

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS  
DEPARTAMENTO DE MEDICINA

CAMILA TAKAE KOYAMA

**PARA ALÉM DA MEDICINA**  
**Uma imersão reflexiva**

SÃO CARLOS - SP

2024

CAMILA TAKAE KOYAMA

**PARA ALÉM DA MEDICINA**

**Uma imersão reflexiva**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao  
Departamento de Medicina da Universidade  
Federal de São Carlos para obtenção de título  
de bacharel em Medicina

Orientadora: Profa. Dra Joyce do Rosário Martins

SÃO CARLOS - SP

2024

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde  
Graduação em medicina

**Folha de aprovação**

Assinatura dos membros da comissão examinadora que avaliou e aprovou o Trabalho de Conclusão de Curso da estudante Camila Takae Koyama, realizada em 02/11/2024.

---

Profa. Dra. Joyce do Rosário Martins  
Universidade Federal de São Carlos

## **DEDICATÓRIA**

Aos meus antepassados, que permitiram a minha existência e a garantia do meu estudo a partir de suas jornadas e de seus sonhos.

## **AGRADECIMENTOS**

À minha avó, Yoshiko Kasama, a quem atribuo o meu espírito curioso. Ao meu pai, Ricardo, que é o meu modelo de solidez e de resiliência, características sem as quais não conseguiria transpor os obstáculos em minha vida. À minha mãe, Helena, que me ensinou que a elegância vive nos detalhes. À minha irmã, Mônica, que perpetua em mim o olhar cuidadoso sobre o outro. Ao meu irmão, Gustavo, que é tradução da alegria que tanto possibilita o caminho. Aos amigos, com os quais dividi as tristezas e compartilhei as alegrias em minha vida. Aos professores, nos quais me espelho para buscar a excelência como médica. À educação pública e de qualidade no Brasil, que me possibilitou no ensino médio e durante a graduação experiências essenciais para a construção de minha cidadania e de minha formação acadêmica.

“Por elas...  
que sempre sejam corajosas;  
que suas almas sejam protegidas por muitas  
outras, pois ao nosso mundo carente elas trazem  
recursos conquistados a duras penas.”

Clarissa Pinkola Estés



## RESUMO

Um texto que convida a uma imersão reflexiva sobre a trajetória acadêmica ao longo do curso de medicina, contemplando a literatura, a ancestralidade, o amor e as conquistas acadêmicas. As reflexões perpassam a temporalidade que me atravessa, de modo que discorro sobre os motivos que me levaram à medicina e as perspectivas que me rondam ao final do curso. Sou uma história e aqui apresento uma parte de mim.

**Palavras – chaves:** medicina; graduação médica; saúde; cuidado em saúde.

## **ABSTRACT**

A text that invites you to reflect on the academic journey throughout a medical degree, contemplating literature, ancestry, love, and academic achievements. The reflections permeate the temporality that passes through me, so that I discuss the reasons that led me to medicine and the perspectives that surround me at the end of the course. I am a story and here I present a part of myself.

**Keywords:** Medicine, medical degree, health, health care.

## LISTA DE SIGLAS

ACIEPE - Atividade Curricular de Integração entre Ensino, Pesquisa e Extensão

CNPq - Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico

COBEM - Congresso Brasileiro de Educação Médica

COVID-19 - Coronavirus Disease 2019

CREMESP – Conselho regional de Medicina do Estado de São Paulo

ES – Estação de Simulação

ETESP – Escola Técnica Estadual de São Paulo

HU-UFSCar — Hospital Universitário da Universidade Federal de São Carlos

IC – Iniciação Científica

PP – Prática Profissional

SAI – Saúde do Adulto e do Idoso

SF-36 – Short Form 36

SP – Situação Problema

TCC – Trabalho de Conclusão de Curso

UFSCar – Universidade Federal de São Carlos

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>12</b>
<b>2</b>	<b>CAPÍTULO 1 – ANTES DO INÍCIO</b>	<b>12</b>
<b>3</b>	<b>CAPÍTULO 2 – PRIMEIROS PASSOS NA MEDICINA</b>	<b>13</b>
<b>4</b>	<b>CAPÍTULO 3 – A BAILARINA DA MORTE</b>	<b>14</b>
<b>5</b>	<b>CAPÍTULO 4 – DO BÁSICO AO CLÍNICO</b>	<b>16</b>
<b>6</b>	<b>CAPÍTULO 5 – ATRAVÉS DO INTERNATO</b>	<b>17</b>
<b>7</b>	<b>CAPÍTULO 6 – PARA ALÉM DA MEDICINA</b>	<b>18</b>
<b>8</b>	<b>CAPÍTULO 7 – NOITE ESTRELADA</b>	<b>18</b>
<b>9</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>20</b>
	<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>21</b>

## **1 INTRODUÇÃO**

O curso de Medicina da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) propõe um currículo integrado, em que as experiências de ensino-aprendizagem são organizadas de modo a permitir a reflexão na ação e a mobilização de saberes que assegurem a transferência de aprendizagens de um contexto de ação para outro (Departamento de Medicina, 2007).

Durante os seis anos de graduação a abordagem educacional construtivista embasou o meu aprendizado no contexto teórico e prático. Esse Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) tem como objetivo apresentar a minha trajetória como estudante ao longo do curso, sendo um convite para uma imersão reflexiva.

## **2 CAPÍTULO 1 – ANTES DO INÍCIO**

O mar é imenso. Da areia, vejo o azul. Dentro das águas, o cristalino e as suas criaturas. Estudar é como estar no oceano, imersa e descobrindo o infinito. Tal como conhecer o mar, foi no mergulho dentro da medicina que pude enxergar as suas nuances. E foi assim que me apaixonei.

Prazer, sou a Camila Takae Koyama; neta, filha, irmã e amiga; nascida e crescida na cidade de São Paulo. Dou início a essa apresentação explicando que o espírito estudioso não fazia parte da minha natureza.

Em minha infância fui uma criança curiosa e apaixonada por elaborar contos de aventura nos quais eu era uma exploradora. Não conseguia aguentar quieta, precisava de recorte e de cola; de linhas e de agulhas; de pessoas para conversar; e de espaço para correr. A minha melhor amiga era a Yoshiko, a minha avó, que deu corda à minha imaginação e que teceu comigo uma infância bonita de ser lembrada.

A minha ascendência é japonesa. E o Brasil foi o lugar que os meus antepassados buscaram para construir presente e futuro longe da guerra. Foi o lugar em que buscaram por segurança. Ao longo dos anos vividos ao lado da minha avó pude ouvir os seus relatos sobre a Segunda Guerra Mundial e as suas repercussões, como os bombardeios, o medo, as doenças e a fome.

Assim, retorno a dizer que o estudo não fazia parte da minha natureza, mas criou suas

raízes em mim a partir do momento em que escolhi acreditar que esse caminho me traria segurança. Às vezes sinto que a busca por segurança traz consigo as marcas invisíveis de uma guerra que não vivi.

Foi com resistência que dei meus primeiros passos no estudo durante o ensino fundamental. Eu preferia correr ou ver televisão, mas estudar era importante. Então, um ano antes do ensino médio me comprometi verdadeiramente com o estudo por este representar o caminho a ser trilhado para alcançar os sonhos que havia começado a projetar.

Em 2013 ingressei na Escola Técnica Estadual de São Paulo (ETESP), onde cursei o ensino médio e o curso técnico em eletrônica. E essa vivência transformou a minha vida. Estudar na ETESP me possibilitou o contato com colegas que ampliaram meus horizontes; permitiu que eu explorasse o coração de São Paulo em minha adolescência; possibilitou a compreensão sobre o valor de meus posicionamentos na sociedade; e plantou em mim a semente do gosto pelas discussões acadêmicas.

A medicina surgiu em minha vida apenas no terceiro ano do ensino médio como aspiração de uma carreira a ser seguida. Era o momento de pensar sobre os próximos passos, e em minha balança ponderei uma profissão que oferecesse certa estabilidade financeira, que possibilitasse o contato com as pessoas e que estimulasse o estudo. Afinal, o estudo havia se tornado a minha ferramenta para explorar o mundo e a mim mesma.

### **3 CAPÍTULO 2 – PRIMEIROS PASSOS NA MEDICINA**

Em 2019 ingressei no curso de Medicina na UFSCar, e comecei a graduação com o coração da garota que havia sonhado por 1000 dias em viver o que estava vivendo. Mas o começo não foi fácil, porque estava construindo uma nova vida em uma nova cidade.

O primeiro ano na Medicina UFSCar traz consigo novos ares e é necessário estar disposto a se reconstruir. Estudar em um curso com metodologia ativa foi um grande desafio, assim como a necessidade de desenvolver a habilidade de discutir em grupos os conteúdos estudados. Os primeiros passos foram árduos e entremeados pelo medo de não me tornar suficiente, mas a consistência em tentar o meu melhor nunca me abandonou.

O primeiro ano foi composto pela Estação Simulação (ES), pela Situação Problema (SP) e pela Prática Profissional (PP). Na ES havia simulações e discussões de casos clínicos

com o objetivo de desenvolver habilidades de semiologia e de propedêutica. Na SP havia discussões teóricas de casos clínicos com a finalidade de estudar as áreas básicas da medicina. E na PP havia atividades práticas para acompanhar os serviços da atenção primária, com a realização de visitas domiciliares.

A adaptação ao curso ocorreu dia após dia de vivência das atividades. E apesar das incertezas que permeavam o caminho, a determinação em seguir continuou a ser uma estrela brilhante em meu céu. Finalizei o ano de 2019 tendo vivido o primeiro ano da graduação em conjunto com grandes amigos que havia feito. Em retrospecto percebo que a vivência em conjunto com aqueles velhos cinco amigos moldaram muito da estudante que me tornei, porque foram relações que me possibilitaram a felicidade em um momento de grande fragilidade. Assim, terminei o meu primeiro ano com grande alegria.

#### **4 CAPÍTULO 3 – A BAILARINA DA MORTE**

O ano de 2020 trouxe consigo mudanças disruptivas com a pandemia da *COVID-19*. *A bailarina da morte* faz referência ao livro de Lilia Moritz Schwarcz e Heloisa Starling (2020) em que discorrem sobre a gripe espanhola no Brasil e suas repercussões no século passado. Assim como a gripe espanhola, a *COVID-19* dançou e alcançou o mundo com a sutileza esmagadora de uma grande bailarina, e deixou como plano de fundo a morte e a devastação nos serviços de saúde e nos corações de muitas famílias.

A pandemia também deixou suas marcas em minha formação acadêmica. O meu segundo ano foi suspenso por longos meses, e naquele tempo tive que reinventar formas de estudar exclusivamente em casa. Esses fatos me levaram a diversas atividades extracurriculares, como as ligas acadêmicas e as iniciações científicas.

No segundo mês da pandemia integrei como monitora a Atividade Curricular de Integração entre Ensino, Pesquisa e Extensão (ACIEPE) “Primeiros Cuidados Psicológicos e Atividades da Vida Diária - *COVID-19*”. A ACIEPE contou com 328 participantes e teve duração de 8 semanas. A monitoria permitiu que eu tivesse responsabilidades que começaram a reestruturar as minhas atividades acadêmicas de maio a junho de 2020.

Foi na pandemia que realizei a minha primeira iniciação científica (IC). O projeto teve como título “A Interação em Ambiente Virtual, no Contexto de Isolamento Social –

*COVID-19*, como forma de apoio psicológico, produção e divulgação de conhecimento – a avaliação dos monitores”. O objetivo foi analisar o efeito da ACIEPE nos monitores e nos participantes, sob a perspectiva dos 16 monitores através de entrevistas semi-estruturadas e da análise qualitativa. Além disso, pretendeu apontar os aspectos que poderiam ser considerados para o desenho de outras atividades online em cenário de desastres, com ênfase em ambientes colaborativos e de suporte aos participantes.

Neste trabalho, a atuação dos monitores no auxílio psicológico dos participantes foi considerada benéfica por ser uma forma de prática para os estudantes da área da saúde e por ainda possibilitar a complementação de horas extracurriculares. A respeito das características que podem ser consideradas para futuras atividades, foram descritas o estabelecimento de atividades assíncronas; o fomento à resiliência dos estudantes; a disponibilização de um cronograma semi-estruturado; a flexibilidade na avaliação dos estudantes; e a formação de uma rede de apoio e acolhimento.

A minha segunda IC também foi desenvolvida durante a pandemia, e teve como título “Promoção da saúde e qualidade de vida em período de isolamento social utilizando ginástica terapêutica em meio virtual”. O objetivo deste estudo foi avaliar os efeitos da ginástica terapêutica Lian Gong, em meio virtual, na promoção da saúde e na qualidade de vida.

Dezenove voluntários participaram da pesquisa, com idade média de 53,4 anos (22 a 78), sendo dezoito do sexo feminino e um do sexo masculino. Estes foram submetidos à avaliação da qualidade de vida por meio do questionário SF-36, aplicado por meio virtual, antes e após a intervenção, e responderam perguntas para uma avaliação qualitativa sobre sua participação após a intervenção. A intervenção com esta ginástica ocorreu em meio virtual, em sessões de 60 minutos, duas vezes por semana, durante 12 semanas.

Nos resultados antes e após a intervenção, não foram encontradas diferenças significantes nos oito componentes do SF-36. As respostas dos voluntários na avaliação qualitativa da participação apontaram relatos favoráveis à promoção da saúde. Concluiu-se que esta ginástica em meio virtual foi eficaz para promoção da saúde, apesar de não haver alteração na percepção da qualidade de vida.

A partir dos resultados trabalhados em minha primeira IC apresentei o “Relato de experiência: Atividade acadêmica e resiliência em cenário de desastre - *COVID-19*” no 59º Congresso Brasileiro de Educação Médica (COBEM). E apresentei o projeto final no 28º

Congresso de Iniciação da UFSCar. Por sua vez, os dados da segunda IC foram publicados em artigo científico.

Atravessar a pandemia foi difícil, mas ao final o meu desejo mais egoísta foi atendido: os meus familiares continuavam vivos. Em minha defesa, posso argumentar que esse era um desejo visceral, porque não queria reinventar formas de viver sem eles. E o estudo foi a forma que encontrei para tentar desbancar a grande bailarina de meu palco e retomar as minhas atividades.

## 5 CAPÍTULO 4 – DO BÁSICO AO CLÍNICO

As atividades do segundo ano da medicina retornaram por meio do ensino à distância, e as atividades presenciais foram retomadas somente em meu terceiro ano. Aquele era o recomeço de uma nova vida, porque a pandemia havia finalmente acabado e porque ansiava por viver a prática médica.

O terceiro ano me proporcionou experiências maravilhosas, no entanto foi no quarto ano em que fui conquistada de corpo e alma pela medicina. Isso ocorreu por meio das atividades teóricas com a Profa. Carla Maria Ramos Germano, que tornou as 20 SPs e as quatro horas semanais ao seu lado preciosas.

Além disso, as atividades práticas ao lado do Prof. Ubiratan Adler na frente de Saúde do Adulto e Idoso (SAI) foram um privilégio em minha formação. Os pacientes em sua grande maioria buscavam o serviço na UBS em busca de cuidado direcionado para a saúde mental, o que permitia o cuidado com outros aspectos da saúde. Foi naquele ano que percebi que olhar para a dor humana me trazia sentido, porque queria estar ao lado daquelas pessoas e auxiliar em seu cuidado.

O tempo pode distorcer a minha visão do passado, e por isso registro aqui uma reflexão feita por mim no final de 2022, no final de meu ciclo clínico:

A frente de SAI me possibilitou o contato com muitos pacientes neste ano, e em particular com o manejo da saúde mental, o que para mim teve muito sentido. A minha irmã estava enfrentando um quadro de depressão grave nesse ano, e por seis meses procurei maneiras de acreditar que ela ficaria melhor, o que era muito difícil. A cada vez que ela dizia que a vida não fazia mais sentido e que ela preferia estar morta, algo em mim se destroçava. A cada vez que ela tentava se

suicidar, eu perdia o meu chão. Então, estudei as medicações e a depressão por meses. E ver o sucesso do tratamento dela, com todo o suporte de minha família e dos profissionais de saúde que a acompanharam, me fez acreditar em algo sobre a qual quase havia perdido a esperança. E foi com a convicção de que a vida pode ser melhor que busquei atender e ofertar cuidado aos meus pacientes. Eu busquei acolher, escutar, pesquisar e orientar a cada um deles da melhor forma que pude. E sou muito grata pela oportunidade de ter atendido esses pacientes.

## **6 CAPÍTULO 5 – ATRAVÉS DO INTERNATO**

Um mês antes do início do internato realizei as minhas eletivas do quinto ano na Universidade Estadual Paulista (UNESP), em Botucatu, onde acompanhei o serviço de Nefrologia e de Nutrologia. Essa experiência teve grande valor porque pude aprender muito observando as posturas dos residentes e docentes. Ali comecei a idealizar a postura que gostaria de ter em meu internato, o que foi um grande estímulo para começar o quinto ano com muito ânimo.

A minha última IC foi finalizada no início do internato. Fui bolsista CNPq de maio de 2022 a abril de 2023 e desenvolvi o projeto “Promoção da Saúde para a Comunidade UFSCar - O Projeto Vida!”. Este estudo teve como proposta a identificação de necessidades de saúde dos colaboradores do Hospital Universitário Federal de São Carlos (HU-UFSCar) que pudessem implicar em intervenções para a promoção da saúde.

O estudo foi observacional transversal, e contou com a aplicação de questionário online, utilizado para investigação do consumo alimentar, nível de atividade física, ingestão de bebidas alcoólicas, tabagismo e queixas relacionadas à saúde. Foram avaliados 28 colaboradores, o que representou 5,84% do total, de modo que este estudo apresentou como uma de suas limitações o pequeno número de participantes. Mas atendeu à expectativa de traçar o perfil dos colaboradores. E por fim sugeriu-se que outras pesquisas fossem realizadas para ampliar a visão desse trabalho com uma amostra maior de participantes.

Com o início do internato passei a me dedicar quase que exclusivamente aos estágios e vivi submersa. Mas tomei cuidado para que a medicina não fosse o meu único modo de viver, e me orgulho por ter conseguido enxergar a necessidade de ponderar o internato com a terapia, as atividades físicas, o lazer, os retornos para casa e os encontros com os amigos. E talvez esse equilíbrio possibilitou que eu pudesse amar ainda mais a medicina.

## 7 CAPÍTULO 6 – PARA ALÉM DA MEDICINA

Algumas das leituras ao longo da minha vida confluem com quem eu sou. Carla Madeira (2022) traduz esse sentimento em *A natureza da mordida*, nas palavras da sábia Biá:

Algumas coisas que li não se contentaram com minha memória, caíram no meu sistema digestivo e eu as incorporei como a um bife. A ponto de não saber mais se são minhas as palavras que digo ou se eu deveria viver entre aspas. (Madeira, 2022, p 229)

E mesmo longe dos livros continuo imersa em histórias quando escuto os meus pacientes, porque suas palavras ilustram toda a sua complexidade. As nuances da medicina me levam à literatura e à escrita porque sinto que os livros de fisiologia, de anatomia, de histologia, de patologia e de medicina interna não abarcam a minha fome de compreensão a respeito dos pacientes.

Acredito que para compreender a dor humana e conseguir tratá-la é necessário recorrer às humanidades, para além da medicina. Considero as palavras de Gabor Maté (2023) quando escreve em *O mito do normal* que corpo e mente são um só. Assim, penso que o cuidado amplo com o olhar voltado para *corpomente* requer estudos amplos, porque

Meu coração não é maior que o mundo/ É muito menor/ Nele não cabem nem as minhas dores/ Por isso gosto tanto de me contar/ Por isso me dispo/ Por isso me grito/ Por isso frequento os jornais, me exponho cruamente nas livrarias/ Preciso de todos. (Andrade, 2012, p 69)

## 8 CAPÍTULO 7 – NOITE ESTRELADA

Penso viver uma brincadeira de pega-pega com dois sujeitos centrais em minha vida: os meus sonhos e a realidade em meus dias. Clarissa Pinkola Estés (2007) se atém a esse ponto em *A ciranda das mulheres sábias* quando escreve que

Qualquer uma que tenha registrado seus sonhos e observado como eles estimulam e moldam seus dias; e como o seu dia a dia também influencia seus sonhos, sabe que existe um relacionamento complementar entre sua vida exterior e sua interior. (Estés, 2007, p 44)

Assim, é como se eu tomasse consciência da necessidade de escolher os melhores sonhos para pintar a minha própria realidade, na expectativa de viver a cada dia a minha noite

estrelada. E esses motivos me inspiram a escolher a psiquiatria como campo de estudo e de trabalho. Sei que o caminho até a residência e através dela não será fácil, mas foi a escolha que tomei de coração por desejar cuidar daquilo que chamo de dor humana.

Por isso participei do XLI Congresso Brasileiro de Psiquiatria, em Brasília, nos últimos meses do meu internato. Estive ansiando por respostas e por novas perspectivas, e acredito ter encontrado um pouco do que procurava. A perspectiva de passar o resto de minha vida estudando o campo da psiquiatria me fascina, porque quero entender a neurobiologia, os comportamentos humanos e a psique. Acima de tudo, quero estar preparada para lidar com as dores de meus pacientes e acredito que esse seja o caminho que eu deva seguir para isso.

Encerro este capítulo – Noite estrelada – com o poema Amar de Carlos Drummond de Andrade porque ele ilustra o que há de mais visceral em mim; ilustra a minha terra partilhada entre a medicina e as humanidades.

**ANDRADE, Carlos Drummond de. Amar.**

Que pode uma criatura senão,

entre criaturas, amar?

amar e esquecer,

amar e malamar,

amar, desamar, amar?

sempre e até de olhos vidrados, amar?

Que pode, pergunto, o ser amoroso,

sozinho, em rotação universal, senão

rodar também, e amar?

amar o que o mar traz à praia,

o que ele sepulta, e o que, na brisa, marinha,

é sal, ou precisão de amor, ou simples ânsia?

Amar solenemente as palmas do deserto,

o que é entrega ou adoração expectante,  
e amar o inóspito, o áspero,  
um vaso de flor, um chão de ferro,  
e o peito inerte, e a rua vista em sonho, e uma ave de rapina.

Este o nosso destino: amor sem conta,  
distribuído pelas coisas pérfidas ou nulas,  
doação ilimitada a uma completa ingratidão,  
e na concha vazia do amor a procura medrosa,  
paciente, de mais e mais amor.

Amar a nossa falta mesma de amor, e na segura nossa  
amar a água implícita, e o beijo tácito, e a sede infinita.

(Andrade, 2012, p 43)

## **9 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A UFSCar representa o início de minha jornada pela medicina, e a partir daqui continuarei a seguir o meu caminho com a ética e o coração. Amando inclusive a sede infinita.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, Carlos de Drummond (1902-1987). Claro enigma. 1. ed. São Paulo: Companhia das letras, 2012.

ANDRADE, Carlos de Drummond (1902-1987). Sentimento do mundo. 1. ed. São Paulo: Companhia das letras, 2012.

DEPARTAMENTO DE MEDICINA DA UFSCAR. Projeto Pedagógico do Curso de Medicina. Disponível em: <<https://www.dmed.ufscar.br/arquivos/projeto-pedagogico-2007>>.

ESTÉS, Clarissa Pinkola. A ciranda das mulheres sábias: ser jovem enquanto velha e velha enquanto jovem. Rio de Janeiro: Rocco, 2007.

MADEIRA, Carla. A natureza da Mordida. 1. ed. Rio de Janeiro: Record, 2022.

MATÉ, Gabor. O mito do normal. 1. ed. Rio de Janeiro: Sextante, 2023.

SCHWARCZ, Lilia Moritz. A bailarina da morte: a gripe espanhola no Brasil. 1. ed. São Paulo: Companhia das letras, 2020.