

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS  
DEPARTAMENTO DE MEDICINA

CAIO VINÍCIUS RIBEIRO TREVISAN

**“DE VOLTA AO SONHO”: A JORNADA DA  
GRADUAÇÃO DE MEDICINA**

SÃO CARLOS -SP  
2025

Caio Vinícius Ribeiro Trevisan

## **“De Volta ao Sonho”: A jornada da graduação de Medicina**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Departamento de Medicina da Universidade Federal de São Carlos, como parte das exigências para obtenção do título de médico.

Orientadora: Profa. Dra. Aline Barreto de Almeida Nordi

São Carlos-SP  
2025

## **DEDICATÓRIA**

Dedico essa reflexão a todos que fizeram parte dessa trajetória e à Dra. Adriana Montanher, minha inspiração como médico.

## **AGRADECIMENTO**

A Deus,

A meu pai, mãe, irmãos e noiva,

Aos meus amigos de infância: Gabriel e Giulia

Aos meu trio: Gabriel e Michel.

Aos que cuidaram de mim em São Carlos: Eduardo, Laísa e Rodrigo.

Aos meus pastores da igreja

A todos que estiveram perto ou longe, mas estiveram.

Amo vocês e obrigado!

## Citações

“Ohana quer dizer família. Família quer dizer nunca abandonar ou esquecer.”

*Chris Sanders, Lilo & Stitch*

“Pode se encontrar a felicidade mesmo nas horas mais sombrias, se a pessoa se lembrar de acender a luz.”

*J.K. Rowling, Harry Potter e o Prisioneiro de Askaban*

“Àquele que é capaz de fazer infinitamente mais do que tudo o que pedimos ou pensamos, de acordo com o seu poder que atua em nós,  
a ele seja a glória na igreja e em Cristo Jesus, por todas as gerações, para todo o sempre! Amém!”

*Paulo, Efésios 3:20-21, Bíblia Sagrada Nova Versão Internacional*

## **RESUMO**

Uma narrativa reflexiva sobre a trajetória acadêmica singular marcada pela integração de conhecimentos prévios da escola durante a graduação em medicina, enfrentando desafios como um trancamento de matrícula, a pandemia pela COVID-19 e a luta contra a depressão durante seus seis anos de graduação. Ao ingressar no curso de medicina com metodologia construtivista, foi necessário integrar os conhecimentos prévios e utilizar as experiências adversas como catalisadoras para seu crescimento pessoal e profissional. A abordagem construtivista na medicina levou a uma aprendizagem efetiva e a guiou para uma prática centrada no paciente, reconhecendo a importância das individualidades e promovendo a empatia e o respeito nas relações clínicas. Ao concluir esta formação, muito mais que obter o título de médico, obtém-se a prática médica ética e compassiva. Uma jornada que reflete a capacidade de transformar desafios em forças propulsoras para a construção de uma aprendizagem de medicina única.

Palavras-chave: Metodologia ativa; Narrativa Reflexiva; Medicina

## **ABSTRACT**

A reflective narrative about a unique academic journey marked by the integration of prior knowledge from school during medical school, facing challenges such as a suspension of enrollment, the COVID-19 pandemic, and the struggle with depression during her six years of undergraduate studies. Upon entering medical school with a constructivist methodology, she needed to integrate her prior knowledge and use adverse experiences as catalysts for her personal and professional growth. The constructivist approach to medicine led to effective learning and guided her toward a patient-centered practice, recognizing the importance of individuality and fostering empathy and respect in clinical relationships. Completing this training not only provides her with a medical degree, but also ethical and compassionate medical practice. A journey that reflects the ability to transform challenges into driving forces for building a unique medical education.

Keywords: Active Methodology; Reflective Narrative; Medic

## SUMÁRIO

<b>2. 1 DA ESCOLHA AO INÍCIO DO CURSO</b>	<b>11</b>
<b>2. 2 PRIMEIRO ANO E ESGOTAMENTO</b>	<b>12</b>
<b>2. 3 O ANO DIFÍCIL E A DECISÃO DE RETORNO</b>	<b>15</b>
<b>2. 4 O SEGUNDO ANO DE CURSO</b>	<b>16</b>
<b>2. 5 NOVO CICLO E NOVOS DESAFIOS</b>	<b>18</b>
<b>2. 6 O INTERNATO</b>	<b>21</b>

## INTRODUÇÃO

O curso de medicina da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) foi criado por meio do projeto de expansão da educação superior da instituição, tendo suas atividades iniciadas no ano de 2006. O currículo foi fundamentado nas propostas das Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN) vigentes, as quais possuíam como objetivo levar os alunos dos cursos de graduação em saúde a aprender a aprender, bem como garantir a capacitação de profissionais com autonomia e discernimento para assegurar a integralidade da atenção e a qualidade e humanização do atendimento prestado aos indivíduos, famílias e comunidades (, 2001).

Com base nas DCN, foi criado o Projeto Político Pedagógico (PPP), que é fundamentado em 3 (três) pressupostos: currículo orientado por competência, integração teoria-prática e abordagem educacional construtivista. O PPP também engloba a inserção dos estudantes no mundo real do trabalho desde o primeiro ano de sua formação (Medicina UFSCar, 2007).

O curso está estruturado em 3 (três) ciclos educacionais, sendo nomeados de: Integralidade do Cuidado I, II e III. Cada ciclo possui duração de 2 (dois) anos. Para cada ciclo, há unidades educacionais que visam ser correlatas às disciplinas de uma graduação tradicional. As Situações-Problemas (SP) são discussões teóricas de casos clínicos com o foco na aprendizagem mais teórico-cognitiva. As Estações de Simulação da Prática Profissional (ES) visam uma abordagem voltada à prática médica sob um cenário protegido e controlado. Já a Prática Profissional (PP) visa uma abordagem voltada à prática, porém com pessoas reais sob o âmbito de serviços do Sistema Único de Saúde (SUS) que a UFSCar possui parceria.

No último ciclo, correspondente ao quinto e sexto ano da graduação, a organização é distinta. A educação se dá sob regime de internato, um estágio curricular obrigatório não remunerado. Seu enfoque é a formação por meio de vivência nos diversos serviços do sistema de saúde, visando uma imersão direta na prática profissional embasada em discussões e aulas teóricas. Atualmente, o internato os seguintes estágios: Ginecologia e Obstetrícia; Pediatria; Saúde Coletiva; Clínica Médica; Cirurgia Geral; Ambulatórios de Especialidades.

O aprendizado do aluno, em todos os ciclos, é baseado no uso de

metodologias ativas, sob o modelo de aprendizagem construtivista. Nele, temos a figura do facilitador (docente) e dos alunos. Ambos são sujeitos desse processo de articulação entre o conhecimento, a prática e a conexão entre eles. Desta forma, diferentes aspectos biopsicossociais são integrados nas discussões com diferentes áreas de conhecimento. Também há o destaque para a atuação multiprofissional.

Durante o curso, o aluno frequenta e atua diferentes cenários dentro da cidade de Carlos/SP: Hospital Universitário da Universidade Federal de São Carlos (HU-UFSCar), Unidades de Saúde da Família (USF), Unidades Básicas de Saúde (UBS), o Unidade Saúde Escola (USE), Santa Casa de São Carlos e o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). Além de realizar o uso dos espaços da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) e a Unidade de Simulação em Saúde (USS) para as discussões teórico-práticas com docentes da instituição.

Dentro da formação do médico pela UFSCar, o Trabalho de Conclusão do Curso de medicina UFSCar tem como objetivo trazer uma análise da vivência do mesmo durante sua vivência da prática profissional do estudante do curso, junto aos seus registros dos portfólios reflexivos, e em conjunto com suas experiências únicas e pessoais, permitir o entendimento da trajetória de formação, contemplando as dimensões de ensino, assistência e pesquisa, em um processo mútuo do aluno-graduação (Medicina UFSCar, 2007). Assim, trazendo uma narrativa-reflexiva que pontue o processo obtido por este aluno após o processo de imersão completa na formação a médico generalista através da graduação em medicina pela UFSCar.

## **2 NARRATIVA REFLEXIVA**

### **2. 1 DA ESCOLHA AO INÍCIO DO CURSO**

Minha relação com o gosto pelo estudo começou ainda na fase escolar. Meus pais, Carlos Trevisan e Daniela Trevisan, valorizam e sempre incentivaram o estudo, fazendo os sacrifícios necessários para que eu e meus irmãos tivéssemos uma educação de qualidade e nos incentivaram a cursar pelo menos um curso superior.

Recordo que a admiração pela medicina surgiu ao ser consultado e acompanhar o trabalho de uma médica pediatra que é amiga de minha mãe. Ao visualizar a Dra. Adriana Montanher atuando, passei a admirar a forma como ela cuidava dos pacientes e dos pais dos pacientes.

Durante o final da fase escolar e durante a adolescência, tive muito contato (por mais que fosse um contato indesejado) com médicos. Aos 10 anos, no dia de meu aniversário, tive uma apendicite aguda e necessitei de uma cirurgia de apendicectomia. Aos 13 anos, tive um acidente com uma bicicleta e necessitei fazer 2 (duas) cirurgias em meu braço direito, além de realizar aproximadamente um ano de fisioterapia para garantir um movimento e força no braço direito.

Desta forma, quando tinha aproximadamente 14 anos, já falava aos meus conhecidos que desejava ser médico. Confirmei esse desejo no momento em que cheguei ao ensino médio com 15 anos, onde comecei a ter aulas de biologia, química e física, que já passaram a ser minhas disciplinas favoritas.

Aos 17 anos, meu último ano de ensino médio, consegui uma bolsa integral de um ano em um curso pré-vestibular em Barueri/SP, onde conciliei junto com a escola. Na época de inscrições de vestibulares, optei por realizar apenas para universidades públicas do estado de São Paulo, pois não teria como arcar um curso de medicina particular ou morar em outro Estado. Meu foco de estudo naquele ano foi para provas com o modelo do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM).

Não fui aprovado na primeira chamada para a UFSCar, mas fui aprovado por meio do Programa Universidade Para Todos (PROUNI) na Faculdade de Ciências Médicas de Santos (FCMS). Como este foi o lugar mais próximo que eu tinha sido aprovado, optei por morar e estudar em Santos. Antes de me mudar, tive a honra de ter o meu cabelo raspado por minha família como comemoração pela aprovação.

Estudei por cerca de 4 semanas em Santos. A faculdade segue um modelo de ensino tradicional. Logo, eu tinha matérias como anatomia, bioquímica e histologia, mas também tinha aulas em medicina baseada em evidências e em políticas públicas de saúde, onde frequentávamos UBS e tínhamos aulas sobre o SUS. Por mais que o perfil de aluno fosse diferente da minha realidade, consegui fazer amizades e participar de atividades extracurriculares como treinos de futebol com a atlética local, reuniões com o centro acadêmico, curso de primeiros socorros organizado pela liga de urgências médicas.

Eu já tinha aceitado que essa seria minha realidade pelos 6 anos que viriam e estava me adaptando ao dia-a-dia da vida em Santos, tinha inclusive esquecido que estava na lista de espera da UFSCar. Até que minha mãe olhou no site do Sistema de Seleção Unificado (SISU) que eu havia sido selecionado na terceira chamada, que me ligou prontamente. Inicialmente, conversei com meus colegas, professores e médicos que tinha contato para obter ajuda na decisão. Na época, o fato de ser uma universidade federal foi a chave para eu decidir trocar de universidade.

Feita a decisão e com a matrícula efetivada, fiz outra mudança. Desta vez, vim para São Carlos, uma cidade universitária que era totalmente diferente de Santos, onde grande parte da população era universitária e o clima era mais quente e seco. Iniciei as aulas por volta do meio do mês de março de 2018, cerca de 2 semanas após os outros alunos da medicina terem iniciado as aulas.

## 2. 2 PRIMEIRO ANO E ESGOTAMENTO

Lembro com felicidade da minha primeira semana. Fui recebido por diversos docentes e por colegas da turma XIII nas diversas atividades curriculares. Recordo que na primeira semana nós abrimos o estudo sobre sistema musculoesquelético na SP. Também tivemos atividades da PP onde visitamos diversos cenários de saúde da cidade de São Carlos, como o SAMU e o HU. Ganhei meu primeiro jaleco com nome bordado e meu primeiro estetoscópio nesta semana.

Um fato que me chamava a atenção era que meus colegas de turma eram, em geral, mais extrovertidos do que eu e possuíam mais idade. Muitos inclusive já possuíam outra graduação e possuíam filhos. Tive a sensação de que eu era “a criança” da turma. Porém, ao longo do primeiro mês, notei que todos me respeitavam e me apoiaram.

Como eu era uma pessoa introvertida e tímida, tive inicialmente dificuldade com o lado do método em que você precisa se expressar nas discussões. Muitas vezes, deixava de falar algo que eu considerava importante do tema por medo de falar algo errado ou por vergonha. Para tentar melhorar essa situação, percebi que eu precisava me relacionar mais com meus colegas e realizar atividades extracurriculares.

Desta forma, ingressei na Liga Acadêmica de Diabetes (LAD) e procurei a Associação Atlética Acadêmica Moacir Peixoto Júnior (AAAMPJ) para a prática de futsal (único esporte que eu praticava na época). Assim, minha rotina mudou: não apenas frequentava as aulas, passei a frequentar treinos e sair com meus colegas de turma.

Outro fator de dificuldade que eu tive foi a adaptação com o método construtivista. Durante minha infância e adolescência, frequentei escolas e o cursinho que seguiam a metodologia tradicional de ensino. Nelas, por mais que eu precisasse me dedicar para aprender o conteúdo, tudo me era entregue pelos professores. Na UFSCar, os docentes não me ajudariam, eu precisava buscar as fontes e buscar o aprendizado sozinho. Inicialmente, eu não conseguia terminar o estudo a tempo da nova síntese, pois queria decorar toda a histologia, anatomia, bioquímica e fisiologia de um só sistema (como o sistema musculoesquelético que tive na primeira discussão) em uma só semana. Durante as discussões, eu notava que sabia o rodapé do livro, mas não tinha entendido como aquela parte do corpo funcionava. Na primeira vez na vida, notei que não estava aprendendo.

O terceiro fator que me afetava era a distância. Por mais que eu fizesse amizades com meus colegas, eu ainda era uma pessoa tímida. Eu tentava voltar para a minha cidade em todos os finais de semana que eram possíveis, mas como eu moro há 3 horas de São Carlos, nem sempre era possível. Desta forma, ficava alguns períodos sem ver a minha família e frequentar a minha igreja.

Mesmo com essas dificuldades, consegui me desenvolver. Sentia falta dos laboratórios de anatomia e de histologia com docente que tinha em Santos, sentia falta de ter um docente me ensinando, mas tive um grande desenvolvimento. Passei a ser menos tímido ao longo do ano de 2018, consegui fazer algumas amizades, conseguia obter boas “notas” (não temos nota numérica na UFSCar, apenas conceito “satisfatório”, “precisa melhorar” ou “insatisfatório”) nas avaliações das diferentes disciplinas. Minhas maiores amizades nesse primeiro ano foram a Laísa Tofanelli (minha dupla em todas as disciplinas) e o Rodrigo Torres (meu amigo que me levou para atlética), que sempre estavam comigo.

Tive diversos “feitos” nesse primeiro ano da graduação: frequentei um congresso de oncologia pediátrica (mesmo sem entender nada), obtive minha carteira de habilitação, obtive mais autonomia.

Porém, ao longo do ano, minha timidez e introversão se mostraram ser na realidade outra coisa. Hoje eu entendo que, por um conjunto de fatores, eu já possuía um quadro depressivo antes de ingressar na universidade que foi se agravando ao longo do primeiro ano do curso. Com o tempo, passei a ter dificuldades de concentração, dificuldades em dormir, diminuí minha frequência e desempenho nas atividades curriculares e extracurriculares, passei a ter um desempenho ruim nos treinos de futsal com a atlética, ficava mais tempo sozinho e dentro de casa, me alimentava pouco, frequentava menos a igreja.

Aproximadamente em setembro de 2018, eu tomei a decisão de parar o curso de medicina, pois não tinha mais condições de continuar. Ao comunicar minha família e meus colegas mais próximos, ambos me incentivaram a finalizar o primeiro ano do curso e trancar a matrícula após. Com muita dificuldade, vi meus sintomas depressivos piorarem e aparecerem novos sintomas, mas consegui terminar o primeiro ano graças à ajuda dessas pessoas.

Na época, larguei tudo: não obtive o certificado da LAD, saí da gestão da atlética, parei meu projeto de iniciação científica. Tinha decidido que não retornaria mais ao curso de medicina, sem saber o que iria “fazer da vida”.

## 2.3 O ANO DIFÍCIL E A DECISÃO DE RETORNO

O ano de 2019 não foi fácil. Piorei o meu quadro depressivo e evitava cada vez mais sair de casa, desta vez na minha cidade de infância. Até que em abril, com ajuda de minha família, optei por lutar contra a doença. Comecei a trabalhar com meus pais durante as tardes e iniciei outro cursinho pré-vestibular, com o intuito de ocupar a mente. Busquei atendimento médico e atendimento com psicólogo. Decidi voltar a me cuidar.

Este processo foi marcado por muita ajuda, sei que não conseguiria sozinho. Meus ex-colegas de turma mais próximos mantinham o contato e me atualizavam do dia-a-dia do curso. No segundo semestre de 2019, consegui uma bolsa para o curso de relações internacionais em outra universidade e consegui meu primeiro emprego com carteira assinada.

O curso de relações internacionais representou um desafio para mim. Por mais que eu goste das matérias relacionadas à área de humanas, estas são as que eu mais tenho dificuldade. Durante o período em que cursei, pude aprender assuntos interdisciplinares que me ajudam hoje no cuidado em saúde do paciente como um ser biopsicossocial.

Em 2020, o ano começou com a notícia de uma epidemia asiática por uma doença respiratória atribuída ao vírus SARS-CoV-2, que mudou a realidade do mundo. Coincidentemente, consegui uma vaga como estagiário remunerado em comércio internacional em uma farmacêutica multinacional.

No estágio, novamente, me deparei com pessoas mais experientes e com mais história de vida do que eu. Neste momento, porém, eu já estava melhor do meu quadro de saúde e já era uma pessoa menos tímida. Durante as atividades do estágio, pude aprender e aprimorar áreas da minha vida como o trabalho em equipe, burocracia, hierarquia e organização.

Minha vida estava “decolando”: estava melhor de saúde (mesmo que dependendo do tratamento), consegui ser efetivado na empresa, consegui voltar a ter uma relação com minha família e amigos. Porém, ainda faltava uma coisa.

Aquela vida não era o que eu almejava como futuro.

Em junho de 2021, tomei uma outra decisão: voltar para medicina. 3 anos depois, eu era uma pessoa diferente: ainda que tivesse meus problemas, me sentia mais adulto, independente e capaz de continuar um curso de medicina longe de minha família e amigos. Entrei em contato com a coordenação de curso para verificar a possibilidade, e recebi a notícia de que, como as aulas de 2020 haviam sido atrasadas por conta da pandemia, eu ainda estava dentro do período de reinserção ao curso de medicina da UFSCar. Meu retorno só precisava ser aceito no conselho de curso.

Obtive ajuda de uma colega da turma XIII e de diversos docentes que tive no meu primeiro ano. Em agosto, obtive a notícia de que meu retorno foi aprovado: era hora de voltar para o curso de medicina, no segundo ano, com uma turma nova para mim.

## 2. 4 O SEGUNDO ANO DE CURSO

Em outubro de 2021, as aulas do segundo ano se iniciaram. Porém, muitas coisas eram diferentes.

Inicialmente, eu estava em uma turma nova: a turma XV do curso de medicina. Novamente me encontrei num cenário desconhecido. Porém, assim como eu 2018, fui bem recebido pela turma. Obtive apoio de novos colegas de turma, de colegas que estavam na gestão da AAAMPJ e de colegas da gestão do Centro Acadêmico Medicina Sérgio Arouca (CAMSA). Me senti em casa, notei que a medicina é realmente a minha vocação.

Porém, os encontros eram diferentes. Por conta da pandemia, não podíamos nos encontrar presencialmente, então todas as minhas aulas e discussões foram em formato on-line até março de 2022. Para as aulas de SP, não senti muita diferença, pois antigamente já eram compostas por discussões teóricas. De outra maneira, as discussões de ES e de PP foram prejudicadas ao extremo. Não era possível estudar a prática da medicina sem estar em contato com a prática da medicina. Especialmente no segundo ano de curso, onde eu comecei a ser introduzido ao contexto das patologias, à imunologia, à semiologia médica. Precisei “aprender”

exame físico sem tocar em pacientes.

Durante esse período, aproveitei os momentos livres que possuía para ir ao Instituto Médico Legal (IML) de Osasco-SP. Junto com a equipe do lugar, realizei necrópsias e análises patológicas, especialmente relacionadas a mortes violentas. Este estágio extracurricular foi fundamental para complementar meus estudos com a prática de anatomia patológica. Junto com as aulas e discussões, pude iniciar o processo de construir um raciocínio clínico por meio da análise dos sinais e sintomas.

Nos últimos 3 meses do segundo ano de curso, tivemos a felicidade de retomar algumas atividades presenciais. Tivemos uma oficina da ES sobre exame físico completo, onde pude tirar minhas dúvidas e corrigir alguns detalhes. Também retomamos as atividades da PP, onde ficamos alocados na USF Cidade Aracy - Equipe II. Nela, fomos reintroduzidos ao contexto de visitas domiciliares em conjunto com os agentes comunitários de saúde (ACC).

Tive a oportunidade de fazer parte da gestão do CAMSA neste ano como membro da coordenação científica, e posso dizer que foi uma boa experiência. Organizamos eventos com as diversas ligas extracurriculares que o curso possui, lutamos pela retomada das aulas presenciais, demos amparo aos novos alunos do curso.

Na área de esportes, retornei às atividades da AAAMPJ, desta vez entrando em outras modalidades além do futsal. Passei a participar dos treinos de vôlei e conheci a bateria universitária da medicina UFSCar, a SancaBum. A bateria se tornou uma paixão em minha vida desde então. Tinha o interesse de entrar para a gestão da atlética, assim ajudando na parte de organização científica da mesma. Particpei pela primeira vez de um torneio universitário em maio de 2022 representando as três modalidades, onde consegui apenas uma medalha de bronze com a bateria.

Apesar de tudo parecer ótimo, ainda assim tive minhas dificuldades. Novamente, precisava me readaptar ao método construtivista da UFSCar e, além disso, precisei revisar arduamente os estudos do primeiro ano do curso, visto que fiquei 3 anos sem estudar medicina. Sentia que estava um passo atrás nas discussões teóricas e sempre precisava estudar o conteúdo das novas sínteses.

Também continuava com os sintomas depressivos, ainda que em menor grau.

Foi durante o segundo ano que me aproximei de uma pessoa improvável: Eduardo Arruda, um colega da turma XIII. Ele sugeriu ser meu “padrinho da mesma turma”. A princípio, notamos que tínhamos muitas diferenças: ele já tinha mais idade, já tinha feito uma outra graduação, mestrado e doutorado, já tinha o projeto de especialidade dentro da medicina decidido, era o aluno mais inteligente da turma. Eu, de outra maneira, era apenas o aluno que tinha voltado, que estava com dificuldades e que não fazia ideia do que faria após a conclusão do curso. Minha única certeza era que minha vocação é ser médico. Prontamente aceitei a oferta de uma pessoa que se tornara um grande amigo ao longo dos anos.

Eduardo, Laísa, Torres e meus novos colegas me ajudaram desde então. Consegui terminar o segundo ano do curso de medicina sendo aprovado em todas as disciplinas, inclusive obtendo “satisfatório” em todas as provas teóricas. Além disso, senti no final do ano que já estava nivelado com o restante de minha nova turma.

## 2. 5 NOVO CICLO E NOVOS DESAFIOS

O ano letivo de 2022 começaria em agosto daquele ano. Antes desse período, embarquei em novos projetos.

Iniciei minha vida de treinos de musculação por conta de uma lesão em meu joelho esquerdo. Com o tempo, consegui ganhar massa muscular, melhorar o meu quadro e tive gosto pela atividade. Porém, não almejava ter um corpo definido como os fisiculturistas, meu gosto era de um treino de powerlifting, uma categoria semelhante ao Levantamento de Peso Olímpico (LPO). A prática de levantamento de peso regular associada com uma dieta mais controlada foram fatores que me ajudaram a desenvolver mais disciplina, fato que refletiu nos meus estudos. Sigo com a prática desse esporte até os dias de hoje.

Fiz parte da gestão e como voluntário do projeto Saúde da Rua - São Carlos, um projeto sem fins lucrativos organizado por alunos e profissionais da saúde voltado ao atendimento da população em situação de rua na cidade de São Carlos-SP. Nossas atividades eram feitas em zonas de ocupação e em casas de passagem na

cidade. Na gestão, fiz a função de diretor patrimonial. Era responsável pelo inventário de medicamentos, pela organização do equipamento para as ações, pela articulação com a rede de saúde municipal para doações de insumos. Todo o período do Saúde da Rua foi rico, passei a admirar a saúde como medida coletiva e educativa. Nascia então a ideia inicial de minha escolha para especialidade médica.

Também iniciei na gestão da AAAMPJ como diretor científico. Pude ajudar na organização de eventos como doação de sangue na Santa Casa de São Carlos e organização da Liga de Medicina Esportiva (LIMESP). Também estive presente nos treinos das modalidades em que participava e participei dos jogos universitários.

Iniciado o ciclo clínico, tive uma outra realidade: minhas disciplinas haviam mudado. De repente, eu não tinha apenas PP. Passei a ter práticas em saúde da mulher, em saúde do adulto e idoso, em saúde da criança e em medicina da família e comunidade. Esta divisão esteve presente também nas simulações da ES, onde passamos a ser avaliados em modelo OSCE. Gostaria de que esse modelo fosse utilizado mais vezes, visto que é importante para a formação do médico generalista (Al-Hashimi, 2023).

Nas discussões teóricas, também passamos por uma grande mudança. Os casos se tornaram cada vez mais intrigantes. Todo o raciocínio clínico envolvido no “fazer medicina” era o que me fazia amar a ciência médica. Meu prazer no estudo de alguns temas clássicos de clínica médica se tornou mais evidente.

Especialmente durante as atividades práticas, discussões importantes diárias que foram fundamentais para o meu entendimento do profissional médico no ambiente de saúde real e “desprotegido” fora das falsas muralhas da academia. Isso só estava me fazendo bem e aumentando minha certeza que estava no caminho certo. Tive a oportunidade de ter como docente em saúde da família e comunidade o professor William Fernandes Luna. Por meio das discussões organizadas por ele, passei a admirar a especialidade e, posteriormente, decidi seguir minha vida médica como especialista em medicina da família e da comunidade (ainda preciso passar na residência e terminá-la).

Durante o este ano, também tive a oportunidade de realizar eletivas no sistema UnaSUS. Optei por realizar módulos que tivessem relação com a atenção básica de saúde.

Tive um grande desafio: ser o mestre (treinador) da bateria SancaBum. Esta foi a grande primeira situação da minha vida em que fui líder de algo. Tive o apoio de todos os ritmistas e os nossos ensaios foram um momento de fuga diante do dia-a-dia do ciclo clínico. Tivemos uma competição em outubro de 2022 e em abril de 2023. Em ambas conseguimos a medalha de ouro no desafio das baterias. Foram as primeiras medalhas de ouro da história da Sancabum!

Então o terceiro ano acadêmico foi mais organizado que os dois primeiros anos desse curso. Eu temia muito o internato, mas conversando com meus veteranos e amigos da turma XII, tive a calma pra perceber que “estava tudo bem” chegar com falhas no internato e que poderia suprir durante ele. Também foi neste período que comecei minha amizade com meus grandes colegas, Gabriel Giroldo e Michel Sawan.

O quarto ano me pareceu uma repetição do terceiro ano, porém mais aprofundado. Na atividade de situação-problema tive a sorte de ter a Professora Carla Germano como minha facilitadora. Tive o prazer de ver o “método da UFSCar” ser executado com tanta perfeição. Também notei que a maioria das atividades visavam criar um raciocínio clínico em nós, buscando primeiro estabelecer um diagnóstico sindrômico para depois pensarmos em um diagnóstico etiológico.

Nas práticas, a saúde do adulto e idoso se destacou como a atividade com o maior número de encontros presenciais, por meio da instrução do professor Ubiratan Adler, que fazia questão do máximo de pacientes e discussões, garantindo assim que entrássemos no internato com uma anamnese e exame físico minimamente adequados. Na segunda metade do quarto ano, passei nos ambulatórios do HU-UFSCar: de cardiologia com a Dra. Meliza Roscani, de neurologia com a Dra. Judith Tayra, de infectologia com a Dra. Sigrid de Sousa e de dermatologia com a Dra. Maristela Adler. Em saúde da criança o estrago foi grande, uma vez que até meu ingresso no internato eu tinha atendido apenas duas crianças. Na saúde da mulher, por meio dos encontros com a professora Cláudia Adão no terceiro ano e com a professora Carla Polido no quarto ano, realizei uma boa quantidade de consultas e de exames especulares. A saúde da família e comunidade foi outra expoente graças ao preceptor, Dr. Edgar, que permitiu um cenário diverso na USF

Antenor Garcia, no qual foi possível a realização de múltiplos atendimentos em diversos estratos etários.

De atividade eletiva, realizei um estágio de 200 horas dentro da maternidade da Santa Casa de São Carlos e em uma clínica de ecografia obstétrica, junto com o professor Humberto Hirakawa.

Também em 2023, iniciei um relacionamento com minha companheira, Alice Linhares. Estamos juntos desde então, atualmente somos noivos e estamos planejando nosso casamento. Ela é professora de português e inglês. Junto de meus pais e de meus amigos mais próximos, ela é a pessoa que me apoiou durante esses anos. Ela foi uma das primeiras pessoas a valorizar o fato de que eu quero ser um médico especialista em medicina da família e comunidade.

Por fim, o quarto ano estava terminando. Chegaria também um novo momento, o do internato e posteriormente da residência. O que levaria as provas de residência médica e os cursinhos preparatórios para a mesma. Eu novamente recorri aos meus veteranos que, para cursinho, sugeriram focar principalmente em aprender o conteúdo para o internato e vida e depois, focar em questões para as provas de residência. Era minha ideia. Então, embarquei para esse novo desafio que era o internato.

## 2. 6 O INTERNATO

Antes do início do internato, tive uma boa notícia: fui aprovado para um estágio eletivo em cirurgia plástica na cidade de Curitiba/PR. Portanto, eu passei todo o mês de abril de 2024 imerso nesta outra realidade. Consegui esse estágio por meio da Diretoria Executiva Nacional dos Estudantes de Medicina (DENEM). Durante o mês, tive a oportunidade de acompanhar as atividades dos residentes em cirurgia plástica no Hospital Universitário Cajuru e no Hospital do Rocio. Particpei de diversas cirurgias, atendi pacientes no ambulatório de especialidades, evolui os pacientes internados, participei de aulas de técnicas cirúrgicas e apresentei um seminário para todos. Além disso, tive a oportunidade de conhecer a cidade nos períodos em que estava livre.

No final do mês de abril de 2024, retornei a São Carlos para iniciar o internato. Consegui fazer um grupo com meus amigos Gabriel e Michel. Nosso primeiro estágio foi em pediatria. Inicialmente, fizemos a maioria das atividades na enfermaria pediátrica do HU-UFSCar, acompanhados pela professora Cristina Ortiz. Aprendi muito durante esse período. Foi meu primeiro contato com pacientes internados e, em muitos casos, com condições graves de saúde. Desse estágio, levo com alegria a importância que é dada para uma prática médica baseada em evidência e centrada no paciente. Posteriormente, iniciei as atividades na maternidade da Santa Casa de São Carlos, com foco na recepção de recém nascidos e nas avaliações clínicas dos primeiros dias de vida. Este segundo momento do estágio foi marcado por muitos dias felizes. O ambiente da maternidade é diferente do ambiente hospitalar em geral. Lá, em geral, as pessoas estão felizes por estar no hospital.

O segundo estágio foi focado em saúde coletiva. Nele, frequentávamos ambientes como o CAPS, a enfermaria de psiquiatria do HU-UFSCar e o CAPS. Porém, o ponto alto do estágio foi passar na USF CDHU e acompanhar o Dr. Kayque Dallacqua. Pude acompanhar a participar de uma Atenção Primária em Saúde (APS) resolutive, que visava cuidar das demandas em saúde ao invés de apenas encaminhar. Aprendi sobre coordenação do cuidado, procedimentos na APS, protocolos de atenção básica, entre outras coisas. Particpei também de uma ação de promoção de saúde com profissionais do sexo de um local da abrangência da USF. Passar por esse estágio fez de mim um futuro médico mais humano, mais baseado em evidências e que pratica uma medicina centrada na pessoa. Durante as discussões teóricas, tivemos um aprofundamento em semiologia, visando investigar e raciocinar com base na fisiopatologia das diversas condições em saúde que aparecem rotineiramente na APS. Por fim, realizamos um trabalho de mapeamento e cadastramento de uma ocupação dentro do território.

No terceiro estágio, tivemos 7 semanas focadas em obstetrícia. Tivemos 3 frentes de discussões: assistência ao parto, assistência ao pré natal e ultrassonografia obstétrica. Em cada frente de discussão, pude notar a importância que era dada à humanização da atenção obstétrica por parte de nossos docentes, que era refletida no cuidado praticado nos ambulatórios de pré natal de alto risco que frequentamos no HU. Porém, as atividades práticas na Maternidade da Santa

Casa eram o oposto. Presenciei momentos em que a autonomia da gestante não era respeitada e que a medicina baseada em evidências não era totalmente praticada. Foi o primeiro momento da graduação em que observei condutas inadequadas e me deparei com esse dilema.

Durante o estágio de cirurgia, tivemos algumas frentes de discussão. Tivemos aula sobre situações de trauma, tivemos aula focadas em cirurgia geral, aulas em urologia e aulas em técnicas cirúrgicas. Passamos por diversos ambulatórios e acompanhamos cirurgias de diversas especialidades. Porém, o ponto alto do estágio foi o Serviço Médico de Urgência (SMU) da Santa Casa. Nele, presenciei situações reais de pacientes graves, muitas vezes em situações de trauma. Pude fazer alguns procedimentos como drenagem de tórax, intubações e suturas e pude ser introduzido ao conceito de atendimento em emergência.

Por fim, tive o estágio da clínica médica, realizado em sua totalidade no HU-UFSCar. Passamos pela enfermaria, pela UTI e pelo pronto atendimento. Como passamos por um hospital escola nesse estágio, tivemos a oportunidade de realizar diversos procedimentos, ao invés de apenas observar o médico fazê-los. O estágio foi marcado por pacientes (em geral) mais idosos, com diversas patologias de base, que tiveram alguma exacerbação. Aprendi muito sobre cuidados paliativos e sobre cuidado de condições de saúde muito prevalentes na população (como doença pulmonar obstrutiva crônica, insuficiência cardíaca). No final do quinto ano de curso, posso que me tornei um “futuro” médico mais humano.

Entre o quinto e sexto ano, optei por realizar um estágio eletivo na área de radiologia, com o intuito de melhorar minhas análises de exames de imagem. Consegui uma vaga no estágio de radiologia dentro do HU-UFSCar. Fiquei um mês inteiro acompanhando as seguintes atividades: tomografia computadorizada, mamografia, radiografias em geral, ultrassonografias (vascular, abdominal, ecocardiogramas). Em cada atividade, pude acompanhar um médico especialista de cada área. Também foi uma experiência rica, me deixando mais preparado para o sexto ano do curso e, posteriormente, para a minha prática médica.

Em geral, os estágios do sexto ano do curso foram semelhantes ao quinto ano. Porém, no lugar do estágio de saúde coletiva, tivemos o estágio de ambulatórios, onde acompanhamos uma especialidade médica em consulta eletiva

em cada horário de atendimento. Foi um estágio em que tive muito estudo (todos os dias havia pelo menos dois temas a serem estudados) e de muito aprendizado. Como foi o último estágio do curso de medicina, pude notar que eu estava mais preparado para a prática médica, ainda que necessite de muito aprendizado.

### **3 CONCLUSÕES/CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Ao revisitar toda a trajetória que compôs esta narrativa, percebo que minha formação em medicina ultrapassou em muito os limites de uma simples graduação. Foi, antes de tudo, uma jornada de vida. Cada capítulo dessa caminhada, da escolha ainda adolescente até os estágios finais do internato, carregou consigo marcas de desafios, pausas, retomadas e superações que me transformaram profundamente, tanto como futuro médico quanto como ser humano.

Lembro-me do início, quando a medicina era um sonho embalado pela admiração por profissionais que marcaram minha infância. A entrada na Faculdade de Ciências Médicas de Santos e, posteriormente, a mudança para a UFSCar simbolizaram os primeiros passos concretos rumo a esse sonho. Contudo, não demorou para que a realidade da vida acadêmica, somada às vulnerabilidades pessoais, trouxesse à tona as dificuldades mais profundas. O esgotamento, a depressão e a decisão de trancar o curso foram marcos dolorosos, mas necessários. Foram momentos em que precisei parar, olhar para mim mesmo e admitir minhas limitações. Afastar-me da medicina não significou abandonar o sonho, mas, paradoxalmente, aproximar-me dele de forma mais consciente.

O retorno, anos depois, representou mais do que uma reentrada acadêmica: foi um renascimento. Voltei diferente — mais maduro, mais consciente de minhas fragilidades e mais preparado para enfrentá-las. Voltei com a certeza de que a medicina não era apenas um projeto profissional, mas um chamado que atravessava minha existência. Essa segunda chance me ensinou que os fracassos também são mestres, e que os caminhos tortuosos podem ser férteis para um aprendizado mais profundo.

Nesse processo, compreendi que a formação médica não é apenas técnica. As metodologias ativas, inicialmente desafiadoras, revelaram-se um caminho para a construção de um raciocínio clínico sólido, capaz de articular ciência, prática e

sensibilidade. Aprendi que não basta decorar protocolos ou diagnósticos: é preciso enxergar a pessoa por trás do paciente. O método construtivista exigiu de mim autonomia, disciplina e coragem de me expor em discussões, mas também me deu algo inestimável — a consciência de que o conhecimento se constrói em diálogo, e que a medicina só faz sentido quando praticada com escuta e empatia.

Ao mesmo tempo, as experiências extracurriculares foram centrais na minha formação. A atuação em projetos como o Saúde da Rua, o envolvimento com a atlética e a bateria universitária, a convivência em ligas acadêmicas e a gestão em espaços estudantis ensinaram-me que ser médico não se restringe ao consultório ou ao hospital. Cada espaço de convivência, cada atividade comunitária, cada ensaio ou ação voluntária me formou como alguém capaz de cuidar e de liderar. Foram nesses espaços que aprendi sobre trabalho em equipe, responsabilidade social e a importância de um olhar integral para as pessoas.

Não posso deixar de reconhecer o papel fundamental daqueles que caminharam ao meu lado. Família, amigos, professores, colegas e minha noiva foram pilares de sustentação em momentos de incerteza. Em muitas ocasiões, foram eles que me lembraram do porquê dessa escolha, oferecendo apoio, incentivo e amor quando a caminhada parecia pesada demais. Essa rede de apoio não apenas me ajudou a permanecer, mas também mostrou, na prática, o que significa o cuidado — aquele mesmo cuidado que pretendo levar aos meus pacientes.

Outro marco dessa jornada foi a definição da especialidade que desejo seguir. A Medicina de Família e Comunidade não surgiu por acaso: foi fruto de vivências, reflexões e encontros. Encontrei nela um espelho do que acredito ser a essência da prática médica — a proximidade com as pessoas, a visão integral do paciente, a valorização da atenção primária e da prevenção, a prática baseada em evidências e centrada no ser humano. Essa escolha representa, ao mesmo tempo, um compromisso ético e pessoal: devolver ao mundo aquilo que recebi, cuidando de forma ampla, compassiva e responsável.

Ao olhar para trás, percebo que a jornada não foi linear — e justamente por isso foi transformadora. Os períodos de pausa e dor foram tão importantes quanto os de entusiasmo e conquistas. O que parecia um atraso revelou-se uma oportunidade de amadurecimento. As vulnerabilidades que um dia me fizeram parar são as mesmas que hoje me dão condições de enxergar a dor do outro com mais

empatia. Ser médico, aprendi, não é estar imune às fragilidades humanas, mas permitir que elas se tornem pontes de conexão com quem sofre.

Mais do que a aquisição de habilidades técnicas, a graduação me ensinou sobre resiliência, solidariedade e humanidade. Cada estágio, cada paciente, cada colega de equipe deixou em mim marcas que moldaram o profissional que estou me tornando. Aprendi a importância de reconhecer limites, de buscar ajuda, de respeitar o outro em sua integralidade e de praticar uma medicina ética, fundamentada na ciência, mas também no afeto.

Chego ao fim desta etapa com a convicção de que ser médico não significa apenas carregar um título, mas assumir um compromisso. Compromisso com a vida, com o cuidado, com o Sistema Único de Saúde, com a prática baseada em evidências e, sobretudo, com a dignidade das pessoas que confiarão em mim em seus momentos mais frágeis. Carrego comigo o aprendizado de que a medicina é uma ciência, mas também é uma arte que se faz no encontro humano.

Assim, encerro esta narrativa com o coração grato e esperançoso. Grato por cada desafio, por cada pessoa que me acompanhou, por cada lição aprendida; esperançoso pelo futuro que ainda será construído, pelas vidas que ainda poderei cuidar, pelas histórias que ainda terei a honra de acompanhar. O sonho que um dia quase se perdeu hoje se renova com mais força: volto a ele mais maduro, mais consciente e mais comprometido. Se no início essa caminhada era apenas um desejo de adolescente, agora ela se tornou um projeto de vida.

De volta ao sonho, sigo em frente — não mais apenas como estudante, mas como médico em formação contínua, disposto a cuidar, a aprender e a servir.

## **REFERÊNCIAS**

Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Superior. Resolução CNE/CES nº 4, de 7 de novembro de 2001. Institui Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Medicina. Diário Oficial União. 09 novembro 2000. Seção1:38.

Medicina UFSCar. Curso de Medicina - Projeto Político Pedagógico. 2007.