E porque nem tudo é COVID, neste editorial publicamos diferentes perspectivas de quem fez o doutoramento em momentos diferentes da carreira médica. Começamos por alguém que o fez enquanto estudante de Medicina (que não é de Oftalmologia porque não encontrámos alguém com este perfil), enquanto interno, enquanto recém-especialista e, finalmente, enquanto especialista sénior. Esperamos que sirva para motivar e esclarecer aqueles que estão interessados.

Durante o curso de Medicina...

Célia Azevedo Soares
Interna de Formação Especifica em Genética Médica
Centro Hospitalar Universitário do Porto

Quando iniciei o curso de Medicina tinha a motivação para ter uma carreira de médica-cientista. Tive a sorte de estar numa universidade portuguesa com um programa MD/PhD que permitia interromper o curso de Medicina entre o 5º e o 6º ano para fazer doutoramento numa de duas universidades americanas. Tive de passar pelo processo stressante de concorrer a financiamento, tendo obtido apoio de uma bolsa individual da FCT, que me permitiu dedicar 100% do meu tempo ao trabalho doutoral. A opção de fazer um MD/PhD foi ideal para o meu interesse em combinar ciência básica com clínica. Não é um interesse de toda a gente que pretende fazer doutoramento, mas para quem encaixa num certo perfil, é uma excelente opção. O meu doutoramento foi realizado na Columbia University onde estudei o mecanismo de formação dos circuitos visuais em ratinho. Encontrei na minha orientadora, Carol Mason, uma mentora para a vida e na Columbia um ambiente académico de topo que me obrigou a ser melhor. O regresso ao curso de Medicina ao fim de 4 anos correu bem em termos de me sentir preparada para o que é

exigido a um aluno do 6º ano. As dificuldades que tenho tido nos últimos 6 anos estão relacionadas com a adaptação ao sistema português onde não existe estrutura para ser médico-cientista. As vozes negativas em relação à minha opção de doutoramento no formato MD/PhD sempre foram uma constante em Portugal, enquanto nos EUA é uma opção bem estabelecida.

Durante o internato de Oftalmologia...

João Barbosa Breda
Assistente Hospitalar, Centro Hospitalar Universitário São João
Assistente Convidado, Faculdade Medicina Universidade Porto

Há várias etapas cruciais nesta aventura que é o Doutoramento. A primeira etapa é mesmo decidir começar. Para isso é preciso um golpe de motivação, olhar bem para os planos dos anos seguintes e encontrar um bom programa doutoral. Hoje em dia ter programas doutorais com planos estruturados de aulas é uma mais valia; permitem aprender como construir um projecto de investigação com alta qualidade e que seja exequível.Após isso é importante ter uma equipa de orientação que consiga conduzir os estudos a bom porto, e que ajude a recolocar os estudos num caminho nas múltiplas vezes em que as coisas correrem menos bem. Não conheço nenhum caso em que o Doutoramento não se tenha escrito por linhas tortas. Gosto de passar a mensagem de que isso é normal porque há momentos em que realmente apetece não continuar.Depois da euforia inicial é preciso entrar na fase seguinte da persistência e perseverança. A maioria dos estudos implicam olhar para o Doutoramento como uma corrida de fundo, em que vamos ter que manter uma força e motivação constantes enquanto o resto da nossa vida segue o seu curso.Algo que foi certamente uma grande mais valia foi poder parar um ano para me dedicar a este projeto. Isso permitiu criar o caminho para um diploma duplo em co-tutela, conhecer um país novo (Bélgica), candidatar-me a uma bolsa da FCT (até então vedada dado que requer exclusividade financeira) e concentrar-me neste projeto.

Não há propriamente um momento adequado para fazer o Doutoramento. No meu caso decidi começar durante o internato e prosseguir enquanto especialista. Julgo que foi uma escolha acertada porque agora julgo que teria (ainda) menos tempo para assistir às aulas e prosseguir com os estudos. No entanto não há escolhas acertadas; terminei o internato um ano mais tarde e durante muito tempo tive que trabalhar no Doutoramento no pouco tempo que sobra naquilo que é a semana de um interno num hospital central.Muitas vezes questionam-me sobre qual é a pior parte. A resposta é a escrita da tese em si. Após termos múltiplos artigos prontos, é preciso criar uma história que agregue toda essa informação que gerámos, que seja interessante, inovadora e que abra portas para o trabalho futuro.Algo que agora sei é que o Doutoramento não é um diploma, mas sim um percurso, uma jornada de crescimento em que aprendemos a investigar, a criar conhecimento novo e a transmiti-lo à nossa comunidade científica.

Enquanto recém-especialista...

Joana Ferreira
Assistente Hospitalar em Neuroftalmologia
Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte
Hospital CUF Cascais e CUF Descobertas

Iniciei o meu doutoramento em Outubro de 2012, tendo feito a sua defesa em Fevereiro de 2017. Tinha realizado o exame de especialidade em Oftalmologia em Abril de 2012 e em Maio do mesmo ano estava a surgir o desafio de me inscrever num Programa Doutoral. Claro que a questão foi colocada, se seria uma boa fase da vida para iniciar um projeto deste género? Quando terminamos o Internato de Oftalmologia iniciamos uma nova fase profissional em que nos dedicamos à área ou subespecialidade que iremos aprofundar e desenvolver ao longo da nossa carreira hospitalar e poder aliar a investigação clínica nesta área foi sem dúvida uma mais-valia para o meu crescimento profissional. O doutoramento é um grau académico concedido por uma instituição de ensino superior universitário, que certifica academicamente a capacidade do candidato desenvolver investigação numa determinada área da ciência. O aluno adquire capacidade de trabalho independente e capacidade de acrescentar valor científico. É precisamente esta capacidade de criar, orientar e produzir trabalho científico que veio nesta fase da vida complementar a parte clínica de subespecialização que se estava a iniciar.

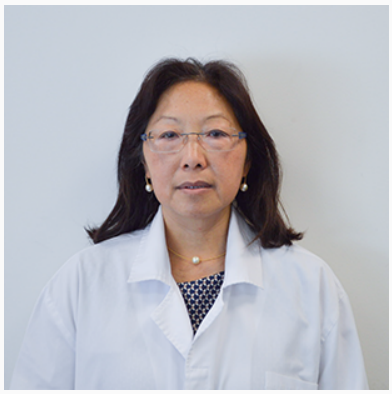
Por outro lado, podemos questionar se seria a melhor altura uma vez que ainda não tinha iniciado a subespecialidade e poderia necessitar de mais tempo ou mais dedicação a uma área ainda pouco aprofundada clinicamente. Diria que não, que o doutoramento foi mesmo um complemento que me fez crescer enquanto médica, que me permitiu aprofundar e querer estudar ainda mais a área da diabetes ocular e das doenças neurodegenerativas.

Para além do desafio de iniciar o doutoramento com 30 anos, fui orientada pelo Professor Luís Abegão Pinto, na altura de 31 anos e esta foi outra questão levantada... seríamos muito novos para conseguir terminar com sucesso esta meta? Todos estes desafios originaram um maior empenho de ambas as partes e conseguimos terminar com sucesso uma etapa que não seria mais do que o início de outra fase da vida, aliar a parte académica à clínica e assim orientar e transmitir este gosto pela ciência que tanto nos faz compreender melhor os nossos doentes. Qual a melhor idade ou fase da vida para realizar o doutoramento? Acho que não existe uma resposta ideal a esta questão, não diria que depende da idade ou do timing de vida mas sim da nossa motivação. Deve existir uma razão própria para o fazer, um plano de vida profissional e pessoal a atingir, e dessa forma ir traçando objetivos alcançáveis que concretizamos e vamos alterando conforme o nosso plano de vida e motivação.

O doutoramento depois 40 anos

Rufino Silva
Professor Associado, Faculdade de Medicina Universidade de Coimbra

Fiz o doutoramento aos 48 anos, 16 anos depois de acabar a especialidade. Uns dias antes das provas um professor da Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra (não de Oftalmologia) perguntou-me porque é que eu estava a fazer o doutoramento e porquê é que o estava a fazer tão tarde. O porquê foi fácil de responder: porque eu queria faze-lo, porque vinha na sequência do trabalho desenvolvido. O porquê de ser tão tarde na vida, disse-lhe eu que tinha a ver com as solicitudes da vida pessoal, da carreira hospitalar e da clinica privada. Tudo é mais difícil nesta fase da vida em que se está a estruturar vários projetos - familiares, pessoais, profissionais. As exigências sãomaiores. Foi necessário parar, criar condições, libertar tempo e focar-se. Foi preciso querer mesmo e foi indispensável que houvesse condições para tal, nomeadamente o apoio dos mestres e orientadores (a quem ficamos sempre reconhecidos), a experiencia que vem da clínica num doutoramento na área clínica, e o sacrifício familiar (que reforça os laços para a vida). Na altura o meu filho mais novo tinha um ano e meio de idade.



Enquanto especialista sénior...

Mun Faria
Responsável pela Retina Cirúrgica, Hospital Santa Maria

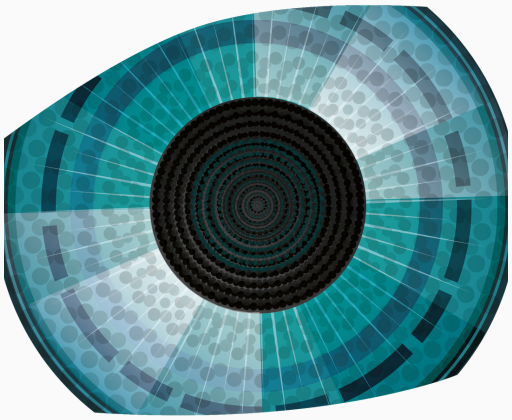
Entrei no curso de Medicina na Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa em 1976, seguiu-se a especialidade de Oftalmologia. Com 35 horas semanais, fazia 1 a 2 urgências por semana, além de todo o trabalho hospitalar. Terminei a especialidade em 1990. Paralelamente, pais com doenças crónicas graves, dois filhos, casa para cuidar, refeições, escola, etc. Achamos sempre que os nossos filhos são os mais saudáveis. Inesperadamente surge a epilepsia, a asma, intolerância à lactose, queratocone, etc. A tudo conseguimos ultrapassar. Filhos formados e independentes. Terminar a especialidade com boa nota, ficar no quadro do hospital, ser responsável pelo Gabinete de Retina e Vítreo, publicar artigos científicos, apresentar trabalhos em sessões clínicas.Nesta fase, ao fim de 30 anos de experiência em oftalmologia no Hospital Santa Maria, com a Faculdade de Medicina e o IMM mesmo ao lado, sem concursos hospitalares no horizonte, que me permitissem valorizar a carreira hospitalar, revelar a minha capacidade de trabalho, de me diferenciar de outros, resolvi candidatar-me a um doutoramento.Vantagens em ter escolhido este momento da minha carreira? Todas! Investigo o que faço diariamente, de uma forma mais formal. Não tenho pressão da família nem do serviço hospitalar, pois já não faço urgências. Estou todos os dias no hospital e procuro ajudar a rentabilizar o serviço de Oftalmologia, que é a minha segunda casa.A altura foi a melhor? Pode-se dizer que foi a possível, mas para mim, foi uma altura da vida mais madura, mais confiante. Foi o culminar de todo o meu projecto de vida, pessoal e profissional. Difícil? até agora tenho conseguido atingir o objectivo pretendido, mesmo sem parar de trabalhar no hospital. Falta-me ainda defender a tese, já marcada. Estou confiante, pois tudo o que fiz, publicações, cursos, testes, fiz com gosto e determinação.

Nova edição Revista SPO

vol. 44 n.º 1 (2020)

Aceda aqui

Aceda aqui



Uveíte.pt

Registo médico informático para inserção de dados no âmbito de saúde de utentes com diagnóstico de inflamação ocular

Mais informações aqui

GPIO Grupo Português de Inflamação Ocular
uveíte.pt

A primeira reunião totalmente **online** da Sociedade Portuguesa de Oftalmologia decorreu com sucesso.

A Reunião Anual dos Internos de Oftalmologia (RAIO) decorreu nos dias 4 e 5 Julho com 84 participantes.

Este novo formato permite manter a segurança sem desprezar a qualidade.

Próximos eventos da SPO

INFLAMMEYE
9 de Setembro, Quiaios
Programa **aqui**

BOAS FÉRIAS A TODOS OS SÓCIOS!

VOLTAMOS EM SETEMBRO!

Os Editores,

Inês Leal e João Barbosa Breda