Acadêmica de Terapia Antálgica e Cuidados Paliativos (LATACP).

Minhas amizades mudaram e muitas vezes me senti só. Foi quando me reencontrar com minha espiritualidade teve um papel muito importante, e participando de missas perto de casa e dos grupos da Missão Universidades Renovadas (MUR) encontrei amigos de outros cursos além da medicina.

Vi minha energia e certeza na escolha por esse curso estremecer perante anos de pandemia, isolamento, interrupção de atividades acadêmicas e retomada lenta através de meios virtuais. Agradeço a orientação que tive dos meus professores à busca pela terapia psicológica desde o começo do curso, que me fortificou dia após dia, semana após semana e me auxilia até hoje nas incertezas do curso e da vida.

E, no internato, com a prática médica intensa e o contato com diversas áreas e diversos profissionais, nasceu mais uma incerteza em mim: a de que área seguir.

Diante de tanta incerteza, eu só sei afirmar uma coisa: eu faria tudo de novo.

4 O CURSO

Desde o primeiro momento entramos em contato com a atuação prática em território municipal são-carlense. Tivemos uma primeira semana de apresentação ao cenário de saúde pública da cidade, desde Vigilância Sanitária até central do Serviço de Atendimento Médico de Urgência (SAMU). Visitando as Unidades Básicas de Saúde (UBS) e Unidades de Saúde da Família (USF) às quais seríamos direcionados e alocados para os próximos anos. Visitamos, inclusive, dentro do nosso Hospital Universitário, a ala da Unidade de Terapia Intensiva (UTI) ainda em construção. Uma semana, então, para contextualizar o que seria da nossa prática num todo. Um dos principais diferenciais do curso é a atuação e exposição do aluno a atividades práticas, para além do primeiro contato teórico no qual também iríamos nos aprofundar em mar aberto, de maneiras muitas vezes desesperadas.

O início do curso foi marcado pela imersão nas Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN), que orientaram nossa formação médica. Logo no primeiro ano, fui introduzido a uma abordagem educacional construtivista que promovia a participação ativa dos alunos na construção do conhecimento. As aulas práticas, inclusive as de simulação da prática profissional, foram cruciais para nossa aprendizagem e nos permitiram começar a compreender a importância da integração teoria-prática.

A Metodologia Ativa de Ensino tem por princípios a aprendizagem a partir da busca ativa por parte do estudante. Desse modo, o ganho cognitivo teórico se dá ao passo que o aluno se expõe a uma experiência disparadora, e sua sedimentação é consequência da revisitação de temas a médio e longo prazo, em uma Espiral Construtivista.

É a partir destas premissas que foram instituídas as nossas atividades curriculares na medicina UFSCar. O aluno como protagonista do próprio aprendizado, seja na Prática Profissional e sua Reflexão, errando e aprendendo nas Estações de Simulação e se surpreendendo com Situações Problema (casos fictícios para resolução a partir de estudo próprio e discussão em pequenos grupos) instigantes.

A estruturação do meio acadêmico também foi algo que me surpreendeu positivamente. Já se tratando de um curso de turmas razoavelmente reduzidas - éramos em torno de 40 alunos - iríamos também nos dividir em pequenos grupos de cerca de 8 alunos para as atividades.

Fiquei muito satisfeita em ter um espaço de real atenção compartilhado com os colegas e docentes.

Mas, como dito anteriormente, a busca pelo aprendizado nesta metodologia algumas vezes pode se tornar desesperadora. Não saber com segurança qual fonte buscar ou até onde avançar os estudos são habilidades ganhas somente com o tempo de prática, e isto deve ser levado em conta no começo do curso.

A ênfase nas competências gerais, como a atenção à saúde e a comunicação, foi fundamental para aprimorar minhas habilidades médicas. Também foi enriquecedor fazer parte de uma comunidade acadêmica comprometida em transmitir valores éticos e humanísticos aos futuros médicos.

Uma parte essencial da nossa formação incluiu estágios obrigatórios em serviços de saúde, onde tivemos a oportunidade de aplicar o conhecimento adquirido na prática, sob a supervisão atenta de nossos docentes.

A prática Profissional em Saúde da Família e Comunidade foi uma alegria nos meus dias da semana, permeados por atuação ainda não muito técnica nos primeiros anos, mas rica em contato interpessoal com uma equipe da qual eu me sentia parte e em uma região da cidade cuja população era extremamente acolhedora, desde os olás nas calçadas até as boas Visitas Domiciliares. Jamais imaginaria que um dos primeiros aprendizados que eu teria seria vindo da minha primeira paciente me explicando como ela benze quebranto!

Além disso, participei de atividades complementares, como monitorias em Genética Médica, Planejamento Familiar e projetos de extensão como o “Testar para Cuidar” na pandemia COVID-19, que ampliaram meu entendimento das necessidades da comunidade local e me conectaram com questões de saúde pública.

Uma característica notável da nossa experiência na UFSCar foi a parceria estabelecida com a rede de serviços de saúde local, o que proporcionou uma visão abrangente e concreta do sistema de saúde. O curso enfatizou a importância de compreender os determinantes sociais da saúde e considerar o custo-benefício das intervenções médicas.

No decorrer dos anos, essa experiência proporcionou um crescimento pessoal e profissional significativo. A busca contínua pela adaptação às necessidades em constante evolução da sociedade e do sistema de saúde – resalto aqui o exemplo da pandemia COVID-19 e seus

entraves na promoção de saúde mediante isolamento social – reforçou o compromisso da UFSCar em formar médicos competentes e engajados.

5 MINHA JORNADA NO PRIMEIRO ANO DE MEDICINA: DESAFIOS, AMIZADES E CRESCIMENTO PESSOAL

Ingressei no primeiro ano de medicina com altas expectativas e uma intensa preparação para o vestibular. O caminho até a aprovação foi marcado por horas de estudo em isolamento, o que elevou consideravelmente os níveis de ansiedade. A competição não se limitava às provas, estendendo-se aos relacionamentos com os colegas, tornando desafiadora a manutenção de amizades, especialmente quando alguns já haviam iniciado seus cursos universitários.

Surpreendentemente, nesse período de preparação, encontrei algumas das amizades mais valiosas da minha vida. Os versinhos para vestibular não só foram ferramentas de estudo, mas também laços que resistiram ao teste do tempo, permanecendo firmes ao longo da minha trajetória acadêmica e profissional. Essas relações se revelaram fundamentais, oferecendo apoio mútuo nos momentos de isolamento e ansiedade.

Ao conquistar uma vaga em uma universidade pública de medicina, uma onda de alívio se instalou. O relaxamento subsequente permitiu-me explorar novos grupos e participar de diversas atividades sociais. A diversificação de experiências tornou-se evidente em eventos como os jogos da atlética, festas das turmas, palestras no centro acadêmico e aulas das ligas. Essas atividades não eram apenas para o desenvolvimento acadêmico, mas também para construir novas amizades e enriquecer minha vida social.

A peculiaridade das turmas de medicina na UFSCar, compostas por cerca de 40 alunos, promoveu uma inter-relação mais estreita e uma intimidade entre os colegas. No entanto, essa proximidade intensificou o ambiente de fofocas e manteve a competitividade presente, mesmo após a conquista da vaga desejada. Navegar por essa dinâmica complexa exigiu não apenas conhecimento técnico, mas também habilidades emocionais e psicológicas.

Considerando-me uma pessoa extrovertida e, ao mesmo tempo, tímida, percebo que essas características criaram um terreno fértil para ansiedades, mas também ofereceram oportunidades significativas de aprendizado. O curso de medicina não é apenas uma jornada acadêmica; é também um espaço de autoconhecimento e crescimento pessoal. A complexidade das relações interpessoais, aliada à pressão do ambiente acadêmico, tornou-se uma fonte constante de desafios.

Nesse contexto desafiador, a psicoterapia tornou-se uma ferramenta valiosa, sugerida desde o primeiro ano por professores orientadores preocupados com o bem-estar dos alunos. A assistência psicológica ao longo do curso revelou-se essencial para o desenvolvimento de habilidades emocionais, proporcionando um suporte adicional durante os momentos mais difíceis. A combinação de amizades sólidas, atividades sociais diversificadas e acompanhamento psicológico contribuiu para minha formação como profissional mais resiliente e consciente.

Em síntese, meu primeiro ano de medicina foi uma jornada que transcendeu as salas de aula e os livros didáticos. Foi uma experiência de autoconhecimento, superação de desafios emocionais e consolidação de relações interpessoais. A competição persistente e a pressão acadêmica foram contrabalançadas pelas amizades duradouras, pelas atividades sociais enriquecedoras e pelo apoio psicológico contínuo. Cada passo nessa trajetória complexa contribuiu não apenas para minha formação acadêmica, mas também para meu desenvolvimento integral como futuro profissional de medicina.

6 MINHA JORNADA NAS ATIVIDADES PRÁTICAS DURANTE OS PRIMEIROS ANOS DE MEDICINA: UM OLHAR SOBRE A ATENÇÃO PRIMÁRIA E AS VISITAS DOMICILIARES

Ingressei nos dois primeiros anos de medicina com a expectativa de vivenciar uma preparação intensa para a prática profissional, dividida entre situações problema e simulações. Durante esse período, nossa atuação era predominantemente generalista, focada na atenção primária e na colaboração multiprofissional. Trabalhávamos em equipes nas unidades básicas de saúde e unidades de saúde da família, ao lado de médicos, enfermeiros, técnicos, dentistas, fisioterapeutas, agentes comunitários de saúde e outros profissionais.

Uma parte das atividades práticas que mais aprecio são as visitas domiciliares, que enriqueceram minha formação desde o primeiro ano. No contexto das unidades básicas de saúde, a busca ativa, especialmente conduzida pelos agentes comunitários de saúde, revelou-se uma ferramenta crucial para o manejo da saúde pública, tanto comunitária quanto individual. A cada aluno era proposto acompanhar o cuidado em saúde de pacientes de diversas faixas etárias e grupos sociais, incluindo idosos, mulheres, crianças e adolescentes. Nossa abordagem abrangia desde a coleta de uma detalhada história de vida até o desenvolvimento de necessidades em saúde e a promoção de propostas de intervenção personalizadas.

Enquanto alguns colegas manifestavam insatisfação pela falta de contato com o arcabouço tecnológico robusto da medicina nesses primeiros anos, encontrei grande satisfação nas interações humanas e na aplicação prática desse conhecimento. Durante minhas visitas domiciliares, tive a oportunidade de estabelecer um diálogo significativo com uma paciente idosa ao longo de dois anos. Em uma das últimas visitas, percebi que ela havia adotado nossos conselhos de prevenção de quedas, removendo os tapetes de sua casa. Outra alegria foi receber mudas de agrião e outras ervas como agradecimento pelas visitas, presentes dados por ela e seu irmão que morava junto.

Essas experiências cultivaram em mim um profundo sentimento de gratidão. Desde então, floresce em meu coração uma apreciação especial pela medicina preventiva e social em atenção primária. Como médica, percebo meu papel não apenas como prescritora, mas também como ouvinte ativa, amiga e participante ativa da comunidade. Essa abordagem mais

humanizada da medicina tornou-se uma fonte constante de satisfação e motivação em minha jornada acadêmica e profissional.

7 MINHA EXPERIÊNCIA COM AS ATIVIDADES TEÓRICAS DURANTE OS PRIMEIROS ANOS DE MEDICINA: DESAFIOS, CONFLITOS E CRESCIMENTO COMO MULHER NO AMBIENTE ACADÊMICO

Durante os dois primeiros anos de medicina, as atividades teóricas se tornaram um desafio inesperado para mim. Como mencionado, éramos divididos em pequenos grupos, compostos por cerca de oito colegas e um professor facilitador. Juntos, nos dedicávamos a discussões sobre situações-problema, hipóteses e questões relacionadas a casos fictícios apresentados. No início, sentia-me confortável nessas discussões, mas à medida que alguns conflitos surgiram no grupo, minha voz começou a sucumbir.

Enfrentei uma situação particularmente difícil quando colegas, às vezes de maneira hostil, ironizavam minhas contribuições. Isso não era uma experiência única; observava também outras colegas mulheres enfrentando desafios semelhantes. Alguns colegas do sexo masculino chegavam ao ponto de repetir minhas ideias como se fossem suas, um fenômeno conhecido como "mansplaining". Além disso, experienciei o "maninterrupting", que ocorre quando interrupções masculinas frequentes impedem a expressão contínua de ideias por parte das mulheres. Essa dinâmica prejudicial às colegas femininas contribuía para um ambiente acadêmico desigual e frustrante.

A situação atingiu seu ápice quando o próprio professor facilitador interveio, reconhecendo a atitude equivocada do colega. Mesmo com essa intervenção, superar as dificuldades ao longo dos anos e das discussões foi desafiador, e percebi que muitas colegas também enfrentavam essas barreiras. Era uma realidade que, infelizmente, não estava isolada, mas que permeava o ambiente acadêmico de maneira prejudicial.

Ao longo do tempo, mesmo apreciando meus avanços teóricos nos estudos, enfrentei obstáculos pessoais e impostos pelos outros na hora de compartilhar minhas ideias. Ao final do primeiro ano, as avaliações pessoais incluíram conversas com os facilitadores sobre nosso desempenho, mas também envolveram orientações pessoais e indagações sobre nosso bem-estar. Percebi que, na medicina da UFSCar, as atitudes pontuais de alguns professores e suas preocupações em relação a mim e outros colegas tiveram um impacto significativo em meu desenvolvimento e saúde mental.

Contudo, mesmo com essas experiências pessoais positivas, noto que a faculdade de medicina da UFSCar, enquanto instituição, ainda enfrenta desafios em estabelecer medidas concretas

para a prevenção e promoção da saúde mental dos acadêmicos de medicina e dos futuros médicos. Há uma necessidade premente de ações mais efetivas para lidar com questões relacionadas à saúde mental, garantindo um ambiente mais inclusivo e justo para todas as estudantes, independente do gênero.

8 ENFRENTANDO DESAFIOS DURANTE A PANDEMIA: REFLEXÕES SOBRE IDENTIDADE E SUPERANDO MOMENTOS DIFÍCEIS

O próximo desafio a ser enfrentado ocorreu nos terceiro e quarto anos do curso, justamente durante os anos de 2019, 2020 e até os dias atuais, marcados pela pandemia de COVID-19. O alerta e as restrições de contato inicialmente suspenderam nossas atividades acadêmicas. Entretanto, ao perceber que o estado de precaução perduraria além do esperado, optou-se por retomar as atividades de forma completamente remota. Os professores se organizaram, capacitando-se para elaborar atividades teóricas, discutir casos fictícios por meio de grupos online e entregar portfólios e materiais de estudo virtualmente.

Passamos mais de seis meses paralisados, sem nenhuma atividade, e o retorno, mesmo de maneira remota, representou uma pequena vitória. Contudo, com o passar dos meses, encontrando-me rotineiramente com os colegas apenas por janelas do *meet* e elaborando portfólios de estudo teórico cada vez mais extensos, sem a sensação de aplicação prática, a experiência tornou-se desgastante e ansiogênica.

Cheguei ao ponto de não me identificar mais com o curso, gerando um conflito interno, pois minha identificação com o estudo e o cuidado sempre foi intrínseca à minha jornada na medicina desde os primeiros momentos. Essa desconexão resultou em um importante processo depressivo. A ajuda de orientadores e do coordenador do curso foi crucial para minha recuperação emocional e psicológica. Concedi a mim mesma o tempo necessário para me reestabelecer.

Essa fase difícil me fez refletir sobre a escolha da medicina e a percepção de que ser médica era o que eu realmente queria. Apesar do momento atípico, compreendi que ainda tinha um longo caminho a percorrer e muitas vivências para explorar, mais do que uma lição sobre medicina, foi uma lição sobre a vida.

Em situações nas quais nos encontramos fora do cenário ideal, é fundamental compreender que isso não diminui a essência do que somos. Ao apropriar-me dessa noção, percebi a capacidade de contribuir para melhorar o mundo ao meu redor, dando o melhor de mim. Essa experiência, além de desafiadora, revelou-se transformadora, destacando a importância de resiliência, autorreflexão e apoio emocional em nossa jornada acadêmica e profissional.

9 TRILHANDO OS ÚLTIMOS ANOS DO CURSO DE MEDICINA: ENTRE DESCOBERTAS, DESAFIOS E A BUSCA PELA ESPECIALIDADE IDEAL

Acreditar em mim mesma provou ser uma jornada recompensadora. Após dois extensos intervalos de paralisação, intercalados com momentos de atividades remotas, finalmente, começamos a dar os primeiros passos em direção ao cenário prático. Completamos o quarto ano com atividades práticas e, posteriormente, uma tentativa de recuperar as horas perdidas do terceiro ano com algumas semanas adicionais.

O ponto mais alto da minha realização pessoal neste curso foi, sem dúvida, durante o período do internato nos dois últimos anos. Foi interessante notar como o ritmo diário de trabalho, refinado ao longo do tempo e intensificado pela carga de estudos, revelou em mim uma força e capacidade que eu nem imaginava possuir. Resiliência tornou-se a palavra-chave nesses últimos dois anos, como tantos médicos supervisores ressaltaram. O estágio do internato, talvez representasse o último contato próximo com uma especialidade específica, caso não decidíssemos seguir nesse caminho. A consciência de que muitos médicos, ao se especializarem, acabam por esquecer grande parte do conhecimento adquirido ao longo dos anos, trouxe um valor singular a tudo que aprendi.

Curiosamente, o maior desafio durante esse período foi, ironicamente, o fato de eu encontrar prazer em todas as especialidades. À medida que me envolvia em cada uma delas, questionava-me sobre minha afinidade com a prática ou se conseguia visualizar-me vivendo a rotina daquele profissional. A clínica médica, com seu raciocínio clínico desafiador, me incentivou a aprofundar meus estudos, cultivando um apreço por casos clínicos complexos. A cirurgia cativou-me com o desenvolvimento de habilidades manuais, foco e resolutividade. A pediatria trouxe alegria ao conquistar sorrisos genuínos de crianças e familiares mesmo em internações hospitalares. A ginecologia e obstetrícia mostraram-me o poder do corpo da mulher e a resiliência da alma feminina. O ambiente de emergência proporcionou-me segurança, mostrando que o desempenho eficaz persiste mesmo sob pressão quando mantida a calma. A terapia intensiva destacou a importância da comunicação eficaz dentro da equipe e, principalmente, com os familiares de pacientes graves.

Na saúde coletiva, vivi uma experiência incrível na área de medicina do trabalho, conhecendo a realidade de uma cooperativa de coleta seletiva. Essa vivência promoveu ações educativas

e iniciativas para melhorar as condições de trabalho. Ficou evidente como o ambiente laboral exerce uma influência determinante em diversos aspectos da vida e saúde. Na esfera de saúde mental, me impactei positivamente ao conhecer o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) como um centro de atenção primária voltado à saúde mental, que, apesar das limitações estruturais e de equipe se comparado à demanda populacional, consegue muitas vezes mudar cursos de vida de famílias inteiras. Na medicina de família e comunidade, reencontrei-me com habilidades técnicas e interpessoais aprimoradas, compreendendo a magia de uma atuação resolutiva em um relacionamento próximo e de longo prazo com cada família, paciente e a comunidade como um todo.

Nesse equilíbrio entre satisfação pessoal e indecisão acerca da especialidade a escolher para o futuro próximo, encontrei uma justificativa esclarecedora na resposta de um preceptor. Ao perguntar sobre minha preferência para especialização e eu responder que ainda não tinha certeza por gostar muito de tudo que havia vivenciado, ele expressou: "Que bom. Sinal que você escolheu verdadeiramente uma profissão que te faz feliz."

Este episódio me faz refletir sobre como, por vezes, a indecisão entre escolhas múltiplas não necessariamente resulta em angústia. Diálogos com médicos preceptores e docentes revelaram que a manutenção de interesses diversificados é um fenômeno presente, e muitos deles imaginavam, com êxito, realidades alternativas além das especialidades escolhidas. Diante disso, optei por permitir-me uma jornada gradual de autoconhecimento e, notavelmente, a liberdade de alterar minha escolha, caso tal seja a decisão futura. O fundamental reside no entendimento de que minha felicidade como médica é o cerne dessa jornada, com o compromisso de ser uma profissional exemplar.

10 A RELEVÂNCIA DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO NA FORMAÇÃO MÉDICA NA UFSCAR: UMA ANÁLISE REFLEXIVA E PESSOAL

A discussão acerca da relevância do trabalho de conclusão de curso (TCC) permeia não apenas os corredores acadêmicos da UFSCar, mas também instâncias decisórias, como o conselho de graduação e o centro acadêmico, além de se estender a diálogos informais entre os próprios estudantes. A controvérsia central nesse cenário versa sobre a manutenção da obrigatoriedade do TCC para a conclusão do curso de medicina na referida instituição. Minha compreensão inicial sobre a utilidade do TCC era limitada, especialmente devido à ausência de um formato padronizado proposto pela graduação em medicina da UFSCar. A proposta de desenvolver uma atividade reflexiva, sob a forma de um relato de experiência ao longo do curso, inicialmente suscitou perplexidade, uma constatação compartilhada por muitos colegas, que ressaltam a carência de orientação clara acerca do que deve ser realizado e como proceder.

Não obstante a padronização em formatação direcionada pela biblioteca comunitária da UFSCar para todos os TCC (PASSOS, 2018), o formato de relato de experiência ainda incita incertezas em nosso imaginário acadêmico. O presente debate sobre a obrigatoriedade do TCC ecoa a compreensão, divergente entre estudantes, de sua natureza: alguns enxergam-no como uma formalidade a ser cumprida, enquanto para outros representa um momento de desabafo, reflexão sobre vivências e enfrentamento de possíveis injustiças ao longo do curso. É um período de autodescoberta, introspecção, gratidão, liberdade e esperança.

A análise da própria vivência durante esse processo de elaboração revelou-me que a experiência por si só possui méritos significativos para a formação pessoal e profissional. O TCC transcende sua concepção meramente acadêmica e emerge como um espaço propício para a construção do autoconhecimento e o desenvolvimento de habilidades reflexivas. A jornada de elaboração do TCC permite uma análise crítica das experiências acadêmicas, proporcionando uma compreensão mais profunda do papel do estudante de medicina na sociedade.

Nesse contexto, a controvérsia sobre a obrigatoriedade do TCC não deve obscurecer a riqueza de oportunidades que esse processo pode oferecer. Além de ser uma atividade acadêmica formal, a elaboração do TCC oferece uma oportunidade valiosa para o desenvolvimento da habilidade comunicacional. A defesa da trajetória, origens, aprendizados e aspirações futuras

não apenas é inerente ao ser humano, mas assume um papel crucial na formação do médico, cujo discurso reverbera na sociedade de maneira amplificada. É crucial saber de onde se vem, defender as qualidades adquiridas, demonstrar o aprendizado e ter clareza sobre os objetivos futuros para se tornar um profissional cada vez mais capacitado.

Assim, apesar das divergências acerca da necessidade do TCC, sua elaboração emerge não apenas como um requisito acadêmico a ser cumprido, mas como uma experiência enriquecedora que transcende as fronteiras do ambiente acadêmico, contribuindo de forma significativa para o crescimento intelectual e emocional dos estudantes de medicina na UFSCar.

11 CONCLUSÃO

Minha experiência como estudante de Medicina na UFSCar tem sido uma jornada de aprendizado constante, onde as DCN, o compromisso ético e humanístico, e a prática clínica integrada se destacam como pilares fundamentais da nossa formação médica. Essa experiência tem moldado não apenas minhas habilidades clínicas, mas também minha compreensão do papel do médico na promoção da saúde e na contribuição para o bem-estar da comunidade.

A Metodologia Ativa de Ensino, centrada na participação ativa dos estudantes, tem sido um diferencial, promovendo a aprendizagem significativa e a aplicação prática do conhecimento ao longo dos seis anos de estudo, mas que ainda merece atenção na aplicação.

Concluindo, minha jornada no curso de Medicina da UFSCar tem sido marcada por desafios superados, aprendizado constante e uma formação alinhada às exigências éticas, humanísticas e práticas da profissão médica. A experiência prática desde os primeiros anos, a integração teoria-prática e a busca contínua pela excelência refletem o compromisso do curso em formar profissionais capacitados e comprometidos com a promoção da saúde e a responsabilidade social. Posso ainda não ter me decidido quanto a qual área seguir, mas sei o mais importante: quero sempre ser uma boa médica, profissional e uma boa pessoa. Afinal, é impossível ser um médico melhor do que se é como pessoa.

12 REFERÊNCIAS

BRASIL. UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS. Curso de Medicina - CCBS. Projeto Político Pedagógico. Projeto apresentado ao (à): CCBS e Câmara de Graduação, agosto de 2007. Disponível em: <<https://www.dmed.ufscar.br/arquivos/projeto-pedagogico-2007>>. Acesso em: 22 Nov. 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Medicina. Brasília: MEC, CNE, 2014. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/Med.pdf>>. Acesso em: 22 Nov. 2023.

BRASIL. UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS. Curso de Bacharelado em Medicina - São Carlos. Matriz Curricular. São Carlos: UFSCar, 2018. Disponível em: <<https://www.prograd.ufscar.br/cursos/cursos-oferecidos-1/medicina/Medicina%20Matriz%20Curricular.pdf>>. Acesso em: 22 Nov. 2023.

PASSOS, Camila Cassiavilani. Apresentação do trabalho acadêmico de acordo com NBR 14724/2011: Manual desenvolvido por Camila Cassiavilani Passos, para fins de orientar o usuário quanto à apresentação de trabalhos acadêmicos, como dissertações e teses e trabalhos de conclusão de curso, de acordo com NBR 14724/2011. São Carlos: Biblioteca Comunitária (BCo), Universidade Federal de São Carlos (UFSCar), 2018. Disponível em: <<https://www.bco.ufscar.br/arquivos/manual-bco-nbr-14724-2.pdf>>. Acesso em: 22 Nov. 2023.