

ENTREVISTA

JOSÉ PEDRO COSTA - UM JOVEM INVESTIGADOR

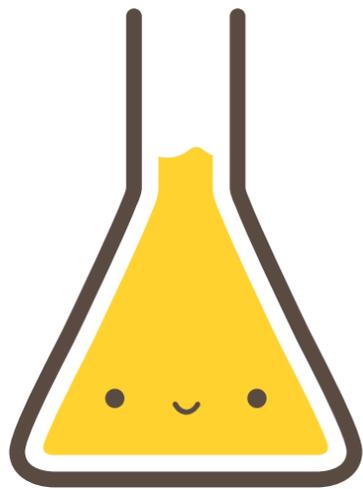
ACTA MÉDICA PORTUGUESA
STUDENT

CEDOC
CHRONIC DISEASES | NOVA
MEDICAL SCHOOL

José Pedro Blazer Costa, 21 anos, entrou no Mestrado Integrado em Medicina da Nova Medical School|Faculdade de Ciências Médicas em 2016, sendo agora aluno do 4º ano. É escuteiro, e considera ser importante a participação ativa em diferentes grupos e atividades paralelos à formação académica, estejam estes grupos relacionados ou não com a faculdade. Uma das atividades pela qual mostrou interesse desde o 2º ano do seu curso foi a investigação científica.

Atualmente está a colaborar com o grupo de investigação de Farmacologia Translacional no CEDOC, num grupo de trabalho que está a investigar fatores de risco cardiovascular em mulheres infetadas por HIV. Recentemente apresentou o poster “Urinary kynurenine-to-tryptophan ratio is not related to sex-hormones signature in HIV-infected woman at menopausal transition age” na iMed Conference 11.0.

O QUE TE LEVOU À INVESTIGAÇÃO? O QUE TE MOTIVA?



Ainda enquanto aluno do secundário, mesmo antes de saber que queria seguir Medicina, já tinha interesse pela investigação científica. A investigação e o método científico são os melhores meios que possuímos para produzir conhecimento. Penso que é através deste conhecimento que avançamos enquanto sociedade. No entanto, sempre me frustrou o extenso intervalo de tempo entre a produção de conhecimento científico e a tradução do mesmo em algo presente no quotidiano das pessoas. Como também desejava um futuro profissional no qual o meu trabalho trouxesse um benefício mais imediato para a vida de outros, escolhi Medicina. Considero ser a profissão na qual estão reunidas melhores condições para realizar investigação e, simultaneamente, aplicar diariamente, na prática clínica, o conhecimento científico de forma humanística, com ganhos para terceiros.

COMO SURTIU ESTA OPORTUNIDADE?

Desde o primeiro ano do meu curso que fui mostrando interesse na área da investigação, junto de professores e investigadores. No 2º ano, como monitor da Unidade Curricular de Nutrição e Metabolismo, tive o primeiro contacto com a atividade de investigação do CEDOC. No 3º ano, como continuei a mostrar interesse em matérias de investigação, fui convidado para ajudar em trabalhos do departamento de Farmacologia Translacional. Tive a sorte de ter sempre pessoas que apostaram em mim e que desde cedo procuraram integrar-me em diferentes equipas e projetos. Especialmente no projeto em que estou a colaborar agora, houve sempre a preocupação de me incluir.

COMO É O TEU DIA A DIA? QUANTO TEMPO DEDICAS AO ESTUDO E À INVESTIGAÇÃO?

No meu caso, trabalhar num projeto de investigação não implica ter de ir todos os dias ao laboratório. No ainda curto contacto com a investigação que tive, tenho observado que a maioria dos investigadores estão envolvidos em vários projetos e, à parte da investigação, lecionam unidades curriculares na faculdade ou estão em formação e ainda têm aulas ou fazem também prática clínica. Isto significa que quem faz investigação não tem a totalidade do seu tempo para se dedicar a um projeto. Consequentemente, um trabalho de investigação científica funciona por pulsos: há semanas em que há muito trabalho, nomeadamente na proximidade de prazos, e semanas em que há menos trabalho a fazer. Desta forma, o meu dia a dia é semelhante ao de qualquer estudante de Medicina, até porque se não progredir na minha aprendizagem não serei um grande contributo para o grupo de investigação.

COMO CONSEGUES CONJUGAR O ESTUDO COM A INVESTIGAÇÃO?

Algo que pedi foi para colaborar em partes do projeto que dessem para trabalhar em casa. Desta forma, é mais fácil conjugar no meu horário estudo, investigação e outras atividades. A realização de bases de dados, análise estatística e redação de texto científico são exemplos de tarefas que podem ser realizadas no domicílio. Por vezes considero que este meu contributo é pequeno, mas, analisando retrospectivamente, também é importante, pois outro investigador poder-se-á ocupar de tarefas mais especializadas ou que requeiram estar em laboratório.



COMO PODEM OS ESTUDANTES QUE TE LÊEM PARTICIPAR NUM PROJECTO DE INVESTIGAÇÃO?

Creio que o mais importante é não ter medo de falar com as pessoas e de se mostrar interessado. A maioria dos investigadores gosta de falar dos seus projetos. Assim, se estiverem interessados nalgum trabalho, mostrem o vosso interesse junto dos responsáveis. Desta forma, provavelmente, surgirão oportunidades e convites para ir conhecer o projeto. Para além disto, as Associações de Estudantes têm programas de integração de estudantes em projetos de investigação, por exemplo, na NOVA há o programa PIATI e a ANEM tem os CECEF's.

QUE CONSELHOS TENS PARA QUEM QUER ENVEREDAR NESTE CAMINHO?

Quem estiver interessado, não tenha medo de dar o seu contributo, por mais pequeno que ele possa parecer. Como eu disse, ao fazer um trabalho de análise estatística, que é o que eu tenho feito principalmente e que me parece por vezes um pequeno contributo, outra pessoa não terá de o fazer, o que significa que terá mais tempo para se dedicar a outras tarefas. Além disso, ao interagir com os outros investigadores, vou aprendendo como se processa o trabalho científico e o trabalho em laboratório, o que é uma aposta no futuro do departamento. Por último, ter mais pessoas a colaborar, incluindo alunos, significa ter pessoas com ideias e perspetivas diferentes, que podem ajudar a inovar e a ultrapassar impasses.

O QUE ACHAS QUE ESTA OPORTUNIDADE TROUXE DE POSITIVO PARA TI? O QUE APRENDESTES?

Por um lado, sendo uma pessoa que deseja fazer investigação no futuro, tenho adquirido bastantes competências para a mesma, como já dei a entender. Alguns exemplos mais evidentes são a redação de texto científico, a análise de dados ou como se processa o trabalho laboratorial. São competências que nos ensinam na faculdade, mas que têm algumas diferenças quando se passa para a prática. Por outro lado, a passagem pelas equipas de investigação evidenciou ainda mais a necessidade de trabalharmos em equipa. Atualmente é impossível ser-se bom em tudo, vivemos num mundo ultra-especializado. Assim, é cada vez mais importante trabalhar em equipa, o que é evidente no departamento de Farmacologia Translacional, que engloba investigadores de diferentes áreas da Química e Biologia e médicos. Cada indivíduo da equipa tem a sua tarefa, mas também interage, aprende, ajuda e dá sugestões aos outros, aumentando a produtividade do grupo.

SER INVESTIGADOR FAZ DE TI UM MELHOR MÉDICO? MAIS PREPARADO? O QUE FAZ VALER A PENA O ESFORÇO?

Para além de tudo o que já referi, penso que ser investigador ajuda a desenvolver o espírito crítico do médico. Cada vez mais, mais uma vez com a contribuição da ultra-especialização, e por surgir na sociedade uma necessidade de uniformizar a qualidade da prestação de cuidados médicos, com guidelines e normas, corremos o risco de seguir linearmente estas guidelines e normas sem pensar em como é que elas foram construídas. É importante questionarmo-nos sobre os motivos de se fazer determinado procedimento desta maneira, porque se não nos questionarmos haverá estagnação do conhecimento. Mais ainda, um bom médico é alguém que se interessa pela pessoa que está à sua frente, tem de ser curioso. A investigação científica alimenta a curiosidade, pois dificilmente um trabalho científico que não deixe perguntas para responder, ou perspetivas de trabalhos futuros que continuem a investigação, será um bom trabalho científico.

QUAL O PAPEL DA INVESTIGAÇÃO NO TEU FUTURO?

Farei tudo o que for possível para conjugar prática clínica e investigação no meu futuro. Sempre foi o meu objetivo e ao longo do curso tenho ficado mais motivado para tal.



QUAL O PAPEL DO MÉDICO NUM TRABALHO DE INVESTIGAÇÃO?

Como já disse, atualmente, com o nível de tecnologia e conhecimento e técnicas necessárias para fazer investigação, é importante trabalhar em equipa, e as equipas tenderão a crescer com a ultra-especialização. Acho importante que os clínicos se interessem pela investigação, pois embora possam não ter tanta formação em prática laboratorial, em química orgânica ou em física, o seu contributo pode ser extremamente importante. Sendo o clínico quem está diariamente em contacto com a utilização do conhecimento científico, está em posição privilegiada de analisar a relevância de um projeto de investigação, e de analisar quais as necessidades dos sistemas de saúde. Mais ainda, é fundamental a presença dos médicos na investigação translacional para a realização de ensaios clínicos e para reunir consentimento e dados dos indivíduos que participam num estudo.

QUERES DEIXAR UM ÚLTIMO CONSELHO A QUEM ESTÁ A LER ESTA ENTREVISTA?

Algo que já sabia, mas nunca tinha dado muita relevância, é que a Ciência não é só feita de resultados positivos. O poster que apresentámos na iMed Conference resultou de um abstract que apresentava resultados negativos. No entanto, teve sucesso. Mais ainda, a partir desses resultados negativos extrapolámos dados positivos. É extremamente importante fazer uma boa análise dos dados que forem reunidos: mesmo nos resultados negativos pode estar informação relevante para trabalho futuro.