

MEDICINA UFJF

TURMA 125

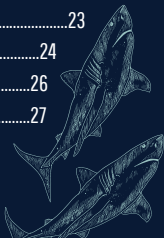
CARTILHA





ÍNDICE

1. Introdução.....	4
2. Sobre a UFJF.....	5
2.1. História.....	5
2.2. UFJF em destaque.....	6
2.3. Campus.....	7
2.4. Assistência estudantil.....	9
3. A Faculdade de MED.....	10
3.1. Infraestrutura.....	10
3.2. O curso.....	12
3.3. Oportunidades.....	14
3.4. Vida universitária.....	18
4. Sobre Juiz de Fora.....	21
4.1. A cidade.....	21
4.2. Clima.....	23
4.3. Cultura.....	23
4.4. Lazer.....	24
4.5. Bairros.....	26
4.6. Transporte.....	27





5. Formas de ingresso.....	29
5.1. SISU.....	31
5.2. PISM.....	33
6. Aprovados ENEM.....	34
7. Aprovados PISM.....	39
8. Perfil dos Alunos	42
9. Redações.....	50
10. Maiores acertos do ENEM.....	58
11. Dos ex-vestibulandos para vocês.....	62
12. Depoimentos.....	66
13. Agradecimentos.....	81
14. Equipe responsável.....	82



INTRODUÇÃO

Olá, futuros médicos e médicas. É com muita alegria, que nós, da turma 125, apresentamos a nossa cartilha. Infelizmente sabemos o quão dispendioso é o processo seletivo para a tão sonhada vaga na UFJF, ou, para os mais íntimos, a federal do litoral (mas isso é história para um outro tópico). Nesse sentido, principalmente considerando nossas vivências, esperamos auxiliar vocês a alcançarem esse objetivo.

Dessa maneira, a cartilha nasce como uma facilitadora e introduz da melhor forma possível aspectos externos importantes para uma boa vida acadêmica. No conteúdo, vocês encontrarão informações cruciais sobre a cidade de Juiz de Fora, a Universidade e dados essenciais para ponderar acerca da nossa UF. Também realizaremos uma análise da quantidade de acertos e notas de corte do ENEM. Como ponto alto e diferencial da UFJF, iremos destacar o PISM, programa de ingresso exclusivo da instituição, notável por sua característica seriada e facilitadora. Além disso, apresentaremos nossa Atlético, o Diretório Acadêmico e, evidentemente, a turma 125.

Para mais informações e dúvidas, estamos sempre disponíveis no perfil oficial da turma (@med125ufjf). Será um prazer ajudá-los nessa jornada. Esperamos que a cartilha seja uma representação do nosso respeito pela instituição, do amor pelo curso que escolhemos e do anseio que temos em construir uma história com os nossos veteranos e com vocês, futuros calouros!

Boa sorte no interlúdio dessa história, muitos falam que o final dela é lindo.

Com carinho, Turma 125.



SOBRE A UFJF

HISTÓRIA

Quem teve papel fundamental na criação da UFJF foram os estudantes que, liderados por um Diretório Central dos Estudantes (DCE) forte e atuante, promoviam palestras seguidas de debates, seminários e programas de rádio sobre o tema. Entre outros artifícios de campanha, prepararam um memorial com dados estatísticos sobre as faculdades e sobre a cidade, que foi enviado a todos os deputados e senadores pedindo apoio para aprovação da lei de federalização.

Foi na colação de grau da primeira turma da Faculdade de Medicina em 1958, que o então vigente presidente da república - Juscelino Kubitschek - anunciou a criação da Universidade Federal de Juiz de Fora.

Assim, foi em 23 de dezembro de 1960, quando o presidente Juscelino Kubitschek sancionou a lei nº 3858, que tornava federais as cinco faculdades já existentes na cidade – Direito, Farmácia e Odontologia, Engenharia, Medicina e Economia – nascia, então, uma Universidade Federal para Juiz de Fora.

Desde então, esse número cresceu mais de 15 vezes, e a universidade hoje conta com 93 cursos presenciais e a distância, além de dois campus, um em Juiz de Fora e outro em Governador Valadares.



UFJF EM DESTAQUE

Desde o início dessa trajetória, a UFJF já formou mais de 68 mil profissionais e, com a consolidação da pós-graduação em 2004, ofereceu para a sociedade milhares de novos mestres e doutores, além de outras mais de 51.176 pessoas qualificadas por cursos lato sensu, certificados com a excelência de ensino garantida por indicadores nacionais e internacionais.



Adentrando um pouco mais nos indicadores de ensino, a Universidade Federal de Juiz de Fora figurou, pela segunda vez, no QS World University Rankings, ocupando agora a 18º melhor universidade do país. Considerando apenas as instituições mineiras, a UFJF aparece em 2º lugar.



Além disso, a UFJF possui diversos Projetos de Extensão, Programas de Intercâmbio, pesquisas científicas, ótima estrutura. Esses fatores resultaram na obtenção do conceito 4 de 5 no Índice Geral de Cursos (ICM), realizado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep).



A UFJF possui dois restaurantes universitários, um próximo à Faculdade de Engenharia e outro no Centro da cidade, que oferecem café da manhã (R\$0,50), almoço (R\$1,40) e jantar (R\$1,40) aos estudantes - lembrando que os valores são referente ao ano de 2023. O campus ainda conta com ônibus circulares e com bicicletas gratuitas que facilitam a locomoção entre os institutos e os restaurantes.



RU Campus



RU Centro



Por fim, a universidade também oferece bibliotecas, locais para eventos, um amplo espaço verde para estudos e práticas de exercícios e até um planetário, tornando o campus um espaço agradável para a busca de conhecimento e também de bem-estar.



ASSISTÊNCIA ESTUDANTIL

Como forma de auxiliar os alunos de baixa renda, a UFJF possui programas que oferecem suporte para o aluno ou aluna ingressar ou continuar os estudos, sendo eles:

- Bolsa PNEAS: auxílio financeiro no valor de R\$ 560,00 por mês.
- Auxílio-moradia: vaga na moradia estudantil da UFJF ou uma ajuda financeira no valor de R\$ 350,00 mensais para o estudante que vem de outra cidade e não possui recursos próprios para uma permanência confortável.
- Auxílio-alimentação: gratuidade no nosso amado RU.
- Auxílio-transporte: ajuda com o valor gasto pelo discente em passagem de ônibus por mês.
- Auxílio-creche: ajuda nos gastos dos dependentes do beneficiário, no valor de R\$ 321,00 mensais, com limite de idade de 5 anos, 11 meses e 29 dias. É bom lembrar que esse tipo de benefício não é acumulativo. Logo, se um pai e uma mãe estudarem na UF, por exemplo, e preencherem os critérios do auxílio, apenas um terá acesso ao benefício.



Mais informações:

[https://www2.ufjf.br/minhaufjf/assistencia-estudantil/#:~:text=0%20que%20%C3%A9%20a%20bolsa,bolsa%20%C3%A9%20de%20R\\$24560](https://www2.ufjf.br/minhaufjf/assistencia-estudantil/#:~:text=0%20que%20%C3%A9%20a%20bolsa,bolsa%20%C3%A9%20de%20R$24560)

IMPORTANTE

O último edital de auxílio (março de 2023) tinha como critério mínimo o indivíduo estar inserido em um grupo familiar que possuísse uma renda mensal per capita de um salário mínimo e meio. Também é bom sublinhar que, tendo esse critério mínimo de ganho comprovado, os auxílios são proporcionais ao ganho familiar, ou seja, dependendo da situação financeira do estudante, ele pode ter acesso a mais de um auxílio.

A FACULDADE DE MED INFRAESTRUTURA

A Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Juiz de Fora, conhecida como FAMED, teve seu semestre inaugural em 1953, desde de então, a instituição é referência nacional em relação ao ensino e pesquisa, como evidenciado pela nota máxima alcançada no Exame Nacional de Desempenho de Estudantes (Enade) de 2019.



ICB



FAMED

A FAMED está localizada no bairro Dom Bosco, em um complexo próximo ao campus principal da UFJF. Vale acrescentar que esse complexo é composto não apenas pela faculdade, mas também pelo Hospital Universitário, que inclusive, depois de anos de obras paradas, irá se expandir. Proporcionando à "Maior do Litoral" um quintal à sua altura.

É importante sublinhar, que nos primeiros quatro períodos, a maioria das aulas são ministradas no Instituto de Ciências Humanas (ICB), fora desse complexo e no campus principal da instituição.



Além de obras de melhoramento e expansão do HU, é preciso enfatizar a estrutura hodierna da faculdade. São mais de 10 mil metros quadrados divididos em cinco andares, com laboratórios modernos de simulações, estacionamento, um centro de convenções, biblioteca e salas, que também abrigam o Diretório Acadêmico e a nossa Atlética.

Um pouco mais sobre os HUs

Introduzimos no tópico anterior o HU, situado no complexo da FAMED, no bairro Dom Bosco e que foi inaugurado em 2000. No entanto, ele não é o único. Em 1963, a UFJF, em parceria com a Santa Casa de Misericórdia, concretizou o primeiro Hospital Universitário da Instituição no Bairro Santa Catarina.

A unidade Dom Bosco e a unidade Santa Catarina são administradas pela Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (EBSERH) e responsáveis por ofertar mais de 40 serviços, incluindo atendimento médico em 24 especialidades e sete tipos de cirurgias.



HU-Dom Bosco



HU-Santa Catarina

Destaca-se também a sua grande abrangência e demanda, com mais de 1,7 milhão de pacientes atendidos anualmente, provenientes de diversas regiões, como a Zona da Mata, Sul de Minas e alguns municípios do Rio de Janeiro.

Em análise à unidade Dom Bosco, em 2023, foi uma das contempladas ao Programa de Aceleração do Crescimento (PAC), dando fim ao recesso das obras de sua expansão. A obra em questão terá três anos para ser concluída e introduzirá a incorporação de 78 novos espaços dedicados à formação acadêmica, poderá abrigar 117 projetos de extensão e abrangerá 185 projetos de pesquisa.



HU-Dom Bosco expansão (obra retomada)

O CURSO

O curso de medicina da UFJF é integral e possui uma duração de seis anos (12 períodos). A instituição possui como norteador de ensino a metodologia tradicional. Essa via de estudo tem como preceito a divisão dos estudos médicos em três etapas:

CICLO BÁSICO : são introduzidas as disciplinas básicas, como anatomia, bioquímica, introdução à prática médica, fisiologia e entre outros. O ciclo tem duração de dois anos, ou seja, os quatro primeiros períodos da faculdade. Seu principal objetivo é solidificar conhecimentos teóricos e essenciais para formação médica.



CICLO CLÍNICO: o aluno terá contato com uma realidade mais palpável, ele terá acesso a tudo o que foi ensinado no ciclo básico na prática, com o objetivo de desenvolver o potencial do futuro médico em realizar diagnósticos da melhor forma possível. Essa etapa engloba do quinto ao oitavo período e se destaca pelas aulas práticas em laboratórios, postos de saúde, hospitais e, claro, pela inserção de matérias mais complexas.

CICLO DO INTERNATO: possui uma maior intensidade de aulas práticas em comparação com os ciclos anteriores e exige do aluno uma dedicação quase exclusiva. Com duração de dois anos, ele ocupa quase 50% da carga horária do curso. Nessa fase o aluno passará uma boa parte do tempo acompanhando profissionais e realizando procedimentos com supervisão. Ao final de todas essas etapas, o graduado estará apto ao exercício da medicina e será registrado no Conselho Regional de Medicina com o título de médico generalista.



OPORTUNIDADES

Além de possuir um ensino integral e de qualidade, a Instituição também possui ligas, projetos de extensão, monitorias e pesquisa, sendo propostas de maneira voluntária ou com a oferta de bolsas de incentivos da própria Instituição ou do governo, a partir do CNPq (Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico) e da Fapemig (Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais). Essas atividades extracurriculares contribuem não só para a formação plena de um médico, como também é essencial na construção de um currículo sólido.

PROJETOS DE EXTENSÃO E PESQUISA

Os Projetos de Extensão é um ligante entre o ensino e pesquisa, e que tem como principal objetivo as demandas da sociedade. A Extensão é uma excelente oportunidade para o aluno colocar a teoria na prática e atuar em sua área de interesse, bem como contribuir para o desenvolvimento e promoção da comunidade. A UFJF possui 574 projetos, em especial para área da saúde, podemos citar:

- Projeto Abraço de mãe
- Projeto Ricardo Moysés Júnior
- Doação de órgãos: informação para a conscientização

Para mais informações sobre a Extensão:

<https://www2.ufjf.br/medicina/projetos/extensao/>





[@abracademaufjf](https://www.instagram.com/abracademaufjf/)



[@projetoricardomoysesjr](https://www.instagram.com/projetoricardomoysesjr/)

A UFJF, como já citado anteriormente, é conhecida nacionalmente pelos seus projetos de pesquisas. Essas pesquisas são desenvolvidas com o propósito encontrar respostas para determinadas questões, partindo da prática de processos metódicos de investigação. Nesses projetos, o discente tem a oportunidade de desenvolver habilidades, contribuir para o desenvolvimento tecnológico do país e construir um networking com a comunidade científica. Elas também introduzem ao aluno a oportunidade de publicações de artigos científicos em livros ou em revistas renomadas, dissertações em congressos e integração com outras áreas do conhecimento, vide pesquisas que englobam outros cursos ou nível acadêmico, a exemplo de quando há integração da graduação com o mestrado ou doutorado.



MONITORIAS

A monitoria é uma das oportunidades mais disputadas da faculdade, pois além de auxiliar o aluno a reter conhecimentos teóricos, o discente tem como função ajudar o professor da matéria proposta à monitoria a tirar dúvidas, propor atividades inovadoras para área, dentre outras. Esse caminho contribui para a solidificação de conhecimentos teóricos, afinal, explicar ou ensinar determinado assunto é uma das principais ferramentas para um desenvolvimento acadêmico efetivo. Além de todos esses benefícios, a monitoria ajuda o estudante monitor a entrar em contato com a comunidade, além de introduzir ferramentas facilitadoras para o estudo de outros estudantes.



LIGAS ACADÊMICAS

As Ligas possuem como diferencial o foco em uma única área, dessa maneira o aluno tem a oportunidade de se aprofundar na área em que possui uma maior afinidade, além de poder aglutinar ensino, pesquisa e extensão. Elas introduzem, ao discente, profissionais da área escolhida e desenvolvimento de atividades práticas. Elas são uma ótima maneira de complementação da prática médica antes ou durante o internato.



Entre elas, podemos citar:



Liga Acadêmica de Medicina de
Família e Comunidade



Liga Acadêmica de
Ginecologia



Liga Acadêmica de Trauma e
Emergência



Liga Acadêmica de Cirurgia
Pediátrica



Liga Acadêmica de
Cardiologia



Liga Acadêmica de Prevenção
às Doenças Renais

Para o acesso e informações sobre outras ligas:

<https://www2.ufjf.br/medicina/projetos/ligas-academicas/>



VIDA UNIVERSITÁRIA

Juiz de Fora possui fama de ser uma cidade universitária. Ela não só abriga a UFJF, como também outras instituições, a exemplo do Instituto Federal. Devido a essa demanda, a cidade possui uma diversidade de eventos para esse tipo de público.

Uma das características mais legais da vida universitária em JF é o seu circuito boêmio. Ela possui diversas cervejarias renomadas, como a São Bartolomeu, Mr. Tugas e Cervejaria Escola Mirante, assim como barzinhos na faixa para nós, universitários falidos. Exemplos incluem o Santa Birita (lá tem litrão), Buteco do Príncipe (a melhor porção de mini pastel que você irá comer), Rota 440, entre outros.

Por último, mas não menos importante, temos as festas universitárias. Elas têm como objetivo integrar os alunos da faculdade e promover um espaço plural. Entre elas, podemos citar:

ANATOMANDO : Evento mais tradicional da FAMED. Ela acontece depois da primeira prova de anatomia da turma caloura e é organizada em nome da mesma. Sendo essa turma responsável por escolher a temática e divulgar a festa.



INTERCERVA : Uma das competições mais amadas, que ocorre entre as turmas da faculdade de medicina. A turma ganhadora é aquela que conseguir beber mais cerveja.

BYE BYE ICB : Como já mencionado, as aulas dos quatro primeiros períodos são ministradas no Instituto de Ciências Biológicas (ICB). Ao fim desse período, é feita uma caminhada etílica até a FAMED e, depois, finalmente, a festa!

GRIMI E INTERMED-MG : São competições inter-atléticas que possuem como bônus vários tipos de festas com DJs variados e muitos shows. A última Intermed, por exemplo, que aconteceu em JF, teve como atração principal MC Kevin O Chris.



Bateria Bizarra



Intermed 2023



ATLÉTICA

Criada entre os anos de 2003 e 2004, a Associação Atlética Acadêmica da Faculdade de Medicina da UFJF é uma organização estudantil sem fins lucrativos que tem como objetivo incentivar a prática desportiva entre os alunos, bem como promover princípios que contribuirão para a construção moral, tais como respeito, união, disciplina e diversidade.



São mais de 20 anos de história, 2 títulos do INTERMED, 7 títulos da COPA RIO MINAS, 5 títulos do UNIVERSITARIUS, 27 modalidades esportivas e mais de 230 atletas.

Nossa atlética também possui a responsabilidade de organizar festas e ações sociais, como a campanha de adoção de cartinhas no Natal, doação de alimentos e atividades para conferir glicemia e pressão gratuitamente.



SOBRE JUIZ DE FORA

A CIDADE

O que dizer de Juiz de Fora? Uma cidade de dividir opiniões, mas em grande parte das vezes é considerada uma das mais queridinhas de Minas Gerais.

Uma das maiores qualidades de JF é não ser tão grande quanto as capitais do país e nem tão pequena quanto outras cidades vizinhas. Por esse motivo, é fácil se locomover pela cidade, tem várias opções de lazer, boa qualidade de serviços, escolas e hospitais de referência e ao mesmo tempo, é possível levar uma vida mais tranquila quando comparada ao Rio de Janeiro e São Paulo, por exemplo.



Em geral, a vida em JF é muito boa. Temos diversas opções de bares, lojas, farmácias (uma a cada esquina, inclusive), hospitais, eventos esportivos e restaurantes. Tudo isso para os mais diversos gostos e a preços bastante acessíveis. O fato de ser uma cidade universitária proporciona também uma grande variedade de baladas, festas com boas atrações e shows.

A respeito da segurança local, há um tempo atrás era certamente mais seguro andar pelas ruas sozinho durante a noite, ir para eventos. Hoje em dia, é preciso ter mais cuidado e evitar situações de risco, pois existem mais ocorrências de furtos e roubos pela cidade, apesar de não ser um fator tão preocupante quanto nas metrópoles do país.



O transporte público não é dos melhores, muitas vezes atrasa, e pode não coincidir com os horários dos aplicativos da cidade, mas no geral, é uma boa opção e bem fácil para os moradores. Atualmente, o valor da passagem é de R\$3,75 e também é possível fazer o “Bilhete Único” para quem precisa utilizar mais de uma linha. Para quem tem interesse, existem vários aplicativos de carro na cidade, inclusive um voltado apenas para mulheres.

Por fim, o centro da cidade é um dos maiores pontos fortes. Um verdadeiro shopping a céu aberto, conta com a maior variedade de lojas, bares, calçadões e galerias, que tornam o ambiente agradável para ir às compras.



CLIMA



Chegamos a um tópico delicado. O clima em JF é bastante peculiar. É considerado um clima tropical de altitude, tendo um período mais quente e chuvoso e outro mais frio e seco. No entanto, como dizem por aqui, em um mesmo dia temos as quatro estações. Sair de casa pela manhã com um dia nublado e em menos de uma hora ter um sol forte é bem comum, e o contrário também acontece. Mas no geral, temperaturas muito extremas não são tão comuns como em outras localidades do país.

CULTURA

Juiz de Fora é uma cidade com uma grande riqueza cultural, no entanto, por não ser muito divulgada, muitos moradores locais sequer sabem das diversas opções de passeios culturais por aqui.

Existem diversas opções gratuitas na cidade e que permitem conhecer mais sobre a história local. Museu de Arte Murilo Mendes, para quem gosta de arte e onde existem diversas obras do poeta local, bem como obras de importantes nomes do Modernismo. Logo ao lado, Memorial da República Presidente Itamar Franco, uma história sobre o ex-presidente, repleto de conhecimento. Museu Mariano Procópio, reaberto recentemente e também conta com uma parte aberta, onde é possível ter contato com a natureza e com a fauna brasileira. O Planetário, na UFJF, para quem gosta de Ciências e onde existem diversas atividades interativas. Cine Theatro Central, bem no centro da cidade, se encontra entre os 10 teatros mais belos do país. Centro Cultural Bernardo Mascarenhas, ao lado do Mercado Municipal e o Museu do Banco do Crédito Real também são excelentes opções para se conhecer no centro da cidade.





Museu de Arte Murilo Mendes

Beco da Cultura



Planetário, UFJF

LAZER

A cidade possui diversas opções de lazer, para todos os gostos. Existem excelentes bares, restaurantes e outras atrações espalhadas pela cidade. O Alto dos Passos é um bairro bastante conhecido por conter uma ampla variedade de bares e restaurantes, e, por isso, atrai tanto famílias quanto grupos de amigos. O Bar do Bigode, na Rua São Mateus, também é um dos mais famosos pelo tradicional torresmo.



A praça do Léo, no Bairro Jardim Glória, costuma também ser bem movimentada pela existência de bares, bem como o próprio bairro São Pedro, que concentra muitos estudantes. Para quem gosta de aproveitar a noite, existem diversas baladas e casas de show espalhadas pela cidade, como o Cultural, a Privilege e a Danke, por exemplo.



Shopping Independência



Jardim Botânico



Morro do Cristo

Já para quando a opção é um ambiente mais tranquilo, os principais shoppings da cidade se destacam, Independência Shopping (bem próximo da UFJF) e o Jardim Norte, na Zona Norte da cidade. Ambos possuem cinemas, que também podem ser encontrados no Santa Cruz Shopping, um shopping mais central, com muitas opções de lojas e no Alameda, localizado no Alto dos Passos.

Por fim, para um passeio com mais contato com a natureza e paisagens bonitas, é válido mencionar o Parque da Lajinha e o Jardim Botânico, onde é uma boa opção para um piquenique, por exemplo. O Morro do Cristo, por sua vez, é indispensável para quem quer apreciar uma vista panorâmica da cidade

BAIRROS

Dentre os bairros mais escolhidos para moradia dos estudantes da UFJF, estão São Pedro, São Mateus, Cascatinha e Centro. Todos esses contam com uma boa infraestrutura, academias, restaurantes e boas opções de moradias.

O bairro São Pedro é o mais perto da Universidade, tendo diversas repúblicas e por isso, concentrando boa parte dos estudantes da UFJF.

Os bairros São Mateus e Centro são excelentes opções, pois além de serem “perto de tudo”, sempre passam ônibus para a universidade e é a rota de grande parte das caronas oferecidas.



O bairro Cascatinha é bem próximo também, mas principalmente para a faculdade de Medicina, é mais difícil conseguir ônibus e muitos têm que esperar por mais tempo. É um bairro calmo é predominantemente residencial.



TRANSPORTE

Para quem vai optar por andar de ônibus, existem diversas opções de linhas que passam pela universidade.

Toda a circulação de ônibus pela cidade pode ser conferida pelo aplicativo CittaMobi, onde é possível visualizar a rota e os horários em tempo real. No site da prefeitura de JF (link: <https://www.pjf.mg.gov.br/onibus/itinerario/>) é possível conferir os horários e as linhas também.



Algumas linhas são especificamente em direção ao campus, então passam pelas faculdades e, para nós, estudantes de medicina, eles passam bem perto do ICB, onde também teremos aulas, principalmente nos primeiros períodos. São elas:

- 525: sobe para o campus pela Avenida Itamar Franco e desce para o centro pelo Morro da Glória (saída pelo São Pedro).
- 545: sobe e desce do campus pela Avenida Itamar Franco.
- 535: sobe para o campus pelo Morro da Glória (saída pelo São Pedro) e desce para o centro pela Avenida Itamar Franco.
- 555: sobe para o campus e desce para o centro pelo Morro da Glória (saída pelo São Pedro), mas com um percurso maior, pois serve a mais bairros.
- 755: UFJF - Zona Norte - UFJF
- 190 e 590: UFJF - Zona Sul - UFJF

Como a faculdade de Medicina se localiza fora do campus principal, para ir até lá, saindo do centro, as melhores opções são os ônibus que passam pelo bairro Dom Bosco. São eles:

- 510, 511, 512 (Dom Bosco/ Borboleta)

As seguintes linhas são direcionadas para outros bairros da parte alta da cidade, mas também passam pela universidade:

- 532, 533, 540, 541 e 599 (São Pedro)
- 534 e 539 (Santos Dumont) - também passa na FAMED
- 542 (Lagoa)
- 544 (Recanto dos Brugger)
- 547 (N.S.Fátima) / 548 (Adolpho Vireque)
- 549 (Nova Germânia)



FORMAS DE INGRESSO

Todo semestre são disponibilizadas 90 vagas para o curso de Medicina na UFJF, das quais 45 são destinadas aos candidatos do SISU e as outras 45 são destinadas aos candidatos do PISM que estão terminando o ensino médio.

GRUPOS DE VAGAS DA UFJF

(após mudança na Lei de cotas)

GRUPO A:

Candidatos com renda igual ou inferior a um salário mínimo per capita familiar mensal, que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública e que se declarem pretos, pardos, indígenas ou quilombolas;

GRUPO A1:

Candidatos com deficiência com renda igual ou inferior a um salário mínimo per capita familiar mensal, que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública e que se declarem pretos, pardos, indígenas ou quilombolas;

GRUPO B:

Candidatos com renda igual ou inferior a um salário mínimo per capita familiar mensal, que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública, independentemente de outra declaração;



GRUPO B1 :

Candidatos com deficiência com renda igual ou inferior a um salário mínimo per capita familiar mensal, que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública, independentemente de outra declaração;

GRUPO C :

Vagas de ampla concorrência, independentemente de renda ou de escola;

GRUPO D :

Candidatos que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública e que se declarem pretos, pardos, indígenas ou quilombolas, independentemente de renda

GRUPO D1 :

Candidatos com deficiência que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública e que se declarem pretos, pardos, indígenas ou quilombolas, independentemente de renda;

GRUPO E :

Candidatos que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública, independentemente de renda ou autodeclaração;

GRUPO E1 :

Candidatos com deficiência que tenham cursado o Ensino Médio integralmente em escola pública, independentemente de renda ou autodeclaração.

Das 90 vagas oferecidas semestralmente para o curso de Medicina pela UFJF, 45 são destinadas ao SISU (Sistema de Seleção Unificada), que o principal método de ingresso em faculdades do país. O aluno que deseja uma vaga por esse meio, deve realizar a prova anual do ENEM, que consiste em 2 provas: a primeira com 45 questões de Linguagens, 45 de Ciências Humanas e uma redação, e a segunda com 45 questões de Matemática e 45 de Ciências da Natureza. Todas essas áreas possuem peso 1 para quem quer ingressar na UFJF.

13103 - MEDICINA								
Código: 13103		Prova do Enem	Peso	Nota mínima				
Grau: Bacharelado								
Turno: Integral (Matutino/Vespertino)								
Periodicidade: Semestral								
Integralização: 12								
Vagas autorizadas: 180								
Vagas ofertadas no Sisú: 90 vagas, sendo 45 vagas no 1º semestre e 45 vagas no 2º semestre.								
Percentual de vagas reservadas da Lei nº 12.711/2012: 50%								
		Redação	1,00	0,01				
		Ciências da Natureza e suas Tecnologias	1,00	0,00				
		Ciências Humanas e suas Tecnologias	1,00	0,00				
		Linguagens, Códigos e suas Tecnologias	1,00	0,00				
		Matemática e suas Tecnologias	1,00	0,00				
		Média mínima no Enem	-	0,01				
PERCENTUAIS		IBGE		Utilizado				
Pretos, pardos e indígenas:		58,78%		58,78%				
Pessoas com deficiência:		8,43%		8,43%				
Quilombolas:		0,66%		0,66%				
Quadro de vagas ofertadas no curso								
AC	UR-PP	UR-D	UR-PID	UR-OP	UR-PM	UR-S	UR-PID	UR-OP
00	10	0	0	0	10	0	0	0
Informações adicionais:								
Não informado.								

Pouco tempo após a liberação das notas do ENEM, é aberto o SISU, no qual o aluno, através da internet, escolhe o curso para o qual quer se candidatar. É importante destacar que, nessa fase de escolha, o candidato sabe a sua nota no ENEM, mas não sabe a nota de seus concorrentes, ou seja, escolher o curso no SISU não é garantia de vaga até que a lista de aprovados seja divulgada.

MUDANÇAS DO SISU 2024

- Sisu único: as chamadas tanto do 1º semestre quanto do 2º serão realizadas apenas no Sisu do começo do ano (similar ao que a UFMG já fazia)
- Cotas específicas para quilombolas
- Diminuição do valor mínimo da renda bruta familiar: agora é de um salário mínimo
- Distribuição e ocupação das vagas no Sisu: todos os candidatos concorrerão na modalidade de ampla concorrência. Depois, caso necessário, o candidato poderá concorrer a cota correspondente



PISM

O PISM (Programa de Ingresso Seletivo Misto) é um vestibular seriado que se estende durante os três anos do Ensino Médio, sendo uma prova em cada ano. Por abordar uma carga menor de matéria por prova, não contar cobrar a escrita de uma redação e permitir que o candidato tenha chances de ser aprovado mesmo sem um desempenho ideal nas primeiras provas, esse processo é geralmente considerado mais acessível que o ENEM.

A primeira e a segunda provas - que valem 240 e 360, respectivamente - contam com 5 questões objetivas e 2 discursivas de Língua Portuguesa, Literatura, Matemática, Química, Física, Biologia, Geografia e História. A terceira prova, de valor 700, também possui 5 questões objetivas de todas essas matérias, porém cobra 5 questões discursivas apenas da área de conhecimento escolhida pelo aluno (Ciências Humanas, Ciências Exatas, Ciências Biológicas ou Economia e Administração).

IMPORTANTE : Caso o aluno zere sua nota em alguma matéria no terceiro módulo do PISM, ele é desclassificado.

MÓDULO	VALOR	PESO	VALOR FINAL (valor do módulo x peso)	(%)
I	120	2	240	18,46%
II	120	3	360	27,69%
III	140	5	700	53,85%

APROVADOS ENEM

LEGENDA



Último candidato selecionado no total das chamadas



Ausência de dados devido a falta de informações necessárias

GRUPO A

POSICÃO	CHAMADA	LINGUAGENS		HUMANAS		NATUREZA		MATEMÁTICA		RED	MÉDIA	ACERTOS
		Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
4°	Regular	570	-	704,5	-	655,5	-	833,4	-	940	740,68	-
11°	2°	585,9	-	649,7	-	611,1	-	837,8	-	960	728,9	-
14°	3°	667,9	36	771,3	38	585	28	749,1	32	920	726,66	134
15°	3°	609,3	-	672,3	-	596,5	-	794,6	-	960	726,54	-

GRUPO A1

POSICÃO	CHAMADA	LINGUAGENS		HUMANAS		NATUREZA		MATEMÁTICA		RED	MÉDIA	ACERTOS
		Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
5°	5°	658,2	-	593,8	-	529,9	-	634,7	-	680	619,32	-

GRUPO B

POSICÃO	CHAMADA	LINGUAGENS		HUMANAS		NATUREZA		MATEMÁTICA		RED	MÉDIA	ACERTOS
		Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
2°	Regular	688,9	37	705,8	38	685,2	24	856,6	30	920	771,3	129
9°	3°	761,6	-	702,9	-	673,5	-	870,1	-	940	761,6	-

GRUPO B1

POSICÃO	CHAMADA	LINGUAGENS		HUMANAS		NATUREZA		MATEMÁTICA		RED	MÉDIA	ACERTOS
		Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
3°	2°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	670,8	-

GRUPO C

POSICÃO	CHAMADA	LINGUAGENS		HUMANAS		NATUREZA		MATEMÁTICA		RED	MÉDIA	ACERTOS
		Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
21°	Regular	675,8	-	677,9	-	770,8	-	944	-	920	797,7	-
23°	1°	692,1	39	751,6	43	734,7	37	867,5	36	940	797,18	155



24°	1°	681,4	38	740,5	38	748,9	34	914,3	39	900	797,02	150
25°	1°	687,9	36	708,4	37	748,5	38	918,1	38	920	796,78	149
26°	1°	658,6	-	756,2	41	723,7	-	883,3	-	960	796,36	-
27°	1°	721	39	729,7	38	765,7	34	862,3	39	900	795,74	150
32°	1°	669,9	32	662,3	32	757,2	38	947,5	39	940	795,2	141
33°	1°	695,9	35	701,3	37	754	35	891,8	35	960	794,6	142
35°	1°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	794,42	-
36°	1°	675,8	35	724,2	40	730,1	33	918	39	920	793,66	147
37°	1°	629,6	34	740,6	41	771,9	38	864,5	37	960	793,32	150
39°	1°	664,5	36	678,6	37	715,3	33	937,4	41	960	791,16	147
40°	1°	668,3	-	745,7	-	743,5	-	856,7	-	940	790,84	-
43°	2°	673,6	36	730,7	38	712,4	30	873,6	33	960	790,06	137
44°	2°	680,2	35	752,4	39	707,6	29	850	33	960	790,04	136
45°	2°	670,9	34	670,7	34	762,3	36	922,7	38	920	789,32	142
46°	3°	678,3	33	678,8	35	762,8	33	885,7	37	940	789,12	138
49°	4°	671,4	-	750,9	-	685,2	-	892,7	-	940	788,04	-
51°	6°	660,3	36	721,2	38	717,9	33	933,9	38	900	786,66	145



GRUPO D

POSICÃO	CHAMADA	LINGUAGENS		HUMANAS		NATUREZA		MATEMÁTICA		RED	MÉDIA	ACERTOS
		Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
3°	Regular	647	32	736,1	38	680,8	27	858,7	32	880	760,52	129
7°	1°	635,1	-	664	-	667,2	-	863,5	-	880	741,96	-
8°	6°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	740,68	-

GRUPO D1

POSICÃO	CHAMADA	LINGUAGENS		HUMANAS		NATUREZA		MATEMÁTICA		RED	MÉDIA	ACERTOS
		Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
3°	2°	-	-	-	-	-	-	-	-	-	580,88	-



GRUPO E

POSICÃO	CHAMADA	LINGUAGENS		HUMANAS		NATUREZA		MATEMÁTICA		RED	MÉDIA	ACERTOS
		Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
4°	Regular	699,5	38	698,5	37	719,1	31	924,4	40	900	789,3	146
5°	1°	672,6	33	680,4	36	737,2	30	855,7	32	980	785,18	131
7°	3°	691,4	37	709,4	38	724	35	892,1	38	900	783,38	148
8°	4°	651	34	731,2	38	669,9	26	961,6	41	900	782,74	139

GRUPO EI

POSICÃO	CHAMADA	LINGUAGENS		HUMANAS		NATUREZA		MATEMÁTICA		RED	MÉDIA	ACERTOS
		Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota	Acertos	Nota		
1°	Regular	672	-	715	-	785	-	870	-	880	784	-



APROVADOS PISM

GRUPO A

VAGAS	POSIÇÃO REGULAR	CHAMADA	PISM I	PISM II	PISM III	NOTA FINAL
1	8°	1°	103,5	174,75	377,5	655,75
2	9°	1°	117	168,75	368,75	654,5
3	10°	1°	126,5	174	292,5	593
4	11°	1°	99	153	331,25	583,25
5	12°	1°	123	178,5	270	571,5
6	13°	1°	108,5	147	297,5	553
7	14°	1°	109	157,5	262,5	529

GRUPO B

VAGAS	POSIÇÃO REGULAR	CHAMADA	PISM I	PISM II	PISM III	NOTA FINAL
1	5°	1°	181,5	304,5	466,25	952,25
2	6°	1°	172	272,25	487,5	934,75
3	8°	1°	167	240,75	505	912,75
4	10°	2°	195,5	249	447,5	892
5	11°	3°	190,5	269,25	421,25	881
6 (B1)	2°	1°	79,5	114	203,75	397,25



GRUPO C

VAGAS	POSIÇÃO REGULAR	CHAMADA	PISM I	PISM II	PISM III	NOTA FINAL
1	32°	1°	199,5	300	487,5	1050,75
2	34°	1°	184	301,5	561,25	1046,75
3	35°	1°	166	300	575	1041
4	36°	1°	179	277,5	582,5	1039
5	37°	1°	197,5	285	556,25	1038,75
6	38°	1°	183,5	267	586,25	1036,75
7	39°	1°	204,5	279,75	540	1024,25
8	40°	1°	198	267,5	552	1017,5
9	41°	1°	182	282,75	550	1014,75
10	42°	1°	206,5	290,25	517,5	1014,25
11	43°	1°	163,5	291,75	557,5	1012,75
12	44°	1°	188	309	515	1012
13	45°	1°	181	281,25	548,75	1011
14	46°	1°	197	287,25	525	1009,25
15	47°	1°	190,5	283,5	530	1004
16	48°	1°	196	290,25	515	1001,25
17	49°	1°	158	284,25	553,75	996
18	50°	1°	182	280,5	532,5	994
19	51°	1°	166	286,5	541,25	993,75



20	52°	1°	197,5	265,5	527,5	990,5
21	53°	2°	195	275,25	518,75	989
22	55°	7°	197,5	300,75	487,5	985,75

GRUPO D

VAGAS	POSIÇÃO REGULAR	CHAMADA	PISM I	PISM II	PISM III	NOTA FINAL
1	8°	1°	130,5	210,75	396,25	737,5
2	9°	1°	114	184,5	438,75	737,25
3	10°	1°	148,5	198,75	388,75	736
4	11°	1°	146,5	228	356,25	730,75
5	12°	1°	144	175	358,75	688,25
6	13°	1°	135,5	192,75	345	673,25

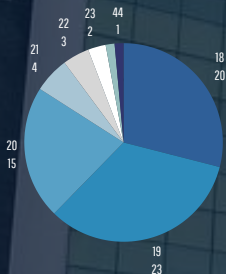
GRUPO E

VAGAS	POSIÇÃO REGULAR	CHAMADA	PISM I	PISM II	PISM III	NOTA FINAL
1	7°	1°	194,5	302,25	592,25	1088
2	8°	1°	189,5	294,75	590	1074,25
3	9°	1°	169	293,25	602,5	1064,75
4	10°	1°	204	28,75	560	1049,75
5	11°	2°	184	287,25	57,5	1048,75



PERFIL DOS ALUNOS

QUAL A SUA IDADE?



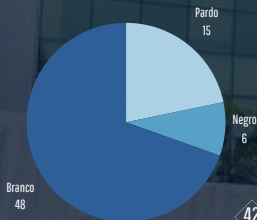
QUAL DE SEU GÊNERO?

Feminino Masculino

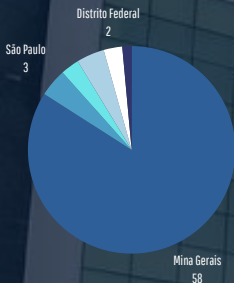
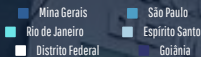


QUAL A SUA ETNIA?

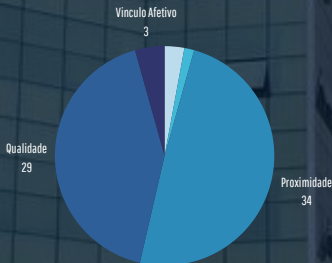
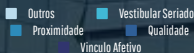
Pardo Negro
Branco



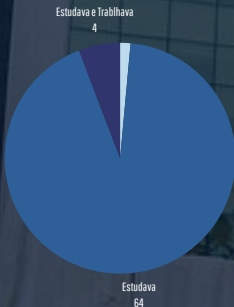
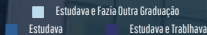
EM QUAL ESTADO VOCÊ Mora?



O QUE TE LEVOU A ESCOLHER A UFJF?

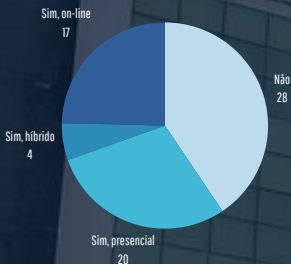


DURANTE SUA PREPARAÇÃO, VOCÊ...?



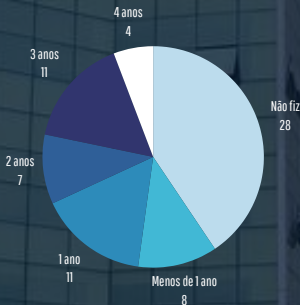
VOCÊ FEZ CURSINHO?

■ Não
■ Sim, presencial
■ Sim, híbrido
■ Sim, on-line



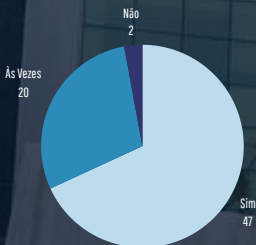
SE SIM, POR QUANTO TEMPO?

■ Não fez
■ 1 ano
■ 3 anos
■ Menos de 1 ano
■ 2 anos
■ 4 anos

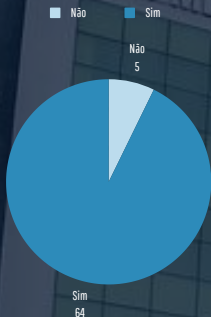


POSSUA UM LOCAL ADEQUADO PARA ESTUDAR?

■ Sim
■ Às Vezes
■ Não

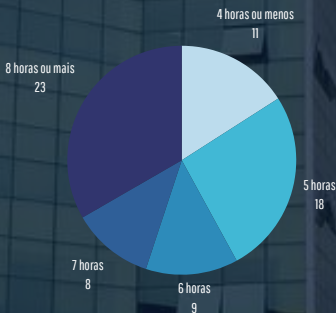


TEVE APOIO DAS PESSOAS AO SEU REDOR DURANTE SUA PREPARAÇÃO?



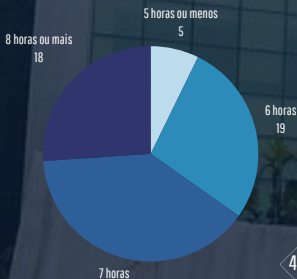
QUANTAS HORAS VOCÊ ESTUDAVA POR DIA?

■ 4 horas ou menos ■ 5 horas
■ 6 horas ■ 7 horas
■ 8 horas ou mais

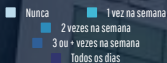


QUANTAS HORAS, EM MÉDIA, VOCÊ DORMIA?

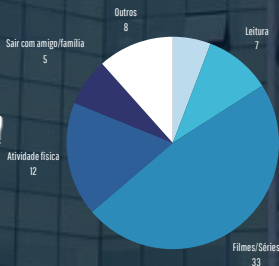
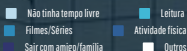
■ 5 horas ou menos ■ 6 horas
■ 7 horas ■ 8 horas ou mais



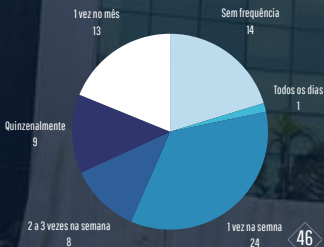
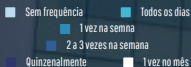
QUAL ERA A SUA FREQUÊNCIA DE ATIVIDADES FÍSICAS?



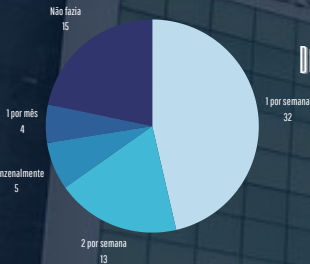
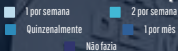
O QUE VOCÊ FAZIA NO TEMPO LIVRE, PREDOMINANTEMENTE?



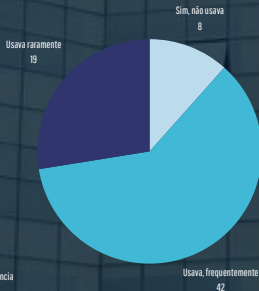
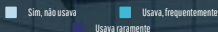
QUAL A SUA FREQUÊNCIA DE SIMULADOS?



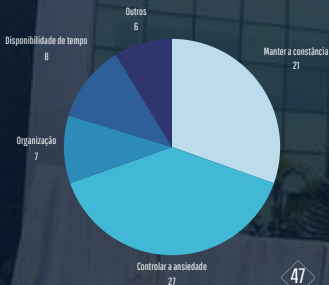
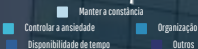
QUAL A FREQUÊNCIA DE REDAÇÕES?



DURANTE SUA PREPARAÇÃO, VOCÊ PAROU DE USAR AS REDE SOCIAIS?



QUAL FOI O MAIOR DESAFIO DURANTE A SUA PREPARAÇÃO?



NA PROVA, QUAL FOI SUA MAIOR DIFICULDADE?

Controle do tempo

Foco

Interpretação das questões

Ansiedade

Complexidade da prova

Outros

Complexidade da prova

3

Controle do tempo

28

Ansiedade

27

Foco

6

QUAL ÁREA DO CONHECIMENTO NÃO DEVE SER SUBESTIMADA?

Linguagens

Exatas

Humanas

Biológicas

Redação

Redação

19

Linguagens

19

Biológicas

3

Exatas

26

QUAL MATÉRIA FOI SEU DIFERENCIAL?

Matemática

Física

Química

Biologia

Geografia

Literatura

Gramática/ Int. de texto

Redação

Redação

10

Gramática/ Int. de texto

3

Geografia

1

Biologia

15

Química

10

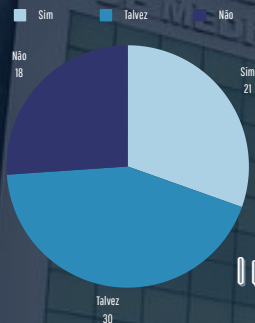
Matemática

18

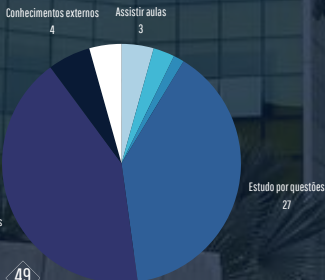
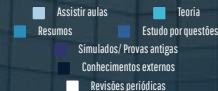
Física

11

VOCÊ ESPERAVA PASSAR EM MEDICINA ESSE ANO?



O QUE VOCÊ ACHA QUE FOI ESSENCIAL PARA A SUA APROVAÇÃO?



Observação: Gráficos feitos a partir de 69 respostas do formulário

REDAÇÕES

Giovanna Lima

960

180

200

180

200

200

1 Na "Agenda da Organização das Nações Unidas (ONU) para 2030", consta o objetivo
2 de que as sociedades sejam pacíficas, justas e inclusivas. Entretanto, essa meta não
3 está sendo alcançada no Brasil atual, haja vista que os povos tradicionais do
4 país não são devidamente valorizados. Nesse sentido, torna-se relevante analisar
5 dois pontos: a função da desigualdade socioeconômica nessa falta de reco-
6 nhecimento e a razão estatal como agravante desse impasse.

7 Em primeiro plano, é possível destacar que esses grupos sociais encontram-se,
8 sobretudo, em regiões desfavorecidas do território nacional. Isso é ilustrado por
9 uma pesquisa do Ministério Público Federal, realizada em 2013, a qual demonstra que
10 mais de 15% dessa parcela da população concentra-se nas regiões Nordeste e Nor-
11 oeste. Então, compreende-se que a assimetria socioeconômica é determinante para
12 a não valorização estatal dada a essas pessoas, uma vez que têm suas necessidades
13 e seu valor histórico-cultural ignorados pela nação. O ser, embora, seja um
14 imprescindível para a identidade brasileira e a proteção da natureza; por exemplo, ele
15 possui sua importância negada, o que prejudica sua qualidade de vida.

16 Ademais, pode-se notar que a negligência do Estado intensifica a problemática es-
17 posta. Tal cenário é fundamentado no conceito de "contrato social", do filósofo inglês
18 John Locke, o qual indica que é dever do governo assegurar os direitos dos ci-
19 dadãos, como a inclusão e a preservação da cultura. Dessa forma, verifica-se que acontece
20 a ruptura desse pacto, visto que esses indivíduos são marginalizados pelo tipo de
21 lista e, logo, que essa instituição reverte esse quadro e cumpre seu papel através
22 de medidas públicas e fornecem suporte e acesso a essas comunidades.

23 Portanto, entende-se que a valorização dos povos tradicionais é crucial, porém não
24 se dá de maneira suficiente. Logo, cabe aos Ministérios da Educação e da De-
25 senvolvimento Social, como transferir modelos da realidade, incentivar seu reconhe-
26 timento e criar ações afirmativas que promovam sua inclusão. Esses projetos começarão por meio
27 da elaboração de aulas, em todas as escolas, que estimulem o conhecimento e a sig-
28 nificação desses personagens do desenvolvimento de programas que atenuem as de-
29 sigualdades existentes. Tudo isso com o fim de estabelecer o bem-estar social. Assim,
30 impõe-se a valorização desses organizações e a implementação da meta da ONU.

Giovanna Lima

Na " Agenda da Organização das Nações Unidas (ONU) para 2030 ", consta o objetivo de que as sociedades sejam pacíficas, justas e inclusivas. Entretanto, essa meta não está sendo alcançada no Brasil atual, haja vista que os povos tradicionais do país não são devidamente valorizados. Nesse sentido, torna-se relevante analisar duas nuances: a função da desigualdade socioeconômica nessa falta de reconhecimento e a falha estatal como a agravante desse impasse.

Em primeiro plano, é possível destacar que esses grupos sociais encontram-se, sobretudo, em regiões desfavorecidas do território nacional. Isso é ilustrado por uma pesquisa do Ministério Público Federal, realizado em 2019, a qual demonstra que mais de 90% dessa parcela da população concentra-se nas regiões Norte e Nordeste. Então, compreende-se que a assimetria socioeconômica é determinante para a atenção insatisfatória dada a essas pessoas, uma vez que têm suas necessidades e seu valor histórico-cultural ignoradas pela nação. Ou seja, embora sejam imprescindíveis para a identidade brasileira e a proteção da natureza, por exemplo, elas possuem sua importância negada, o que prejudica sua qualidade de vida.

Ademais, pode-se notar que a negligência do Estado intensifica a problemática em pauta. Tal cenário é fundamentado no conceito de "contrato social ", do filósofo inglês John Locke, o qual indica que é dever do governo assegurar os direitos dos cidadãos, como à inclusão e à preservação da cultura. Dessa forma, verifica-se que acontece a ruptura desse pacto, visto que esses indivíduos são marginalizados pelo corpo social. Isto é, urge que essa instituição reverta esse quadro e cumpra seu papel através de medidas públicas e forneçam suporte e visão a essas comunidades.

Portanto, infere-se que a valorização dos povos tradicionais é crucial, porém não se dá de maneira suficiente. Logo, cabe aos Ministérios da Educação e do Desenvolvimento Social, como transformadores da realidade, incentivar seu reconhecimento e fazer ações afirmativas que promovam sua inclusão. Esses projetos ocorreram por meio da elaboração de aulas, em todas as escolas, que estimulem o conhecimento e a significação dessas pessoas, além do oferecimento de programas que atenuem as desigualdades existentes. Tudo isso com o fito de estabelecer o bem-estar social. Assim, espera-se a valorização dessas organizações e o cumprimento da meta da ONU.



Helena Heringer

Segundo o historiador Michel Pollak, a memória social é vital para a construção identitária de uma nação. Todavia, tal formação não tem sido bem executada no Brasil, haja vista os desafios históricos e econômicos que dificultam a valorização de comunidades e de povos originários. Portanto, diante desse cenário de fragilidade identitária - conforme ideologia de Pollack - medidas são necessárias para minimizar tal problemática.

Nessa perspectiva, é importante destacar um impasse histórico ao destaque social de saberes de grupos tradicionais. Sob tal viés, destaca-se o conceito de "epistemicídio" citado pelo sociólogo Boaventura de Souza Santos, para demarcar a glorificação de cultura de países colonizadores em detrimento do conhecimento de populações colonizadas - estudo que tende a ser apagado. Analogamente à denúncia do estudioso, observa-se que, como os povos indígenas passaram por intenso processo colonizador europeu, diversos aspectos de costumes nativos herdados tendem a ser desvalorizados, isto é, sofrem "epistemicídio". Exemplifica-se tal quadro de perda cultural e de memória coletiva com o apagamento linguístico dos pataxós - grupo da etnia indígena -, o que foi denunciado pelo professor Txayma Parajó. Dessa forma, escancara-se como esse desafio oriundo de questão histórica tem minimizado a valorização da pluralidade nacional e, por isso, representa aspecto negativo ao idealizado por Pollak.

Adicionalmente, outro desafio para a ratificação do reconhecimento do mérito de populações ribeirinhas e demais comunidades semelhantes é o fator econômico. Isso ocorre, pois o Brasil está inserido em uma mentalidade capitalista cujo objetivo é maximizar a obtenção do lucro. Com isso, a terra passa a ser considerada como fonte de exploração para muitos empresários. Essa mercantilização do território provoca diversas lutas entre grandes produtores e extrativistas, uma vez que estes dependem da natureza para sua subsistência e aqueles para o acúmulo de capital. Seguindo essa linha de raciocínio, tal relação assimétrica tem prejudicado muitas populações tradicionais, já que, com o avanço desse ideal capitalista, o desmatamento de florestas, como da Amazônia, tem crescido e apresentou maior índice, segundo dados do portal G1, no ano de 2021. Conclui-se, então, que esse avanço em terras originalmente ocupadas por comunidades e por povos originários tem promovido a dificuldade de valorizar tal organização, pois acentua o seu apagamento cultural.

Fica evidente, portanto, que cabe ao poder público - responsável pelo manejo financeiro nacional - executar maior divulgação sobre a importância da valorização de comunidades e de povos tradicionais. Essa ação deve ocorrer por meio de campanhas midiáticas que desconstruam pensamento base do "epistemicídio", via promoção de discursos, como os dos pataxós, os quais abordem criticamente sobre as perdas culturais na atual era capitalista. Tal medida objetiva, assim, ratificar a identidade nacional realizada por Pollak, via ampliações do destaque cultural desses grupos.

160

200

180

200

200

1 Na literatura do Romantismo brasileiro, entre os séculos XVIII e XIX, buscou-se a formação da
 2 identidade nacional, e a figura do indígena ganhou destaque nesse cenário, sendo representado de maneira to-
 3 talmente idealizada, longe das trocas comerciais desse povo. Entretanto, em pleno século XIX, a valorização
 4 das comunidades e povos tradicionais do Brasil ainda é uma grande desafio nacional, que merece uma aten-
 5 ção governamental a fim de que seja mitigado. Dessa forma, tal questão merece ação, pois há uma
 6 negligência estatal e, também, no aspecto educacional da sociedade.

7 Em primeiro lugar, é notório que o decreto do Governo na pauta que trata o reconhecimento e
 8 valorização dos povos tradicionais permite a dualidade. Devido a essa perspectiva, de acordo com
 9 a Constituição Federal de 1988, o Estado é responsável por promover a diversidade cultural, as-
 10 segurando a liberdade cultural e o direito à posse das terras que tradicionalmente ocuparam, sendo
 11 privilegiado a demarcações e proteções, garantindo assim, a manutenção e bem-estar dessas povos.
 12 Nesse sentido, a omissão do Governo em relação em prática as normas constitucionais, principal-
 13 mente devido ao aspecto mercadológico que trata terras representam, sobretudo, por meio da apaga-
 14 ção, dizem a muitos as comunidades que necessitam dessas terras para sua subsistência e
 15 que têm um papel importante na conservação do meio ambiente.

16 Outra visão, a falta do sistema de ensino brasileiro adotado de forma individual para a formação
 17 ligação das comunidades e povos tradicionais do Brasil. Desse modo, conforme o pensamento da socióloga
 18 Paulo Freire, em sua teoria da "Educação Popular" a escola só é diferente apenas como um depósito
 19 contendo, jogando como que o senso crítico do aluno não seja desenvolvido, tornando-a mais suscetível
 20 a manipulação. Dessa maneira, ao não abordar a temática dos povos tradicionais de forma adequada,
 21 trata o indivíduo escolar desse tema, visto que, não tem embasamento para refletir e agir criticamente
 22 em defesa dos indígenas, quilombolas, extrativistas e os povos diversos povos que compõem esse grupo.

23 Portanto, a problemática em torno dos desafios de valorização dos povos e comunidades tradicionais
 24 brasileiros é de extrema importância e, através de diversos caminhos, pode ser combatida. O fim de que isso
 25 seja seguido, é mister que as Escolas, principais entidades responsáveis pela formação intelectual
 26 do indivíduo, por meio de aulas interdisciplinares, promovam a interação dos alunos com comunidades e cultu-
 27 ras tradicionais, visando como que eles tenham a contato com os costumes desses povos, como a possibilidade
 28 de desenvolver a criticidade, para cobrar do Governo as medidas cabíveis para a valorização e preservação
 29 não de todas as comunidades tradicionais. Assim, não basta apenas uma ideia ligada à lite-
 30 ratura, como ocorreu no Romantismo.

Wicttor Cunha

Na literatura do romantismo brasileiro, entre os séculos XVIII e XIX, buscava-se a formação da identidade nacional, e a figura do indígena ganhou destaque nesse cenário, sendo apresentado de maneira totalmente idealizada, longe dos traços originais desses povos. Entretanto, em pleno século XXI, a valorização das comunidades e povos tradicionais do Brasil ainda é um grande desafio nacional, que merece uma atenção governamental afim de que seja mitigada. Dessa forma, tal questão merece zelo, pois há uma negligência estatal e, também, no aspecto educacional da sociedade.

Em primeiro lugar, é notório que o descaso do governo na pauta que tange o reconhecimento e validação dos povos tradicionais persiste na atualidade. Dentro dessa perspectiva, de acordo com a Constituição Federal de 1988, o Estado é responsável por promover o bem-estar coletivo, assegurando a liberdade cultural e o direito posse de terras que tradicionalmente ocupam, sendo obrigado a demarcá-las e protegê-las, garantindo assim, a manutenção e bem-estar desses povos. Nesse sentido, a omissão do governo em colocar em prática os termos constitucionais, principalmente devido ao aspecto mercadológico que essas terras apresentam, sobretudo, por pressão do agronegócio, deixam à mercê as comunidades que necessitam dessas posses para sua subsistência e que tem um papel preponderante na conservação do meio ambiente.

Outrossim, a falha do sistema de Ensino brasileiro contribui de forma indiscutível para a marginalização das comunidades e povos tradicionais do Brasil. Desse modo, conforme o pensamento do sociólogo Paulo Freire, em sua teoria da “Educação Bancária”, a escola vê alunos apenas com um depósito de conteúdo, fazendo com que o senso crítico do discente não seja desenvolvido, tornando-o mais suscetível à manipulação. Dessa maneira, ao não abordar a temática dos povos tradicionais de forma adequada, torna um indivíduo acrítico desse tema, visto que, não tem embasamento para refletir e agir ativamente em defesa dos indígenas, Quilombolas, extrativas e os mais diversos povos que compõem esse grupo.

Portanto, a problemática em torno dos desafios de valorização dos povos e comunidades tradicionais brasileiros é de extrema importância e, através de algumas medidas, pode ser combatida. Afim de que essa questão seja elucidada, é mister que as escolas, principais entidades responsáveis pela formação intelectual do indivíduo, por meio de aulas interdisciplinares, promovam a interação dos alunos com as mais diferentes culturas nacionais, fazendo com que estes tenham o contato com os costumes desses povos, com o propósito de desenvolverem a criticidade para cobrarem do governo as medidas cabíveis para valorização e preservação de todas as comunidades tradicionais. Assim não haverá apenas uma idealização literária, como ocorreu no romantismo.



180

200

160

200

200

1 Durante toda a história brasileira, tanto as povos, que já existiam no território antes da chegada
2 dos portugueses, quanto os quilombolas e outras comunidades de cultura diferente da europeia - que também
3 não consideramos comunidades tradicionais - foram explorados pelo colonizador e perderam espaço na
4 sociedade. A fim de garantir a sobrevivência desses povos, a Constituição Federal de 1988 afirma que essas
5 populações têm direito à preservação de seus territórios e de suas culturas, porém, na prática, não se
6 vê esse processo porque a sobrevivência ainda depende. Assim, foram se realizando medidas institucionais
7 para que essas comunidades tradicionais possam se desenvolver territorialmente e culturalmente, impulsionando-as
8 no Brasil e também o (do) seu desenvolvimento.

9 O maior exemplo dessa negligência que assola os povos tradicionais no Brasil é a atuação em
10 direção, na qual tanto as suas terras, como as suas atividades, foram se perdendo ao longo do tempo. Isso se deve ao fato de que, hoje, com o avanço da
11 fronteira agrícola, principalmente nas regiões Norte e Centro-Oeste, muitos povos indígenas ^{na terra}
12 com o intuito de sua sobrevivência, o que também acarreta perdas culturais, tendo em vista que essas
13 religiões dos povos indígenas não, em sua maioria, acreditam (considerando) na natureza, mas de
14 natureza, dessa forma, sem a intenção de manter suas práticas religiosas e de outros povos, que também repara
15 com a proibição, dos ^{os} indígenas em territórios, são determinantes dos interesses da indústria agrícola, por
16 meio de ações da governança Federal.

17 Além disso, é muito pouco a sobrevivência (de cultura) desses povos tradicionais, pois ^{que} os mitos
18 das diferentes culturas não foram ^{mas} preservados. Isso deve ocorrer, pois, como afirma o presidente
19 Sarney, o Brasil é um país de muitas culturas, e é primordial que se reconheça os mitos das diferentes culturas, quando se tem
20 o intuito de manter as ^{as} comunidades e preservar a cultura e suas culturas. Isso só, que essa ajuda os
21 habitantes de mitos, crenças e culturas, hoje, medidas institucionais, que passaram a reconhecer ^{de} mitos
22 de las comunidades tradicionais, reconheceram para a sobrevivência das comunidades no longo prazo.

23 Portanto, cabe ao governo Federal garantir a manutenção e sobrevivência dos povos e comunidades (tradicionais)
24 no Brasil, por meio da melhoria na qualidade das terras, sobretudo as áreas indígenas, para
25 que possam se desenvolver e as atividades sejam regulamentadas de acordo com a lei. Além disso, o
26 Estado também deve ^{de} reconhecer e reconhecer a cultura e suas culturas. Isso só, que essa ajuda os
27 habitantes de mitos, crenças e culturas, hoje, medidas institucionais, que passaram a reconhecer ^{de} mitos
28 de las comunidades tradicionais, reconheceram para a sobrevivência das comunidades no longo prazo.
29 Além disso, é muito pouco a sobrevivência (de cultura) desses povos tradicionais, pois ^{que} os mitos
30 das diferentes culturas não foram ^{mas} preservados. Isso deve ocorrer, pois, como afirma o presidente
Sarney, o Brasil é um país de muitas culturas, e é primordial que se reconheça os mitos das diferentes culturas, quando se tem
o intuito de manter as ^{as} comunidades e preservar a cultura e suas culturas. Isso só, que essa ajuda os
habitantes de mitos, crenças e culturas, hoje, medidas institucionais, que passaram a reconhecer ^{de} mitos
de las comunidades tradicionais, reconheceram para a sobrevivência das comunidades no longo prazo.



João Lucas Machado

Durante toda a história brasileira, tanto os povos que já ocupavam o território antes da chegada dos portugueses, quanto os quilombolas e outras comunidades de cultura diferente da europeia - que também são considerados comunidades tradicionais - foram explorados pelas colonizadores e perderam espaço na sociedade. A fim de garantir a valorização desses povos, a Constituição Federal de 1988 afirma que essas populações têm direito à preservação de suas terras e de suas culturas, porém, na prática, não se vê essa promessa de valorização sendo cumprida. Assim, fazem-se necessárias medidas estatais para que essas comunidades negligenciadas vençam os desafios territoriais e culturais impostos a elas no Brasil e recebam o seu devido valor.

O maior exemplo dessa negligência que assola os povos tradicionais no Brasil é a situação indígena, no que tange às suas terras, isso se deve ao fato de que, hoje, com o avanço da fronteira agrícola, principalmente nas regiões Norte e Centro-oeste, muitos povos indígenas sofrem com a perda de seu território, o que também acarreta perdas culturais, tendo em vista que são religiões dos povos originários são, em sua maioria, animistas (consideram que elementos da natureza são divindades). Dessa forma, com o intuito de evitar essas perdas indígenas e de outros povos que também sofrem com a problemática, deve-se valorizar esses territórios em detrimento dos interesses da indústria agrícola, por meio de ações do Governo Federal.

Além disso, é mister para a valorização desses povos tradicionais que os mitos das diferentes culturas sejam ensinados nas escolas. Isso deve ocorrer, pois, como afirma o psicólogo canadense Jordan Peterson, é primordial que se conheçam os mitos das diferentes culturas, quando se tem o objetivo de conhecê-los e de diminuir o preconceito voltado a tais culturas, uma vez que isso ajuda no entendimento de rituais, crenças e costumes. Logo, medidas estatais, que promovam o conhecimento desses mitos das comunidades tradicionais, corroborarão para a valorização das comunidades no longo prazo.

Portanto, cabe ao governo Federal garantir a manutenção e valorização dos povos e comunidades tradicionais no Brasil, por meio da melhora na fiscalização das terras pertencentes a esses grupos, para que as indústrias que as ameacem sejam responsabilizadas de acordo com a lei. Além disso, o Estado também deve de melhorar o ensino sobre as culturas tradicionais brasileiras, por meio de mudanças na Base Nacional Comum Curricular, com o intuito de combater o preconceito e de promover a valorização cultural dos povos em questão. Desse modo, o Brasil estará rumando paulatinamente em direção à superação dos desafios relacionados aos diferentes povos que habitam o país, ao incluir os principais mitos tradicionais na BNCC.



MAIORES ACERTOS DO ENEM

39 ACERTOS EM LINGUAGENS

Glênio Miranda

721

No meu tempo estudando percebi que a prova de linguagens do Enem era talvez a menos demandante em termos de conteúdo, mas também a mais desgastante e cansativa por causa do volume de textos. Por isso eu estudava quase sempre por questões, com foco nas provas antigas e simulados. Uma dica legal é tentar fazer ainda mais que 45 questões de uma vez, treinando a cabeça pra mais cansaço do que a prova realmente traz. Pra fazer as questões a estratégia que deixava mais fácil pra mim era ler primeiro a referência do texto pra ver se conhecia o autor ou obra, depois o enunciado, ler o texto e depois as alternativas, procurando sempre eliminar rápido as que menos faziam sentido ou generalizavam demais. E claro, estar afiado para fazer 5 no inglês (ou espanhol) sempre ajuda. Ler em inglês, ouvir música e assistir filmes é ótimo, por que a maior dificuldade na prova de língua estrangeira costuma ficar no vocabulário.



Com relação a prova de humanas, gostaria de dividir com vocês minha experiência. Inicialmente, vou dividir a análise em 2 momentos: a preparação para o ENEM e a prova em si.

1. Preparação para o ENEM: acredito que para ir bem em humanas deve-se primeiro estudar o conteúdo (teoria) e, paralelamente, criar flashcards sobre os principais pontos desse conteúdo no ANKI (app de flashcard). Esse app é excelente, pois trabalha com o conceito de revisão espaçada, fundamental para que o estudante fixe os conteúdos estudados (principalmente os estudados no início do ano, e, portanto, mais longes do dia da prova do ENEM). Em segundo lugar, para mandar bem humanas, é preciso notar que a prova é, geralmente, mais interpretativa do que conteudista, isto é, são poucas questões que se resolve puramente lembrando de algum conteúdo específico. Dessa maneira, é fundamental que se faça MUITOS simulados, pois assim se torna automático a leitura de muitos textos. Uma coisa que eu reparo bastante em humanas é que pra quem faz muito simulado e fez várias provas antigas do ENEM, a pessoa começa a perceber um padrão nas questões, principalmente em filosofia, onde você consegue associar os pensamentos dos filósofos com alguns termos (ex: geralmente a resposta certa quando se fala de Aristóteles é algo relacionado ao bem comum, já quando se cobra Platão é o dualismo/mundo das ideais:). Dessa maneira, quem praticou bastante simulado consegue poupar muito tempo.

2. Prova em si: Minha sequência para resolução do primeiro dia é: Redação, 15 de Humanas, 15 de Linguagens, 15 de Humanas. Dessa forma, a pessoa não condiciona a cabeça a ficar pensando apenas em um determinado tipo de conteúdo e consegue quebrar um pouco da monotonia. Além disso, em qualquer caderno do ENEM (e no de humanas não seria diferente), a primeira coisa que eu faço é ler a última frase do enunciado (onde vai ter a pergunta e o direcionamento para as alternativas), depois eu bato o olho nas alternativas. Somente depois eu leio o texto em si. Faço isso porque acredito que dessa forma você já lê o texto procurando as possíveis respostas e não fica viajando na leitura.

Por fim, desejo todo mundo boa sorte, e se alguém tiver mais alguma dúvida, estou disponível para tentar ajudar.



41 ACERTOS EM MATEMÁTICA

João Eduardo Silva
961,6

A matemática, na minha opinião, é uma das matérias mais gratas do ENEM. Isso porque a matemática é uma matéria muito **CONSTANTE**. Você tem que começar a estudar o básico e dominar isso. Depois disso, cada matéria subsequente vai fazer uso de algum conteúdo ou conceito que você já viu antes. De certa forma o estudo da matemática é satisfatório por causa disso. Um dia você aprende a usar letras para representar variáveis, depois aprende sistemas de equação com duas variáveis, depois entende o que são pares ordenados, e depois aprende como usar duas variáveis pra representar uma função por meio de um gráfico.

Não tem como você realmente entender o estudo de funções sem entender o que $y=x$ representa. Então, sempre que ficar preso em alguma parte da matemática, tente pensar se te falta algum conhecimento que é anterior ao que você está tentando aprender. Se você for paciente e estudar passo a passo, construindo fundamentos sólidos, cada matéria nova vai se tornar mais fácil de aprender, porque você só vai ter que aprender o **NOVO**, seja uma nova aplicação ou um novo conceito. Se você tiver que gastar seu tempo pensando no **ANTIGO**, ou seja, coisas que você já deveria saber para estudar uma matéria nova, seu estudo fica lento e fora de ordem. A matemática é quase uma receita de bolo! Se você seguir ela a risca, o resultado vai ser exatamente o esperado!

Boa sorte e bons estudos!



Apesar de sempre ter tido uma facilidade maior em Ciências da Natureza e Matemática em comparação com as matérias de Humanas e Linguagens, quando comecei a estudar para o Enem de forma mais séria, no terceiro ano do ensino médio, encontrei um grande desafio para poder ter um bom desempenho nas matérias do segundo dia, pelo fato de a prova ter um modelo de cobrança muito distinto do que eu estava acostumado, cobrando uma aplicação dos conceitos teóricos em contextos diversos, com textos grandes e pouco tempo para interpretação e realização adequada das questões. Assim que identifiquei isso, estabeleci um planejamento de estudos que me permitiu desenvolver melhor essas habilidades essenciais para a prova do Enem.

Logo no começo dos estudos, percebi que aprendia muito bem com questões, então ocupava a maior parte do meu tempo com elas. Obviamente, tinha um primeiro contato teórico com a matéria, através de vídeo aulas ou apostilas do colégio (mas sempre gostei muito mais de vídeo aulas porque não tinha muita paciência pra ficar lendo rs). Depois disso, fazia algumas questões pra que eu pudesse fixar bem a parte teórica da matéria (decorar fórmulas, nomes e outros pontos importantes), e, nesse momento, nem me preocupava muito em fazer questões com um modelo de cobrança que se assemelhava ao Enem, porque minha intenção era realmente dominar exclusivamente a teoria da matéria. A próxima etapa era, finalmente, fazer questões da matéria que estava estudando que apareceram em edições anteriores da prova, ou outros vestibulares com um modelo de cobrança parecido, para que eu pudesse melhorar a dificuldade que eu tinha em fazer as questões do Enem que mencionei anteriormente.

Outro ponto que acho fundamental em qualquer matéria, e talvez principalmente em Ciências da Natureza, são as revisões, pois acredito que é a única forma de se chegar na prova se lembrando bem de um conteúdo tão vasto como do Enem sem uma estratégia eficiente de revisões. Tendo em mente, mais uma vez, o fato de ter sempre me dado muito bem com questões, minhas revisões também eram feitas por meio delas. Recorria a listas de exercícios antigas de assuntos específicos, e me atentava, principalmente, às questões que tive maior dificuldade na primeira vez que tive contato, e consultando brevemente a parte teórica das questões que eu errava. Fazia um processo parecido com os simulados, não negligenciando nunca a correção deles, anotando erros, tempo de prova, e outros aspectos que me ajudariam a chegar mais preparado no próximo.

Por fim, faço muita questão de reiterar aqui a importância de que vocês construam um planejamento de estudos com base nas SUAS dificuldades e nas SUAS facilidades. o conteúdo da prova é muito extenso para perdemos tempo copiando métodos de estudo da internet que, muitas vezes, não favorecem nem um pouco nossas individualidades e nos fazem perder um tempo valioso da preparação.

Bons estudos!

DOS EX-VESTIBULANDOS PARA VOCÊS

"Sei que o estudo é prioridade na vida do vestibulando, mas não deixe que ele defina quem você é. Continue aproveitando a vida e mantendo o equilíbrio, porque se focarmos apenas em uma coisa, podemos acabar adormecendo nossa mente. Então, pausas também ajudam no processo".



"Focar muito em fazer provas antigas, independente se for ENEM ou PISM, conhecer como a prova aborda as questões é o mais importante."



"Aos atuais vestibulandos, meu conselho é não desistir. Uma pessoa muito querida uma vez me disse que "a vida não é como a gente quer, ela é como ela é". Muitas vezes vocês podem ter dificuldades que parecem maiores do que vocês, mas isso não é verdade, existe uma força dentro de vocês maior do que podem imaginar. As dificuldades da vida nos tornam mais fortes. PERSISTAM. Apesar do que aconteça, continuem fazendo o seu melhor, isso vai fazer a diferença. Cada um tem seu trajeto próprio, sua hora vai chegar! Coragem, futuros calouros! A medicina espera por vocês! Grande abraço!"





"Primeiramente, cuidar muito bem da saúde mental durante os estudos, tentar ao máximo não se comparar com os outros e ter a consciência que ninguém precisa saber tudo de tudo. Em segundo lugar, em questão de como estudar, depois de já ter criado uma base boa nas matérias, acho muito interessante começar a estudar através de questões/provas antigas/simulados"

"Não se compare, família nem sempre vai te apoiar ou acreditar em ti, e, não escute aqueles que dizem que medicina não é pra você, que vc não será capaz, que quem é pobre e que só estudou em escola pública não passa e se passar tem que ficar anos e anos em cursinho."



"Não perca tempo fazendo o que todo mundo faz. Descubra seu método de aprendizagem e foque nisso. Estude não só o conteúdo mas sim a prova. Tenha seu diferencial, dedique-se a mais em matérias mais difíceis. Tenha foco e persistência, principalmente tratando do pism: a disciplina é constante em três anos e NUNCA subestime o pism 1 (rsrs)"



"Estude de forma inteligente, de maneira direcionada para a prova que é seu objetivo principal, seja ela o PISM ou ENEM. observe assuntos mais recorrentes, modelo de questões e outros aspectos que devem moldar seus estudos ao longo do ano. pra cima glr!!!!"



"Prezar pela sua a saúde no processo de estudo, entender que pra uma aprovação em um curso concorrido é necessário investir tempo e qualidade de estudo, fazer o possível e o que estiver ao seu alcance para cumprir as obrigações escolares, mas lembrar de não abrir mão dos outros aspectos da sua vida.

Destaco a importância de fazer alguma atividade física que se adeque a sua rotina, eu consegui conciliar 2 dias de academia na minha semana e foi crucial pra minha saúde física e mental, prezar pela sua mente é muito importante pra ter uma aprovação pois ela impacta muito em todo o seu processo de aprendizagem."

"A felicidade da aprovação é tanta que todas as dificuldades e concessões do processo parecem irrelevantes. Tenham paciência, continuem se dedicando, abram mão de coisas que não sejam tão importantes no momento e, se possível, procurem apoio emocional. Acreditem em vocês e nos seus estudos - no final, tudo da certo! <3"





"Para quem está no Ensino Médio, muito foco no PISM, é com certeza a maneira mais fácil de passar pra Medicina e sem ter que ficar muito tempo no cursinho. Ao final do segundo PISM, se sua nota estiver boa, simplesmente esqueça o ENEM e foque muito em simulados e matérias com o perfil do PISM. Não perca muito tempo fazendo redação, já que não cai."

"Procure manter o equilíbrio. Não viva só do estudo e não passe madrugadas estudando; seu desempenho não vai melhorar assim. Você precisa de uma boa noite de sono, fazer algum hobby, praticar atividade física, se alimentar bem...Não abra mão disso, o processo acaba se tornando mais leve quando você cuida de si mesmo. Fácil? Não é, as vezes seu dia não vai sair como o esperado, mas que isso seja exceção e não a regra. Outra coisa, façam questões, simulados e provas antigas, eles alavancam muito o estudo depois que você já tem certa base teórica."



"Não desistir, manter uma rotina de estudo, manter por perto amizades e pessoas que partilham de um mesmo objetivo mesmo que seja em outra área, isso faz total diferença."



DEPOIMENTOS

Ei, futuros calouros!

Vim aqui contar para vocês um pouco da minha trajetória até a aprovação!

Desde o início do ensino médio, sempre tive certeza de que queria cursar Medicina na UFJF. Isso porque sou apaixonada pela cidade de Juiz de Fora e, também, porque sei da excelência de ensino da faculdade. Por esse motivo, o PISM sempre foi a minha prioridade, sendo então o vestibular no qual eu me dedicava a maior parte do tempo.

Durante esse período, tive que conciliar os estudos para o vestibular com os estudos para o colégio. Assim, posso dizer que dedicava, aproximadamente, cerca de seis horas diárias nos estudos para o PISM. Além disso, durante a minha preparação, também optei por não fazer nenhum cursinho preparatório, utilizando como base para aprender os conteúdos apenas o colégio. Dessa forma, acho importante ressaltar que as seis horas diárias de estudo eram sempre dedicadas a métodos de aprendizagem de forma ativa, tais como resolução de questões, provas antigas, simulados e correção aprofundada dos meus erros.

Acredito que estudar de forma ativa tenha sido um diferencial na minha preparação, porque me possibilitou um aprendizado mais dinâmico e orientado de acordo com minhas maiores dificuldades, além de uma maior segurança para realizar as questões. Assim, ao resolver a prova do PISM, eu já tinha conhecimento a respeito do estilo da prova e dos padrões das respostas esperadas pela banca (principalmente nas discursivas).



Meu maior arrependimento durante os estudos foi ter negligenciado os cuidados comigo mesma. Isso porque eu passava a maior parte do tempo estudando, não tinha muitos momentos de lazer e não praticava nenhuma atividade física. Como resultado, cheguei ao final do ano extremamente exausta e com o psicológico bem abalado. E Hoje, analisando minha rotina, esses seriam pontos que com certeza eu modificaria.

Depois de anos de esforço e da tão sonhada aprovação, o que posso afirmar para vocês é que tudo valeu a pena: as horas intermináveis de estudo, o cansaço diário, os inúmeros simulados realizados, as noites mal dormidas e todas as outras dificuldades. O caminho do vestibular é árduo, sofrido, cansativo e doloroso, mas a recompensa recebida quando chegamos ao fim dessa trajetória é incrível e faz tudo valer a pena.

– Marcella Valente



Fala Calouros!!!

Sei que nesse momento muitas incertezas passam na cabeça de vocês , um ano parece muito pouco tempo para estudar para o Enem , e isso é muito relativo!!!

Cada pessoa tem a sua própria bagagem que foi adquirindo ao longo da sua trajetória, e hoje venho falar um pouco pra vocês principalmente que vem do ensino público , da cidade pequena , onde muitas vezes veem a Medicina , quase que uma coisa impossível de se conseguir!!!

Difícil? Claro

Impossível? Jamais

Não importa de onde você vem , onde você estudou !!! O que importa é o que você fará daqui pra frente para alcançar seu objetivo, que é a aprovação!

E o passo mais importante, é jamais desistir! Você tem que enxergar isso como uma escada, em que cada dia/mês/ano que passa , está mais perto de alcançar o último degrau!! Estude! aproveite seu tempo! busque informações com quem já passou por essa etapa! Mais nunca vá dormir com dúvida!!!

Nunca se compare com ninguém, pois cada um está num degrau diferente da escada!!!

Fiz 5 anos de cursinho!!!

Passei por 2 anos de pandemia , trabalhei e estudei por um tempo... nada nunca foi fácil , e não será !!! Mas quando chega no último degrau , a recompensa é gigantesca, uma montanha desaba das suas costas, a sensação de dever cumprido é enorme!!!

E assim como eu tive muitas inspirações , hoje sei que sirvo de inspiração para muitas pessoas ... com quem tive o prazer de conhecer durante a caminhada do pré-vestibular!!!

Lembre-se sempre: " A perseverança é o caminho da conquista "

- Wicttor Cunha



Desde do ensino fundamental 2 eu falava queria ser médica, porém com a chegada do ensino médio eu comecei a me questionar se esse era o curso certo para mim e se era o que eu realmente queria. Então decidi escolher algum curso que estivesse mais de acordo com meus interesses, e fiquei com três opções de cursos em mente (Medicina, Biomedicina e Farmácia); e decidi tentar os três cursos por meio do Enem e PISM. Porém ainda não sabia qual eu tinha mais interesse entre eles.

Quando chegou o período de inscrição do PISM III foi quando eu tive que tomar a decisão de qual curso seria o escolhido, visto que não tinha biomedicina como opção. Eu estava incerta sobre minha capacidade de passar em Medicina e se seria um curso que estaria de acordo com meus interesses dentro da área da saúde, então resolvi que colocaria outro curso, mas fiquei incomodada com a decisão. Então de última hora decidi usar minha nota do PISM para Medicina e tentar aprovação para os outros cursos pelo Enem na cidade onde eu moro e deixar Medicina para Juiz de Fora. E foi a melhor decisão que eu tomei, pois Graças à Deus deu tudo certo e eu fui aprovada em medicina na UFJF pelo PISM!

Com tudo isso eu percebi que a caminhada até a aprovação no vestibular é algo muito particular, cada história de aprovação será de um jeito e por isso não devemos ficar comparando a nossa com a dos outros. O conselho que eu deixo é que você deve focar nos seus interesses e não ceder às pressões externas quanto a escolha do curso, pois só você sabe aquilo que mais te deixaria feliz e realizado profissionalmente.

E quanto aos estudos procure saber qual o seu modo de aprender, se você prefere escrever resumos, estudar por questões, etc. É muito importante você saber qual o estilo de estudos que facilita seu aprendizado pois isso te poupara tempo e esforços, além de te ajudar a fixar os conteúdos de maneira mais efetiva.

Eu particularmente tive dificuldade de estudar para o vestibular justamente por estar usando métodos de estudo que não me ajudavam tanto e com isso eu estudava praticamente 6h todos os dias, e tinha que fazer um esforço enorme para fixar os conteúdos. Além disso tudo, tirar um tempinho de descanso todos os dias é MUITO importante e fez muita diferença pra mim no terceiro ano do ensino médio, escolha algo que você goste e tire um tempo durante a semana para fazer isso.

Lembre-se também de estabelecer estratégias de aplicação de nota, quais cursos você vai tentar pelo SISU e o que você colocaria em outros vestibulares; se atentando também as notas de corte listas de reclassificação!

Eu sei que a época de vestibular pode ser desesperadora e cheia de dúvidas, então vá com calma e permaneça focado nos seus objetivos. No meu caso eu não fiz cursinho, fiz apenas aula de reforço em duas matérias que tinha dificuldade, mas saiba que não tem problema nenhum se não der certo de primeira. Procure readaptar seus métodos e recomece. Continue perseguindo seus sonhos e acredite no seu potencial de alcança-los, em algum momento você chega lá, e todo o processo vai ter valido a pena.

-Ana Beatriz S. M.



Eiii calouross e futuros calouros!! Sem dúvida, a fase do ensino médio e de pré-vestibular é um dos mais difíceis e complexos da vida, porque existe muita cobrança e o emocional fica bem abalado e, por isso, a ansiedade é um problema muito frequente nessa fase. Acho que a maior pressão era minha mesma, eu sempre me cobrei muito em relação à escola e ao vestibular. Minha família sempre me apoiou e fizeram tudo ser mais tranquilo, e por isso mesmo eu sempre tive medo de decepcioná-los.

Outro fator que eu senti que me prejudicou bastante foi não ter escolhido focar apenas no PISM. Apesar de eu saber que tinha grande chance de entrar por ele, pois já tinha uma boa pontuação nos dois primeiros, eu estudei para o ENEM também, pois sempre batia uma forte insegurança. Mas senti que perdi bastante tempo fazendo redações e me dedicando para isso, então a minha dica é: se você está no terceiro ano, já com uma boa pontuação, foque bastante no PISM, ele é uma excelente oportunidade para ingressar na UFJF.

– Anelise Pedrosa



Assim como todos os pismeiros da 125, meu ensino médio foi um pouco conturbado por conta da pandemia. No início foi difícil organizar os estudos e já decidir o que eu queria para o meu futuro, e algo que sem dúvidas foi decisivo para a minha aprovação foi um curso on-line chamado Aprova Total. Durante os três anos do E.M, dedicava por volta de 4/5h diárias para os estudos, focando sempre em fazer provas antigas e exercícios de outras faculdades (o Aprova Total disponibiliza uma imensidão de exercícios).

Durante o terceiro ano, por ser o mais decisivo de todos, duvidei muitas vezes da minha capacidade, as vezes chorava e tinha certeza que não ia passar, por isso acho que um apoio psicológico seja muito importante nesse processo. Me orgulho de ter conseguido organizar tudo com facilidade, nunca deixei de ir para festas e aproveitar com meus amigos porque sabia que me fazia bem! costumava dedicar os dias de semana para os estudos e o fins de semana para as festas, e funcionou muito bem pra mim! Meu maior conselho pra você que está nessa jornada é: faz bastante simulado, tenta melhorar nos seus pontos fracos e cuida bastante do psicológico, faz toda diferença! Te vejo na uff, calouro :)

– Isabella Franklin



Olá, futuros calouros. Meu nome é Lorena Cassimiro, tenho 22 anos e passei em Medicina na UFJF pelo Enem 2022. Durante o período de preparação para o vestibular, minha rotina era integralmente voltada para os estudos durante os dias de semana, porque gostava de ter o final de semana mais livre (exceto quando tinha simulado no cursinho ou alguma coisa acumulada). Acordava às 6/7 horas e dormia por volta de 22/23 horas - obviamente, não tinha esse tanto de tempo líquido, pois temos que considerar deslocamento, pausas, alimentação e aulas no cursinho.

Geralmente, eu tinha um turno 100% líquido (parte da tarde - quando fazia cursinho de manhã - e manhã - quando fiz cursinho a tarde) e no restante do dia eu ia encaixando as demandas, de acordo com o tempo livre. Eu fiz 4 anos de cursinho, sendo 3 deles no Apogeu e 1 ano no Isfera. Além disso, fiz curso de matemática para o Enem com o Prof. Rômulo Garcia e de redação com o Prof. Wesley Pontes em todos os anos. Indico MUITO todos os cursos. Minha maior dificuldade sempre foi Linguagens (Deus me livreeeee) e meu maior diferencial foi matemática.

Eu sempre tive muito apoio da minha família, tanto financeiro quanto emocional, o que, sem dúvidas, foi primordial para eu não desistir e, além disso, me possibilitou não precisar trabalhar. Mesmo já estando "calejada" de vestibulares/cursinho e ter um apoio muito grande, o medo de ser reprovada era constante.

Escolhi a UFJF por ser uma universidade de qualidade e por ser na minha cidade. Sinto que foi a melhor escolha que fiz.



Acredito que o descanso, o tempo de sono e a atividade física, equilibrados, são essenciais na rotina (não pensem que estão perdendo tempo).

Essa fase não é nada fácil e fica marcada em nós para sempre, mas quando aparece na tela do computador a mensagem “parabéns, você foi selecionado na chamada regular” tudo muda. Cada segundo de esforço é recompensado, VALE MUITO A PENA. Se eu pudesse dar um conselho pra quem ainda não está na faculdade, seria: não desistam! Por mais que seja óbvio, só passa quem não desiste e, para esses, a hora sempre chega.

— Lorena Cassimiro

Olá me chamo Rodrigo Niero da Conceição, 44 anos de idade, casado com Silvana Karla (estamos juntos há 10 anos), e pai de um lindo Filho de 4 anos, João Lucas. Acredito que serei o calouro mais velho da turma, rsrsrs... A formação em Medicina é um sonho adormecido há tempos, encontrei apoio em minha esposa e familiares para tirar um tempinho para o ENEM.

Em relação a preparação para passar no Curso de Medicina, acredito que venha desde minha primeira formação que foi um curso Técnico de Informática, outras três faculdades (Normal Superior, Pedagogia com Habilitação Supervisão Escolar e Psicologia), além das pós Graduações que possuo e a idade. Tudo isso me fez com que eu adquirisse uma forma única de estudar rsrs.

Na minha “época” de ingressar nas Faculdades não havia ENEM e também nunca havia realizado o Exame,. Foi com o despertar do sonho em fazer a Faculdade de Medicina, que resolvi tirar um tempinho em 2022 para estudar e fazer o exame.



Estudava em média 2h por dia, algumas vezes na semana. A maior dificuldade foi exatamente ter um tempo maior de estudos devido às obrigações familiares e profissional. Por isso, como mencionei, tenho um método próprio de estudo. Em relação à fazer as provas do ENEM e outros tipos de provas sempre fui muito tranquilo. Com os estudos meu tempo de sono era muito pouco, uma média de 5 a 6h. No tempo livre, priorizava estar com a família, além de mexer com plantas, trabalhos manuais e assistir séries.

Em relação a Faculdade da UFJF, quando comecei a pesquisas pelas instituições de Medicina, “foi amor a primeira vista”. Eu amo plantas e o verde me chamou muita atenção, em seguida fui pesquisar sobre a Instituição e gostei muito da proposta de Ensino e História da UF. A Escolha foi muito boa.

Durante os meus estudos e preparos por ter muito compromissos, fiquei muito ausente com meus amigos e demais familiares, e sempre uma confiança que daria certo, sempre em minhas orações e preces encontrava um conforto para o processo que estava vivendo.

Mesmo tendo finalizado o Ensino Médio Técnico em escola pública há um bom tempo atrás e com minhas graduações, vejo na Medicina um complemento na minha carreira que amava trabalhar (como supervisor escolar e psicólogo clínico).

Um conselho que deixo aqui para os futuros calouros e sempre dou: Dê o seu melhor o que o resultado não será diferente.

– Rodrigo Niero



Fiz cursinho do 9º ao 3º ano e estudava, em média, 10 horas por dia. Meus familiares puderam me apoiar durante todo o tempo e, felizmente, eu tive a opção de não precisar trabalhar. Como todo aluno, eu tinha vários medos e inseguranças, mas o meu maior medo era de fracassar e me mostrar inútil diante da sociedade. Com isso, a ansiedade era o que mais me dificultava a acreditar em mim mesma e na aprovação.

Escolhi a UFJF pelo PISM ser um processo seletivo que facilitou muito os meus estudos, além da excelente qualidade do curso de Medicina e, cada vez mais, eu sinto que estou no lugar certo.

Foram vários os momentos que me senti pressionada. Como eu era de Exatas, muitos questionavam a minha preferência por Medicina, mas o desejo de ajudar as pessoas fazia com que o meu coração me disesse que eu estava no caminho certo!

Não foi desde sempre que eu tive confiança nas minhas decisões. Minha autoconfiança, em 2022, ainda estava bem instável, mas com a ajuda da minha terapeuta eu consegui desenvolvê-la a ponto de alcançar o meu sonho, por isso eu digo que cuidar da saúde mental pode ser um ponto crucial para conquistar os seus sonhos!

Eu tentava manter de 6 a 8 horas de sono, porque era o que me fazia sentir bem. Além disso, era muito rígida comigo mesma, saía somente 1 ou 2 vezes ao mês. Deixei de fazer muitas coisas para me dedicar aos estudos, mas olhando para trás vejo que meu esforço e todos os sacrifícios valeram muito a pena! Eu nunca havia me sentido tão realizada e demorei muito tempo para absorver o mérito de ter passado.

Meu conselho para os que ainda não entraram na faculdade é: Estudar é a sua prioridade, mas não é a única! O Equilíbrio entre os estudos, as atividades físicas, a Fé, a saúde mental, a alimentação e o descanso são imprescindíveis para a aprovação. Conquistar esse equilíbrio, não só vai te ajudar a ser aprovado, como vai deixar o processo mais leve e divertido! E, acima de tudo, sigam os seus corações, pois somente eles sabem da sua verdade ❤️.

– Sophia Máximo



Fala futuros calouros, como vcs tãoó?? Contar um pouquinho como foi meu caminho até ser aprovado pelo PISM e dar alguns conselhos pra vocês.

O meu estudo para o vestibular começou em 2020 e já foi diferente do normal: era meu 1º ano do ensino médio e logo começou a pandemia, mal sabia eu que o IF de Muriaé, escola que estudava, ia ficar sem aula até o final do 2º ano. Fiquei então, meus primeiros 2 anos de estudo estudando 100% de forma autodidata, já que nem aula online o IF tinha. Até o final do 2º ano eu também não sabia que queria medicina, mas sabia que era melhor eu tentar garantir o máximo de pontos, então fui relativamente bem no PISM 1 e 2, mas com certeza eu iria MUITO melhor se eu soubesse estudar do jeito certo.

O que eu não fiz no 1º e 2º ano direito e que quase ninguém faz, porque ainda não está "maduro" suficiente no estudo e não tem ninguém como guia: ter um planejamento a longo prazo, não depender de cursinho e me organizar para ter um grande período do ano de treino muito intenso e de nível compatível com a prova que ia fazer (no caso o PISM). Eu lembro de ter feito o PISM 2 tendo treinado quase nada, só umas 2 semanas antes da prova. Quem vai bem é quem fez uma quantidade gigantesca de questões (questões "boas", obviamente).

No 3º ano o IF ia voltar às aulas presenciais e eu saí, já que as matérias do curso técnico integrado ocupavam um tempo muito grande e eram inúteis pro meu objetivo. Mudei com meu irmão pra uma escola estadual noturna. Criei tempo pra estudar, tinha o dia inteiro, praticamente. Muitas pessoas deixam de tomar decisões difíceis e isso impede elas de serem aprovadas. Às vezes nem identificam que uma coisa está atrasando elas em vez de ajudar, na verdade. Foi péssima a mudança por um lado, não tinha amigos na nova escola e perdi os que tinha no IF.



Fora os outros sacrifícios durante o ano, como deixar de viajar com a família (na verdade fiz isso no PISM 2), deixar de sair com minha namorada e amigos inúmeras vezes, ter os únicos momento de lazer no máximo sábado de tardezinha/a noite e domingo no mesmo horário (e ainda ter esses momentos perturbados pela ideia de que deveria estar estudando), acordar todo dia entre 5:30 e 6h e indo dormir entre 23:30 e 00h, deixar de ir na colação de grau da minha namorada. Nesse ano de estudo pro PISM 3 (2022), estudava de 10 a 12h por dia. Do final de fevereiro até mais ou menos agosto foquei na teoria. Outro diferencial do estudo esse ano foi estudar por livros, que têm o conteúdo completo e bem aprofundado e específico, do jeito que o PISM é. Li o Biologia Hoje e o Tópicos de física inteiros, além de usar o química feltre. Não fiz cursinho o ano todo. O problema dos cursinho online ao vivo é que aquilo se torna um conjunto de centenas de pessoas diferentes estudando pra cursos de dificuldades diferentes, mas vendo as mesmas aulas e no mesmo período de tempo. Cada pessoa tem uma disponibilidade de tempo no dia, suas próprias dificuldades, etc... então você tem que dirigir seu uso do cursinho, não o cursinho definir seu planejamento. Além disso, se eu estivesse aprendendo no ritmo que a maioria estava, não teria o tempo que tive pra desenvolver minha habilidade nos exercícios depois e nem estudaria física toda dia, a matéria que mais gosto mais que tinha mais dificuldade.

Saí de uma pessoa que não sabia mexer na prova de física até o nível que fechei a prova aberta. E hoje ensino pros mentorados. O que realmente me sustentou nesse caminho que no 3º ano foi tão intenso foi a fé constante que ia passar. Claro que haviam oscilações no dia a dia: sempre que errava uma questão ficava descrente. Mas eu sabia ao mesmo tempo que era quase impossível alguém estudar mais que eu e que, por isso, iria bem, só era uma questão de tempo até eu ficar realmente "no ponto" pra fazer a prova.



Eu tive mentorados insanamente preparados, que tiravam sempre em torno de 600 pontos no simulado da mentoria (que chega a ser mais difícil que o PISM) fazendo terapia por problema de confiança e ansiedade nesse quesito. Os vestibulandos têm que aprender a reconhecer se estão ou não no caminho certo e a partir daí aprender a serem confiantes. Outra coisa que ajudou a ter essa confiança é a não comparação com outras pessoas. Tente se afastar o máximo de pessoas que ficam mostrando demais seu desempenho, isso gera a uma comparação que, apesar de ser normal, é prejudicial. O que eu tive de mentorado com problema por se comparar é brincadeira... comparação gera falta de confiança que gera muitas vezes a falta de sentido no seu desempenho, não deixando você dar seu máximo. Compare apenas você de hoje com você de ontem.

Além disso você não está atrasado. Ninguém liga se você passou com 17 ou 23 anos, e você também não deveria, mas, claro, se esforce pra ser seu último ano estudando pro vestibular.

Sobre mais conselhos sobre o estudo, não menos importantes, planeje seu ano de estudo como um todo: meses pra finalizar a teoria, depois de quanto tempo começar fazer provas antigas... e o que me fazia evoluir constantemente: ser bastante flexível depois que terminei a teoria sobre qual tópico eu tinha que treinar ou revisar. Não existe revisão programada de X em X dias. Cada tópico tem sua dificuldade e tamanho, e cada pessoa tem maior facilidade com cada tópico. A constante prática (exercícios) te leva à consciência do que você está bem e do que você está mal, e isso te leva ao que você vai revisar e treinar amanhã.



No final do terceiro ano entrei em um cursinho pra pegar os simulados (já tinha aprendido toda teoria), mas, depois que passei, vi que tinha condições pra montar uma mentoria e logo o melhor cursinho pré PISM disparado, já que sei exatamente como uma pessoa deve estudar e com quais materiais treinar. Quando uma mentorada saiu do PISM 2024, ela me disse que sentiu que "estava fazendo um simulado da mentoria", tamanha nossa qualidade. Segue a gente no Instagram! @gemeosdopim

– Vinícius Almeida



AGRADECIMENTOS

Essa cartilha foi desenvolvida com muito carinho pela Turma 125 de Medicina da UFJF, e esperamos que as informações nela contidas sirvam de apoio na jornada de vocês.

Gostaríamos de agradecer àqueles que reservaram seu tempo para preencher os formulários que serviram de base para a escrita desse guia e, principalmente, àqueles que participaram da coordenação, da coleta de dados, do design e da escrita desse documento.

Também gostaríamos de ressaltar a nossa gratidão à página Desempenhos Med (@desempenhosmed), pela iniciativa tão louvável, que democratizou e democratiza o acesso à informação e a entrada de milhares de jovens na graduação. Assim como, sublinhar a nossa gratidão aos alunos veteranos, que elaboraram as cartilhas que precederam a nossa.

Esperamos que esta cartilha possa ajudar os aspirantes a universitários tanto quanto as anteriores nos ajudaram.

Aos futuros calouros, obrigado pela atenção e parabéns pela resiliência de chegar ao fim da cartilha.

ESPERAMOS VOCÊS NA MED!



EQUIPE PARTICIPANTE

COORDENAÇÃO

João Eduardo Silva Amaral (@silva__amaral)

João Lucas Machado (@machado.joaol)

DESING E DIAGRAMAÇÃO

Juliana Alvim (@julianasoalvim)

Esther Fernandes (@estherfsz)

Sophia Máximo (@sophiacivi)

Ana Beatriz Santos de Magalhães (@anamags_)

Breno Bretas (@b.bretas)

João Lucas Machado (@machado.joaol)

PRODUÇÃO DE TEXTOS

Viviane Serafim (@viviserafiim)

Anelise Pedrosa (@anelisepedrosa)

João Lucas Machado (@machado.joaol)

COLETA DE DADOS

Gabriel Gomides (@gomides_gabriel)

Isabella Franklin (isabellafranklin_)

João Eduardo (@silva__amaral)

Kenner Quintão (@kennerqc)

Laura Liz (@laura_lcp)

Quezia Azevedo (@quezia_reinck)

Vitória Flávia (@vltOriaflavia10)

Wicttor Cunha (@wicttor_cunha)

Rodrigo Niêro (@nieropsi)

Esther Fernandes (estherfsz_)



F I M

