

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS

**CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE MEDICINA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM MEDICINA**

LEONARDO LOPES BRAGA LUZ

**NARRATIVA REFLEXIVA:
A JORNADA PERCORRIDA PARA HONRAR UMA PROMESSA**

**SÃO CARLOS-SP
2024**

NARRATIVA REFLEXIVA:
A JORNADA PERCORRIDA PARA HONRAR UMA PROMESSA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado com a finalidade de obtenção do título de bacharel em Medicina pela da Universidade Federal de São Carlos.

Orientador: Prof. Dr. Humberto Sadonobu Hirakawa

SÃO CARLOS-SP
2024

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde
Curso de Graduação em Medicina

Folha de Aprovação

Trabalho de Conclusão de Curso, produzido pelo estudante Leonardo Lopes Braga Luz,
avaliado e aprovado pelo orientador na data de ____ de _____ de 2024

Prof. Dr. Humberto Sadonobu Hirakawa
Universidade Federal de São Carlos

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, gostaria de expressar minha profunda gratidão à minha família, sem cujo apoio nada disso teria sido possível. À minha mãe, agradeço por todo o comprometimento em minha criação e na dos meus irmãos, sempre guiada pelo amor, pelos ensinamentos, valores e princípios éticos. Aos meus irmãos, Matheus Lopes Braga Luz e Larah Lopes Luz, agradeço pelo amor incondicional e pelas renúncias feitas para que eu pudesse realizar meu sonho. À minha namorada, Jaqueline Oliveira de Paula Lourenço, agradeço pelo incentivo constante na escolha da minha carreira e por acreditar em meu potencial, sempre me encorajando a enfrentar os desafios e ajudando nas melhores escolhas.

Agradeço também aos grandes amigos que fiz durante a faculdade, especialmente àqueles que estiveram comigo desde o início da caminhada acadêmica e pessoal que enfrentei nesses últimos anos. Sem o apoio, os conselhos, e os momentos de reflexão e diversão, a jornada certamente teria sido muito mais árdua. Nomeio, em ordem alfabética: Daniel Montever, Gideone Cruz, Gustavo Vieira, Francisco Thomé, João Paulo Borges, Leonardo Ferreira, Lucas Liberal, Noah Gabriel, Ricardo Zanatta e Vitor Brasil. Desejo, do fundo do meu coração, que todos alcancem seus sonhos e objetivos. Estarei sempre à disposição para tudo o que precisarem.

À Associação Atlética e Acadêmica Moacir Peixoto Júnior (AAAMPJ), direciono meus sinceros agradecimentos por todas as experiências vividas, pelas pessoas que conheci e pelo crescimento pessoal proporcionado pela oportunidade de fazer parte dessa instituição.

Agradeço também a todos os professores, preceptores e profissionais que contribuíram para minha formação acadêmica e pessoal, com especial agradecimento ao meu orientador, Dr. Humberto Sadonobu Hirakawa, por todo o aprendizado acadêmico e pelo incentivo para me tornar uma pessoa mais consciente e organizada. Agradeço de coração à Dra. Alice Miguel, Dr. Rodrigo Aguilar, Dra. Ana Paula Giraldes, Dr. Gehard Paz, Profa. Dra. Silvana Chacha, Profa. Dra. Meliza Roscani, Profa. Dra. Maria Paula e Profa. Dra. Sigrid Souza, por serem meus maiores exemplos de dedicação e amor à profissão, influenciando diretamente minha futura escolha profissional. Os valores médicos, o conhecimento teórico e prático, além dos conselhos e "puxões de orelha", foram essenciais durante esses anos.

Por fim, um agradecimento especial ao meu falecido pai, José Braz Gomes da Luz, que foi uma inspiração na escolha da minha carreira e um exemplo de vida e superação. Ele sempre se empenhou em formar um ser humano íntegro, com princípios e determinação para alcançar seus sonhos. Nada disso seria possível sem o senhor

RESUMO

Este Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado ao Curso de Medicina da Universidade Federal de São Carlos, é uma narrativa reflexiva sobre a escolha pela graduação em Medicina e os caminhos percorridos até sua conclusão. O trabalho está dividido em três partes: um breve histórico sobre a escolha do curso e o período de pré-graduação, uma análise do período de graduação, abordando as experiências acadêmicas, pessoais e esportivas e, por fim, uma reflexão sobre as escolhas feitas e as perspectivas para o futuro.

Palavras-chave:

Narrativa reflexiva; Medicina; Formação profissional e pessoal.

ABSTRACT

This Course Completion Work, presented to the Medicine course at the Federal University of São Carlos, is a reflective narrative about the choice to graduate in Medicine and the paths taken until its completion. The work is divided into three parts: a brief history of the choice of course and the pre-graduation period, an analysis of the graduation period, covering academic, personal and sporting experiences and, finally, a reflection on the choices made and prospects for the future.

Keywords:

Reflective narrative; Medicine; Professional and personal training.

“Tudo o que um sonho precisa para ser realizado é
alguém que acredite que ele possa ser realizado.”

Roberto Shinyashiki

SUMÁRIO

Introdução	9
Trajetória antes da Medicina UFSCar	10
O começo de toda história	10
O caminho acadêmico até a medicina	12
A trajetória dentro da Medicina UFSCar	15
O curso de medicina da UFSCAR	15
A trajetória acadêmica	16
A trajetória pessoal	20
A trajetória esportiva	22
Considerações Finais	24
Referências bibliográficas	25

Introdução

O trabalho apresentado é uma narrativa reflexiva sobre a jornada percorrida até a formação em medicina. O conteúdo é pautado por um breve histórico sobre a escolha pelo curso, o caminho trilhado e as dificuldades encontradas antes mesmo do ingresso na graduação. Posteriormente o trabalho conta sobre a história de construção dentro dos ambientes que fizeram parte da minha trajetória acadêmica e pessoal. Por fim, apresento uma reflexão concisa sobre a formação realizada, bem como as expectativas e aspirações para o futuro.

Como parte do projeto pedagógico do curso de Graduação em Medicina da Universidade Federal de São Carlos, este Trabalho de Conclusão de Curso é utilizado como instrumento de avaliação do estudante, de forma somativa, contido dentro das atividades de ensino-aprendizagem ao final dos seis anos de curso.

Trajecória antes da Medicina UFSCar

O começo de toda história

No dia 9 de junho de 2008, data em que completei 11 anos, tudo começou. Durante a comemoração do meu aniversário, meu pai começou a sentir uma dor intensa no peito e, considerando sua idade de 58 anos, todos temiam que ele pudesse estar apresentando sinais de um infarto. A festa foi interrompida, e minha mãe o acompanhou ao hospital, dando início a uma sequência de eventos que marcariam profundamente a minha vida e a de toda a minha família, trazendo-me até aqui, neste momento, escrevendo meu trabalho de conclusão de curso para a graduação em Medicina pela Universidade Federal de São Carlos.

Nesse primeiro episódio, as causas mais graves e com risco iminente de vida foram descartadas, e ele recebeu alta do serviço de emergência sem um direcionamento investigativo mais aprofundado. A partir desse marco inicial, foram inúmeras as noites em claro e as idas ao pronto atendimento da minha cidade. Recordo-me de minha mãe aprendendo a dirigir para levá-lo ao hospital e das noites que passamos no estacionamento, aguardando o atendimento. Por meses, vivemos na penumbra quanto à saúde de um homem de 58 anos, que até então nunca havia apresentado qualquer queixa de saúde, não fazia uso de medicamentos e era completamente ativo.

Após vários meses de atendimentos de urgência, consultas particulares e visitas a postos de saúde, um médico decidiu realizar uma endoscopia digestiva alta. Sua hipótese diagnóstica era de uma possível doença gástrica, pois a dor era localizada no epigástrico, com caráter pulsátil e em aperto. A partir daí, iniciou-se o caminho para o diagnóstico. Durante o exame, foi identificada uma massa na região do fundo gástrico, e material foi coletado para análise histopatológica. Após algumas semanas, o resultado da biópsia revelou que os sintomas de meu pai eram decorrentes de um Linfoma não Hodgkin no fundo gástrico.

Após o impacto do diagnóstico de câncer, recordo-me de ter pesquisado sobre a doença. Esse foi meu primeiro contato real com a medicina. Fiquei otimista, pois, segundo minhas pesquisas, tratava-se de uma doença que respondia bem ao tratamento, na maioria dos casos, quando descoberta em estágios iniciais. No entanto, meu pai não respondeu bem, passando por ciclos de quimioterapia, internações em grandes centros médicos, como o Hospital das Clínicas da Unicamp, e chegando a realizar a coleta de medula óssea para um transplante autólogo, que parecia ser nossa maior esperança de cura.

Durante a doença, após o primeiro ciclo de quimioterapia, minha mãe descobriu que estava grávida, esperando o terceiro filho, uma menina. Durante toda a gestação, que coincidiu com o período de doença de meu pai, minha mãe continuou trabalhando na empresa que gerenciava com ele, além de acompanhá-lo nos tratamentos e internações. Na penúltima internação, enquanto o acompanhava, começou a sentir contrações e teve a bolsa rompida, resultando no nascimento de minha irmã Larah, nome escolhido por meu pai.

Após o nascimento da minha irmã, meu pai fez a coleta de medula e recebeu alta para passar um tempo em casa com a nova filha e com a família. Lembro-me de que, durante esse período, um padre o visitou para rezar por ele. Durante o período da doença, uma das coisas às quais ele mais se apegou foi à religião. Foi nesse momento que lhe disse que queria ser médico e fiz a promessa de que me dedicaria a alcançar esse objetivo. Ele pediu ao padre que também rezasse por mim, para que eu tivesse proteção e discernimento em minha caminhada.

Alguns dias depois, ele precisou ser internado novamente devido às fortes dores, que tornavam insuportáveis os dias em casa. Foi sua última internação. Após cerca de uma semana, ele desenvolveu um edema agudo de pulmão e derrame pericárdico, que resultou em uma parada cardiorrespiratória, revertida por duas vezes, mas, na terceira, nada pôde ser feito, e ele veio a falecer.

O caminho acadêmico até a medicina

Quando decidi cursar medicina, sabia que o comprometimento com os estudos seria essencial. Na época, estudava em uma escola estadual de ensino fundamental e percebi que, para ter acesso a uma instituição de melhor qualidade, o caminho mais lógico seria ingressar em um colégio de ensino médio técnico-profissionalizante.

Após cinco meses de cursinho pré-vestibulinho, consegui entrar em um colégio onde cursaria o ensino médio integrado ao curso técnico de química. Lá, tive acesso a uma estrutura robusta de ensino: aulas em período integral, professores qualificados, laboratórios bem equipados e, o mais importante, contato com colegas que também almejavam ingressar em uma universidade pública de qualidade.

O início foi difícil. O nível de exigência era alto, e logo percebi os déficits educacionais da minha formação anterior. Noites em claro, monitorias e muitos exercícios não pareciam suficientes, e minhas notas continuavam baixas. Passei de um aluno exemplar no colégio anterior para alguém mediano, que em algumas ocasiões precisava de provas de recuperação para ser aprovado.

Com o tempo, fui me adaptando às cobranças. Corri atrás do prejuízo, recuperei o conteúdo que faltava e, aos poucos, minhas notas melhoraram. Fui reconhecido pelos professores pelo esforço, e as amizades que fiz na escola me deram suporte emocional e acadêmico. Ainda assim, apesar do bom desempenho, sentia-me distante da conquista de uma vaga em medicina em uma universidade pública. Via os melhores alunos da turma como concorrentes inatingíveis, o que abalava minha confiança e esperança. Comecei a considerar a possibilidade de cursar engenharia, já que me destacava nas matérias de ciências exatas.

Após concluir o ensino médio, fui incentivado por um professor de matemática, que já havia lecionado no Instituto de Matemática da Unicamp, a seguir estudando. Consegui uma bolsa para um cursinho pré-vestibular sem custos. Mesmo assim, em 2015, ainda não me sentia confiante para tentar medicina e, no final do ano, decidi prestar vestibular para Engenharia Química.

Fiz três provas de vestibular, sendo aprovado em três instituições públicas. Optei por estudar na universidade mais próxima de minha família, já que morava perto do campus da Unicamp. No início de 2016, comecei minha primeira graduação. Fiquei feliz, principalmente por estar em uma das melhores universidades do país e em um curso muito concorrido. No

entanto, pensamentos sobre medicina não me deixavam em paz: "Quero ser médico, sempre quis. Prometi ao meu pai que seria médico". Mas a insegurança persistia, e eu me questionava se seria capaz de enfrentar um vestibular ainda mais concorrido.

Continuei no curso de engenharia e, no segundo ano, conheci minha namorada, uma pessoa especial que sempre me apoiou e acreditou no meu potencial. Ela via meu esforço, minhas boas notas, e me incentivou a seguir o sonho da medicina. Ao mesmo tempo, comecei a colher bons frutos acadêmicos. Obtive a maior média da turma e, com meu desempenho nas matérias do Instituto de Matemática da Unicamp, fui convidado a participar de um projeto que me permitiria obter dois diplomas: um em engenharia e outro em matemática ou estatística.

Por um tempo, acreditei que minha trajetória estava definida, com a possibilidade de um diploma duplo e uma extensão acadêmica em uma universidade europeia. Porém, no final do segundo ano, após muita reflexão, decidi trancar o curso de engenharia e seguir em busca da tão sonhada vaga em medicina.

Minha mãe não reagiu bem à ideia, o que afetou muito minha saúde mental. Mais uma vez, fui atrás de bolsas de estudo em cursinhos preparatórios e consegui uma bolsa integral em um cursinho voltado para vestibulandos de medicina em Campinas. Assim, comecei a verdadeira jornada rumo à vaga.

O ano de preparação foi conturbado. Minha mãe demorou para aceitar que eu estava deixando uma graduação pela metade. Além disso, estava no meu primeiro namoro, e nós dois vivíamos momentos de vida distintos, com objetivos diferentes. Com o tempo, as coisas se alinharam. Recebi apoio de uma psicóloga do cursinho, minha mãe passou a me apoiar integralmente, e meu relacionamento se tornou mais saudável e cheio de cumplicidade.

O maior desafio naquele momento era o prazo: eu tinha apenas um ano de trancamento na engenharia, então precisava garantir minha aprovação em medicina em dez meses. À medida que as provas se aproximavam, a ansiedade crescia, tanto pela espera dos resultados quanto pela expectativa de meu irmão mais novo, que também fazia seu primeiro ano de vestibular.

No final, tudo deu certo. Consegui a aprovação em uma boa universidade pública, e meu irmão também garantiu uma vaga em administração na Unicamp. A felicidade foi completa. Senti que o maior passo para realizar meu sonho e cumprir a promessa feita ao meu pai havia sido alcançado.

Naquele momento, o principal obstáculo havia sido superado, mas eu sabia que novos desafios viriam: morar longe da minha família e da minha namorada, me adaptar a uma cidade desconhecida, fazer novas amizades, passar por novas experiências e superar novos obstáculos. Mas eram dificuldades que eu estava disposto a enfrentar por um objetivo maior.

A trajetória dentro da Medicina UFSCar

O curso de medicina da UFSCAR

Tudo começou com uma grande surpresa. No dia da matrícula descobri que o curso funcionava de uma forma diferente dos tradicionais cursos de medicina das grandes instituições de ensino do nosso país. Primeiro preciso lhes explicar, pelo menos de forma básica, como o curso funciona e é estruturado.

Basicamente o currículo do curso se estrutura em três grandes ciclos de formação, com uma metodologia que prioriza a aprendizagem ativa e o desenvolvimento de habilidades práticas desde o início da graduação.

O Primeiro Ciclo (1º e 2º ano), que integra ciências biológicas, humanas e sociais, proporcionando uma base teórica desenvolvida desde o início com a exposição dos estudantes à metodologia ativa de aprendizado. O intuito dessa abordagem é baseado no estímulo à resolução de problemas reais em saúde, desenvolvendo raciocínio clínico e pensamento crítico.. Já neste ciclo, os estudantes têm o primeiro contato com cenários de prática médica por meio de atividades supervisionadas em unidades básicas de saúde, começando sua formação em atendimento primário.

Depois temos um Segundo Ciclo ou Ciclo clínico (3º e 4º ano), que foca no desenvolvimento de habilidades clínicas em ambientes de prática real. Nessa fase teoricamente teríamos atividades práticas em hospitais e unidades de saúde: onde os estudantes passariam a atuar mais intensamente em diferentes ambientes clínicos, desde unidades de atenção primária até hospitais de maior complexidade. As disciplinas e práticas são organizadas de forma a proporcionar contato diverso e integrado entre áreas da medicina, como pediatria, ginecologia, clínica médica e cirurgia.

Por último, o Terceiro Ciclo, também conhecido como fase de internato (5º e 6º ano), que oferece uma imersão total na prática médica supervisionada. Os estudantes passam a maior parte do tempo em hospitais e unidades de saúde, enfrentando a rotina médica e exercendo responsabilidades crescentes sob supervisão. Essa é a fase final da formação médica, que tem como objetivo consolidar as competências adquiridas ao longo dos ciclos anteriores, com foco em atuação prática e formação generalista.

A trajetória acadêmica

O curso, baseado em uma metodologia ativa, foi bastante desafiador, especialmente no primeiro ciclo de ensino. A principal dificuldade, sem dúvida, estava relacionada à interação social e à exposição em pequenos e grandes grupos. As atividades expositivas, que fazem parte da metodologia ativa de ensino, representaram um verdadeiro desafio. Participar das discussões sobre qualquer assunto era complicado; eu não conseguia me expressar adequadamente ou da maneira como desejava. Às vezes, intervir em uma discussão parecia quase impossível, o que aumentava minha ansiedade e preocupação com o meu processo de aprendizagem.

Diante das dificuldades de interação social e do uso das ferramentas de comunicação, acredito que o curso foi extremamente importante. As atividades propostas e a forma como o curso é organizado tornaram essas ferramentas essenciais para o meu desenvolvimento como acadêmico de medicina e futuro médico. Os diversos encontros em atividades teóricas em pequenos grupos, nos quais éramos avaliados com base em nossas contribuições e participação ativa, me forçaram a desenvolver habilidades comunicativas fundamentais para a rotina de um profissional de saúde.

As atividades de prática profissional, que exigiam interação com profissionais de diferentes áreas da saúde e com pacientes, também foram essenciais nesse processo de evolução. Nas conversas e discussões com outros profissionais, era possível compreender os pontos de vista de diversas especialidades, especialmente no contexto da atenção primária à saúde, onde a comunicação era crucial para o funcionamento adequado de todo o aparato multiprofissional voltado ao atendimento dos pacientes.

Além disso, o desenvolvimento de ferramentas de comunicação foi crucial para o atendimento aos pacientes. Tornar a informação acessível e compreensível para cada paciente era um processo individualizado e dependia de diversos fatores, como a situação social em que o paciente estava inserido, seu nível educacional, poder econômico, cultura religiosa, costumes regionais, entre outros aspectos. Esses fatores tornavam a comunicação a ferramenta mais importante no atendimento e na transmissão de informações para a população.

Por isso, acredito que, como profissional médico, uma das ferramentas mais valiosas é a nossa capacidade de comunicação e interação social. O curso de medicina, da forma como foi proposto, teve um papel fundamental no desenvolvimento dessa habilidade em minha trajetória pessoal e profissional.

Outra grande dificuldade estava no direcionamento dos estudos, na busca por fontes confiáveis e no estabelecimento de limites mínimos para alcançar os objetivos propostos em cada atividade. Afinal, nas discussões teóricas, os professores, também chamados de facilitadores, não podiam interferir diretamente no processo de ensino-aprendizagem, o que limitava o compartilhamento de fontes de estudo e um direcionamento claro dos tópicos e pontos essenciais a serem abordados.

Com o tempo, aprendi e desenvolvi métodos de estudo que tornaram meu aprendizado mais funcional e eficaz. Sempre tive uma abordagem lógica para o aprendizado; os conceitos precisavam ter uma estrutura racional que fizesse sentido na minha mente para que o conhecimento fosse solidificado. O curso me ajudou a construir um conhecimento a partir da base, passando por disciplinas como anatomia, histologia e fisiologia, até chegar à fisiopatologia das doenças. Esse aprendizado se complementava com o estudo da semiologia e semiotécnica, e, finalmente, culminava na prática, onde eu unia todos os conceitos adquiridos para aplicá-los de forma que um estudante de medicina precisa.

Acredito que a habilidade de raciocínio clínico é uma das mais essenciais e necessárias para que um médico possa exercer sua profissão de maneira completa. Contudo, seu desenvolvimento ocorre ao longo do tempo, e considero que essa habilidade é cada vez mais aprimorada com a prática repetitiva aliada ao conhecimento teórico que serve de alicerce. Hoje, vejo que meu raciocínio clínico ainda está em desenvolvimento, com muito espaço para refinamento e melhorias, mas reconheço o quanto ele foi trabalhado ao longo do curso de medicina.

A estrutura do curso, inicialmente dividida em três pilares interligados nos dois primeiros anos, seguida pelo ciclo clínico, foi fundamental para o desenvolvimento dessa habilidade. Durante o ciclo clínico, fomos expostos a atendimentos reais que testavam e aprimoravam nosso raciocínio clínico, e essa formação foi refinada na prática, com mais responsabilidade e contato direto com as diferentes especialidades médicas e suas particularidades. Esse percurso foi crucial para a evolução do raciocínio clínico que possuo hoje.

Claro que ainda tenho muito a desenvolver, e acredito que esse aprimoramento continuará, especialmente durante uma boa residência médica. Estou confiante de que, com a prática constante e o aprofundamento do conhecimento, estarei cada vez mais próximo de alcançar um nível de raciocínio clínico que permita um atendimento médico seguro, baseado em evidências e em conhecimentos bem consolidados.

Uma grande habilidade também desenvolvida durante o curso foi relacionada ao desenvolvimento emocional. As habilidades que um médico precisa ter, do meu ponto de vista, também estão muito ligadas às questões emocionais e à conduta diante do sofrimento do paciente. Independentemente do motivo que leva uma pessoa a procurar atendimento médico, ele sempre está associado a algum tipo de sofrimento, seja relacionado a uma enfermidade atual, a uma experiência de atendimento médico anterior, ao medo de um novo diagnóstico, ou a diversas outras situações.

Inicialmente, o sofrimento do outro me tocava profundamente, mas de uma forma que não me permitia ajudar de maneira eficaz para cessar ou diminuir esse sofrimento. Acredito que grande parte dessa "somatização" do sofrimento alheio se deu pela experiência que vivi quando meu pai foi paciente. Pensava no quanto minha família sofria com as incertezas e a rotina diária de um hospital, além da impotência que sentíamos diante do caso. Isso também refletia na minha vida pessoal. Muitas vezes, a vida profissional interferia no meu cotidiano e no das pessoas ao meu redor.

O curso, com seus diversos anos de aprendizado, atendimentos, diferentes situações de exposição (desde as mais alegres até as mais tristes) e com exemplos de diversos profissionais que acompanhavam o nosso dia a dia, foi fundamental no desenvolvimento de habilidades relacionadas à inteligência emocional. A empatia sempre esteve muito presente na minha rotina. Sempre me importei profundamente e me colocava na perspectiva do outro em relação ao seu sofrimento. Contudo, isso chegou a me atrapalhar, pois não conseguia delimitar claramente a minha área de atuação e até onde eu poderia realmente ajudar aquela pessoa, respeitando os limites profissionais.

Através do curso, pude desenvolver uma certa "frieza", que é necessária, mas não no sentido de se tornar insensível ao sofrimento do outro. Entendi que, como profissional de saúde, temos limitações de ação e conduta. Não podemos prometer coisas que estão além do nosso alcance, nem diminuir as expectativas e esperanças de um paciente ou de sua família. Nosso papel é fornecer informações claras sobre a situação e oferecer o apoio necessário para que a aceitação aconteça da forma mais segura possível, com responsabilidade, empatia, conhecimento técnico e também emoção, mas sempre dentro dos limites profissionais e humanos.

Para aqueles que têm fé e para os que não têm, devemos lembrar que não somos Deus, nem qualquer outra força que rege a vida humana. Somos apenas uma ferramenta de apoio, que, por vezes, está associada à cura, mas também pode estar relacionada a

uma morte confortável, sempre em um contexto de extrema fragilidade por parte do agente principal de todo esse processo: o paciente.

Acredito que as ferramentas de comunicação, raciocínio clínico e desenvolvimento emocional foram as mais importantes que desenvolvi durante esses seis anos de curso. Cada uma delas com sua devida importância, mas, em conjunto, elas me permitem, hoje, ser uma pessoa mais preparada para me tornar o profissional que sonho em ser um dia.

Se eu pudesse compilar os acontecimentos necessários para o desenvolvimento dessas habilidades dentro dos ciclos nos quais o curso de medicina está dividido no Departamento de Medicina da Universidade Federal de São Carlos, faria da seguinte forma:

- O primeiro ciclo inicialmente se apresentou com grandes desafios pessoais e acadêmicos. Todo o turbilhão de coisas novas e inéditas parecia uma grande muralha de dificuldades. Dentro da minha maneira de ser, a comunicação se mostrou provavelmente a ferramenta mais deficitária no início da minha vida acadêmica como estudante de Medicina da UFSCar. No entanto, o curso, com sua organização e planejamento, e com o apoio das pessoas envolvidas, me ajudaram a desenvolver as habilidades necessárias para progredir de forma segura nas próximas etapas da graduação. Por vezes, achei que o papel do curso, no início, não estava sendo cumprido. Eu acreditava que o essencial era decorar diversas enzimas, estruturas ósseas e células do corpo humano. Mas, na realidade, a verdadeira função do curso era desenvolver uma habilidade sem a qual eu não conseguiria chegar ao ponto de escrever este texto: a habilidade de comunicação e de relações interpessoais.
- O segundo ciclo foi um verdadeiro divisor de águas para mim. As novas habilidades de comunicação, o entendimento do meu próprio processo de aprendizagem, as relações interpessoais e uma participação mais ativa em atividades extracurriculares culminaram em dois anos de muito conhecimento e desenvolvimento de habilidades teóricas e práticas. Foi um ciclo muito prazeroso, em que o estudo se desenvolvia bem e, ao mesmo tempo, eu podia aproveitar o processo de formação, tanto profissional quanto pessoal. A união de todo aprendizado teórico e prático realmente começou a se mostrar como ponto importante na minha formação médica. Comecei

a ver que realmente o método funcionava, mas que claramente dependia muito do meu empenho e esforço.

- Já o terceiro ciclo foi, sem dúvida, o mais importante do meu ponto de vista. A partir do internato, percebi que minha escolha profissional estava certa. Tive contato com ótimos professores, preceptores e funcionários dos serviços, que me ensinaram não apenas no plano teórico, mas também no pessoal e no tipo de profissional que planejo ser. A dedicação e o empenho de muitos em transmitir conhecimento despertaram em mim o desejo de talvez seguir o caminho acadêmico. A maneira como esses profissionais se relacionam com os pacientes e com seus colegas de trabalho revelou um lado da medicina que vai muito além do tratamento e da cura de doenças, mostrando que o mais importante em todo o processo é o paciente e como ele se sente diante de todo aquele turbilhão de acontecimentos e fragilidade.

Hoje, consigo olhar para trás e me lembrar de uma frase dita por muitos professores: "Vocês precisarão aprender a aprender." Realmente, o processo é lento, construído tijolo por tijolo, doloroso, mas eficaz e gratificante. O conhecimento adquirido não é em vão; tudo parece se aplicar e conectar aos vários momentos do curso, compondo o processo de formação em Medicina na UFSCar. Para alguns, esse aprendizado ocorre de forma mais natural; para outros, como eu, de forma mais intensa. Mas, sim, ele funciona e vem acompanhado do desenvolvimento de diversas habilidades que só conseguimos enxergar agora, perto do fim de toda essa trajetória.

A trajetória pessoal

Como já mencionei nesta narrativa, sempre fui uma pessoa muito simples e introvertida. Minhas relações interpessoais sempre foram limitadas, com poucos amigos e até mesmo pouca interação dentro de casa com minha mãe e meus irmãos. Eu era o tipo de pessoa que preferia ficar no quarto estudando, jogando videogame ou refletindo sobre meus próprios pensamentos.

Minha forma de ser me afetou muito no início dessa nova etapa de vida, que agora se desenrolava em outra cidade, distante dos amigos, da família e da minha namorada. Quando cheguei a São Carlos, sempre desejei morar sozinho em uma kitnet, pois acreditava que meu jeito reservado e minha forma de organizar e planejar o dia poderiam

ser muito afetados se eu dividisse um espaço com outra pessoa. Minha participação em eventos sociais, como as festas de recepção dos calouros, foi praticamente inexistente. Eu chegava até a porta das festas e decidia voltar para casa. Sentia muita vergonha e medo das novas interações que precisava desenvolver. Isso fez com que eu me isolasse nos primeiros meses em São Carlos e passasse a maior parte do tempo sozinho.

Os fins de semana em São Carlos eram difíceis para mim. Eu mal podia esperar para embarcar no ônibus de volta para casa, onde podia ver minha família e minha namorada. Praticamente todos os fins de semana dos primeiros seis meses de graduação foram passados em casa. No início, isso prejudicou tanto meu desempenho acadêmico, pois a viagem era cansativa e eu queria aproveitar ao máximo o tempo em minha cidade natal, quanto minha vida social, já que praticamente não interagia com colegas de sala e de curso.

A grande mudança aconteceu quando decidi voltar a praticar futsal. Esse esporte e o futebol foram minhas maiores ferramentas de socialização e lazer ao longo da vida. Por meio de alguns veteranos, comecei a treinar pela AAAMPJ, sendo muito bem recebido por todos do time e pelo treinador. Além disso, o time serviu como porta de entrada para participar da atlética, inicialmente como ouvinte nas reuniões e, posteriormente, como Diretor Geral de Esportes. Fazer parte da instituição ajudou-me a desenvolver habilidades de comunicação, interação pessoal e capacidade de resolver problemas e lidar com imprevistos. A partir desse crescimento pessoal, minhas habilidades acadêmicas também melhoraram muito, e minha vida em São Carlos passou a fazer mais sentido.

Outras instituições, como a Liga Acadêmica de Cardiologia (LACOR), a Liga de Urgências Traumáticas e Clínicas da UFSCar (LUTCU), a Liga Acadêmica de Diabetes (LAD), a Liga Acadêmica de Medicina do Esporte e do Exercício (LIMESP) e a Liga Acadêmica de Ortopedia e Traumatologia (LATORP-UFSCar), também desempenharam um papel importante em minha trajetória. Fui membro da gestão de algumas delas e organizei eventos em outras, o que me permitiu desenvolver habilidades acadêmicas e sociais.

Destaco também a importância do Projeto Saúde de Rua - São Carlos (SDR-SC), iniciado por uma colega de curso, Agatha Lopes, com o objetivo de oferecer atendimento de qualidade à população em situação de rua de São Carlos. Participar dos eventos e atividades propostas permitiu-me ter contato com pessoas em situação de vulnerabilidade social e de saúde, algo que eu já conhecia, mas da qual não tinha uma dimensão tão concreta. Essa experiência me ajudou a desenvolver habilidades de comunicação para diversos públicos, além de fortalecer minha empatia e amor ao próximo. Muitas vezes,

temos uma visão idealizada do que é ser médico, e o SDR mostrou um lado menos glamouroso, mas extremamente necessário da profissão médica.

Acredito que esses foram os principais fatores na formação de meu caráter. Os anos mais importantes para o desenvolvimento da consciência e compreensão do que é viver em sociedade foram vividos em uma perspectiva que me proporcionou muito crescimento e aprendizado. Tenho muito a aprender, ensinar e compartilhar, e tenho a certeza de que esses anos em São Carlos, no curso de Medicina, convivendo com as pessoas que conheci e passando por tantas experiências, serão determinantes para o meu futuro e minha carreira.

A trajetória esportiva

O futsal e o futebol sempre foram uma grande paixão. Era a forma como eu passava a maior parte do tempo com meu pai. Ele era meu maior incentivador: me levava aos treinos, assistia aos meus jogos, comprava minhas chuteiras, me levava ao estádio para ver nosso time do coração (Corinthians) e sempre compartilhou comigo o sonho de me tornar jogador profissional.

O esporte, principalmente o futebol, sempre foi minha maior fonte de socialização. Até a chegada em São Carlos, minhas amizades mais próximas foram feitas dentro de um campo ou quadra. Na universidade, a história não foi diferente. Como já relatei, o futsal e os treinos da AAAMPJ foram ferramentas muito importantes na minha vida acadêmica e pessoal.

Lembro que nos primeiros treinos fui muito bem recebido. As pessoas que estavam ali, ainda sem saber, se tornariam meus maiores amigos durante esses anos em São Carlos. Hoje, os considero como irmãos que a vida me deu. A convivência era muito boa, e a descontração ajudava a manter a saúde mental, além dos conselhos sempre muito acertados. Compartilhamos dicas de estudo, fontes, discussões sobre matérias, problemas familiares, conquistas e derrotas, tudo era dividido com meus companheiros de time.

A relação se fortalecia a cada ano, muito por causa da situação do time quando comecei a treinar. Perdíamos jogos por goleadas de mais de 10 gols de diferença, até que,

em determinado momento, decidimos nos empenhar ao máximo e treinar até o limite para alcançar um objetivo maior: ganhar uma medalha com aquele time. Com o tempo, o time se fortaleceu; novos atletas de qualidade chegaram e, tanto fisicamente quanto taticamente, o time cresceu muito. O resultado não poderia ser diferente: conquistamos nossa primeira vitória após mais de um ano de preparação, vencendo o time de Medicina da USP-RP, que jogaria a Intermed naquele ano. Com o tempo, notamos que era difícil para qualquer time nos enfrentar, pois éramos muito aguerridos e unidos dentro e fora de quadra.

Os momentos de maior orgulho e felicidade dentro da faculdade aconteceram vestindo a camisa do time de futsal da Medicina UFSCar. Foi uma honra dividir a quadra com tantas pessoas por quem tenho grande afeto: Torres, Chico, Batoré, Poste, Foguinho, Bahia, Vitão, Papa, Trissomia, Gazzola, Demoney, Por Favor, Perera e MC Love. Deixo aqui meus sinceros agradecimentos a esses que foram meus maiores amigos e apoiadores durante essa caminhada.

Ao longo desses seis anos de dedicação ao time, consigo contar nos dedos as vezes que não pude comparecer aos treinos. O futsal foi uma das maiores prioridades da minha vida nos últimos anos. Conquistamos, com orgulho, três medalhas: duas de prata e uma de bronze. Mas, na verdade, as maiores conquistas foram fora de quadra, através das amizades, dos aprendizados e dos momentos de vitória e derrota, de felicidade e tristeza. Tudo isso faz parte da pessoa que sou hoje.

Minha despedida aconteceu no dia 13 de outubro de 2024, data do meu último jogo pelo time. Foi uma despedida digna, jogando mais uma final de campeonato, mas, infelizmente, ficando novamente com a medalha de prata. Independentemente disso, tenho muito orgulho de tudo o que o time conquistou. Fizemos por merecer. Tenho certeza de que sentirei muita falta da rotina de treinos, jogos e da convivência com as pessoas que ainda continuarão defendendo nossas cores.

Agradeço por todas as oportunidades de ter entrado em quadra pelo time. Obrigado por ter me ensinado tanto sobre trabalho em equipe, resiliência, determinação e humildade. Foi um grande orgulho vestir a camisa 7, com o nome "Smigol", e ter sido capitão desse time por um período importante. Jamais esquecerei as histórias vividas.

Considerações Finais

Esta narrativa reflexiva teve como objetivo registrar todo o caminho percorrido durante a jornada em busca do meu sonho de ser médico. A caminhada não foi nada fácil, muito menos linear; foi cheia de curvas, altos e baixos, mas foi a trajetória necessária para me tornar a pessoa que escreve este texto hoje.

Sou extremamente grato a tudo que vivi nesses últimos anos. As experiências, momentos, histórias e pessoas tornaram essa trajetória muito mais rica e interessante. Com certeza, o crescimento acadêmico foi secundário e o mais importante, claramente, está em todo o crescimento e desenvolvimento pessoal. Tudo isso me deixa extremamente feliz, porque sei que estou no caminho certo para me tornar a pessoa e o médico que sempre sonhei.

Faltam pouco menos de 70 dias para a minha colação de grau. Estou perto de cumprir a promessa que fiz ao meu pai e de realizar o sonho de me tornar médico. Sei que ainda tenho um caminho longo a trilhar, cheio de outras incertezas e desafios, mas também sei que todo esse processo é necessário para a formação de um médico e ser humano.

Hoje, a única certeza que tenho na vida é de que o Leonardo de 11 anos de idade, por mais que não tivesse noção de tudo aquilo que viveria, acertou em cheio na escolha.

Ao meu pai, que de algum modo pode me ouvir: estamos perto, pai. Mais alguns meses e a promessa será cumprida. Peço que continue iluminando meu caminho para que eu me torne o médico que sempre sonhei, aquele que cuida de pessoas e não apenas de doenças.

Referências bibliográficas

- 1) UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS (UFSCar). Projeto político pedagógico do curso de Medicina. São Carlos, 2007.