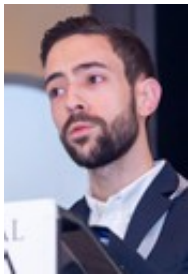
justNews
a partilhar informação desde 1981

2023-05-15 18:46:52

http://justnews.pt/noticias/para-que-possamos-cuidar-melhor-dos-outros-nao-nos-podemos-esquecer-de-cuidar-de-nos



«Para que possamos cuidar melhor dos outros, não nos podemos esquecer de cuidar de nós»

"Apoiem-se uns aos outros, a jornada que se avizinha não será de todo fácil", aconselhou João Pestana, presidente da Comissão Organizadora do VI START MGF, no arranque de mais uma edição desta ação de formação que é organizada por internos e que ganha cada vez mais protagonismo ano após ano.

João Pestana, interno do 4.º ano de formação específica em Medicina Geral e Familiar da USF Topázio, sabe do que fala quando se dirige mais especificamente aos seus colegas que iniciaram o internato há menos de um ano. "Procurem diariamente o crescimento pessoal e profissional", afirmou, ao intervir na sessão de abertura do VI START MGF, que decorreu entre 1 e 4 de março, no Convento de São Francisco, em Coimbra.

E disse mais: "Não esqueçam a importância de se atualizarem, mas não deixem de parte a vertente humana que também nos caracteriza. Dediquem-se ao internato, mas tentem encontrar fora dele diferentes oportunidades de crescimento. Juntem-se a associações como a nossa, caso seja do vosso interesse, ou a outras ofertas que estejam disponíveis. Construam o vosso percurso como o idealizaram, procurem o que vos faz mais felizes e realizados."

A constituição da mesa de abertura esteve à altura do evento. O presidente da APMGF, Nuno Jacinto, não pôde estar presente, mas enviou uma mensagem em vídeo.

Para Manuel Teixeira Veríssimo, foi o seu primeiro ato oficial como presidente da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos, algo que não esquecerá tão cedo. O médico de família Miguel Pereira, diretor do Internato do ACES Baixo Mondego, saudou o crescente dinamismo da iniciativa. Ana Rita Laranjeiro integrava também o painel como representante da Comissão de Internos de MGF da Zona Centro.

Intervenção de Manuel Teixeira Veríssimo

João Pestana recordou a estreia do projeto START MGF, em 2018, e o seu "objetivo estratégico de disponibilizar uma oferta temática abrangente e completa, com sessões práticas em pequenos grupos e ao mais baixo custo possível". Na verdade, tudo começou como um pequeno curso de formação destinado a recém-internos de MGF e apenas da Zona Centro, mas...

"Desde cedo percebemos que tínhamos a capacidade para ser muito mais, crescemos, 'mudámos de casa', alargámos a oferta formativa a todos os internos de MGF, especialistas, internos de formação geral, enfrentámos uma pandemia, aprendemos a reinventar-nos e criámos uma edição digital totalmente do zero. Depois de um crescimento tão grande, escolhemos um espaço à medida da dimensão do evento", recorda João Pestana.

João Pestana

"Nesta VI edição, não poderíamos deixar de crescer novamente, renovámos a oferta formativa de workshops, contando pela primeira vez com uma formação prática, numa vertente mais técnica da MGF, sobre contraceção de longa duração. Modernizámos os processos digitais, melhorámos a qualidade técnica do check-in e de presenças no curso e procurámos torná-lo mais ecológico e sustentável, com a utilização de garrafas de água reutilizáveis e a existência de locais próprios para as encher", enumerou o presidente da CO.

Mas João Pestana não terminaria a sua intervenção sem uma mensagem dirigida aos participantes mais jovens: "Apoiem-se uns aos outros, a jornada que se avizinha não será de todo fácil, terá momentos de mais dificuldade. Não importa se falham, se abrandam, se reconhecem os erros. Para que possamos cuidar melhor dos outros, não nos podemos esquecer de cuidar de nós."

Intervenção de Ana Rita Laranjeiro

A importância do humanismo e do trabalho de equipa

Miguel Pereira reconheceu ser muito gratificante para si observar a evolução que teve o START MGF desde que o projeto surgiu, apresentando-se "cada vez mais dinâmico" e com um conceito que tende a ser copiado noutras especialidades.

Classificando como “características médicas muito importantes” o humanismo e o trabalho de equipa, o diretor do Internato do ACES Baixo Mondego sublinhou que “estas jornadas mostram que foi possível arranjar uma equipa para desenvolver o projeto”. Dirigindo-se à assistência presente na sala, prosseguiu:

“É importante crescerem como médicos internos e como pessoas. Não se esqueçam de que os médicos não são apenas médicos. É importante todos nós termos estratégias para desenvolvermos atos que nos permitam viver a vida como médicos e como pessoas.”

Miguel Pereira

"Não deixem tudo para o último ano"

“O trabalho durante o internato é muito marcante e todos têm vários objetivos. Eu costumo dizer que é fundamental ter-se a noção de qual é a grelha de avaliação final do currículo", refere o médico, dando um

exemplo:
"Eu recordo-me de que temos que ter dez domicílios, o que até poderá ser fácil de realizar. Mas se se tratar de uma USF de modelo B, eventualmente, será mais difícil, porque eles são efetuados pelo vosso orientador. Daí que seja importante desenvolver uma estratégia para atingir determinado objetivo."

Miguel Pereira referir-se-ia também ao problema levantado pela necessidade de se produzirem trabalhos científicos e de se conseguir que os mesmos sejam publicados a tempo de poderem contar para a avaliação final do internato: "Se querem ter publicações, não deixem tudo para o último ano. Para além de ser extremamente importante que privilegiem o trabalho de grupo, não tentem fazer as coisas individualmente."

Elementos da Comissão Organizadora e palestrantes

Lourdes Barradas
O papel fundamental dos CSP junto dos fumadores
P. 8

Pedro Vieira Baptista
Recomendações sobre diagnóstico e tratamento das vaginites: "um documento inestimável"
P. 14

LinkedIn
Siga-nos
jornal médico
dos cuidados de saúde primários

ellura

Publicações
justNews
www.justnews.pt

Jornal Médico
DOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS

Nesta edição
Especial V Jornadas Multidisciplinares de Medicina Geral e Familiar

Diretor: José Alberto Soares
Mensal • Maio 2023
Ano XI • Número 113 • 3 euros

USF GODINHO DE FARIA, ACES MATOSINHOS
1.ª UCSP a transitar logo para USF modelo B
P. 16/20
e a cumprir todos os critérios de avaliação
consolida atividade
Herminia Teixeira, a coordenadora desta USF pertencente à ULS Matosinhos, não tem dúvidas em afirmar: "Fizemos um trabalho inigualável e provavelmente irrepetível, porque é um processo bastante exigente, que só se consegue concretizar com uma equipa muito focada e exigente."

ANTÓNIO LUZ PEREIRA, PRESIDENTE DO JÚRI DAS V JORNADAS MULTIDISCIPLINARES DE MGF:
"Por muito importantes que sejam os edifícios, as políticas e as leis, o fundamental dos cuidados de saúde são os profissionais"
P. 22/25

6.º Encontro Nacional dos Médicos Dentistas dos Serviços Públicos
António Pereira da Costa, presidente da CO:
"A aposta nos equipamentos tem de ser acompanhada por um investimento nos recursos humanos"
P. 6/7

VI START MGF
A MENSAGEM DE JOÃO PESTANA, PRESIDENTE DA COMISSÃO ORGANIZADORA, NA SESSÃO DE ABERTURA:
"É importante atualizarem-se, mas não deixem de parte a vertente humana"
Ação de formação organizada por internos ganha, ano
P. 10/11

A reportagem completa pode ser lida na edição de maio do Jornal Médico dos Cuidados de Saúde Primários.