



Novembre 2017

## À propos de moi

Je m'appelle André Martel et je suis résident de 2<sup>e</sup> année (R2) en chirurgie générale à l'Université d'Ottawa. Avant d'entrer en chirurgie, j'ai fait une année de résidence en médecine familiale à l'Université Western. Je viens d'Embrun, en Ontario, et j'ai obtenu mon diplôme de médecine à l'Université d'Ottawa. Avant mes études de médecine, j'ai obtenu un baccalauréat en sciences (biopharmaceutique option génomique) à l'Université d'Ottawa et j'ai travaillé en sciences fondamentales à étudier les SIX familles de facteurs de transcription responsables du développement des muscles squelettiques.

## Pourquoi j'ai choisi la chirurgie générale

Dès le début de mes études de médecine, j'ai été attiré par le rythme rapide et le contexte de soins actifs de la chirurgie générale. Après être entré pour la première fois dans une salle d'opération, j'étais accroché. Je me préparais alors à entrer en chirurgie mais, à la dernière minute, j'ai décidé de faire une résidence en médecine familiale pour me concentrer sur les petites interventions. Peu de temps après le début de ma formation de généraliste j'ai compris que ma passion, c'était la chirurgie.

Mon transfert en chirurgie générale a confirmé que j'adore le large éventail du champ de pratique et des compétences qu'offre cette spécialité. On y trouve une occasion inégalée de soigner des patients très malades et d'améliorer énormément leur vie. La chirurgie générale offre aussi un équilibre parfait entre la chirurgie et la médecine, et le travail est toujours stimulant et rempli de défis. Nous consacrons notre vie à améliorer celle d'autrui.

## Vie clinique

### En quoi consiste une journée typique de tâches cliniques?

#### Chirurgie générale – Une journée typique

06:00 – 7:45	<b>Visite des patients hospitalisés</b> – Chaque matin, je fais la tournée des patients hospitalisés, en compagnie d'une équipe de résidents et d'étudiants en médecine. Selon le service et la liste de patients, les tournées commencent autour de 6 h ou 7 h 30 et elles peuvent durer aussi peu que 15 minutes ou autant que 3 h.
08:00 – 16:30	<b>Salle d'opération ou clinique</b> – Les équipes de chirurgie élective passent ce temps en salle d'opération pour les chirurgies à l'horaire, ou à la clinique pour rencontrer les nouveaux patients et faire des suivis postopératoires. Certaines demi-journées sont passées au bloc d'endoscopie.  Pour l'équipe de soins actifs, la journée est consacrée aux chirurgies d'urgence et aux rencontres de nouveaux patients, à l'urgence ou dans les services.
16:30 – 17:30	<b>Consultations en soirée et transferts</b> – Nous faisons habituellement la tournée de nos patients hospitalisés. Avec le chirurgien en titre, nous réglons les problèmes dans les services et nous informons les équipes de garde lorsque nous avons des préoccupations particulières au sujet de certains patients.

# Profil d'un résident en chirurgie générale – André Martel



*Mon transfert en chirurgie générale a confirmé que j'adore le large éventail du champ de pratique et des compétences qu'offre cette spécialité. On y trouve une occasion inégalée de soigner des patients très malades et d'améliorer énormément leur vie.*

## Chirurgie générale – Aperçu de l'horaire hebdomadaire

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
06:00		Tournée des patients hospitalisés		Tournées de soirée, tâches au service	Tournée des patients hospitalisés			
07:00			Rondes	De garde		Tournée des patients hospitalisés	Période de garde 07:00-09:00	
08:00		Clinique ambulatoire	Bloc opératoire		Endoscopie	Bloc opératoire		
09:00	Travail post-garde			Travail post-garde				
10:00								
11:00		Enseignement informel aux étudiants en médecine						
12:00								
13:00			Clinique d'évaluation du cancer			Clinique		
14:00								
15:00						Enseignement informel aux étudiants en médecine		
16:00			Tournées de soirée, tâches au service	Tournées de soirée, tâches au service		Tournées de soirée, tâches au service		Tournées de soirée, tâches au service
17:00			Transferts	De garde 17:00-09:00		Transferts		Transferts
18:00								
19:00								
20:00					Ligue de balle-molle des résidents			
21:00								
22:00								
23:00								
00:00								

### Quels types de stages (cliniques, recherche) sont-ils requis dans votre programme?

Cela dépend du niveau de formation. Les résidents juniors (R1 et R2) ont 12 à 13 blocs de chirurgie générale dont 5 ou 6 auprès de l'équipe de soins chirurgicaux actifs qui s'occupe des consultations et des chirurgies d'urgence. Les stages hors-

service comprennent un mois dans chacun des secteurs suivants : médecine d'urgence, gastro-entérologie, soins intensifs, médecine (cardiothoracique), chirurgie générale pédiatrique, chirurgie thoracique, chirurgie plastique et chirurgie vasculaire.

Pour les résidents seniors (R3 à R5), tous les stages sont en chirurgie générale, répartis de la façon suivante : stages obligatoires (70 %), communautaires et au choix (30 %). Tous les résidents seniors font un stage dans l'équipe de SCA en R3 et R4, et les stages au choix se passent en chirurgie colorectale, chirurgie du sein, oncologie chirurgicale, HPB, chirurgie bariatrique et interventions minimalement invasives.

## **Quelles caractéristiques de votre personnalité ont été particulièrement utiles dans votre domaine?**

En premier lieu, une attitude calme et positive. Mon trait de personnalité le plus utile, c'est d'être facile à vivre et d'avoir une attitude positive. La chirurgie générale peut être très intense et stressante, mais je compte sur mon approche calme pour gérer efficacement et établir des priorités. Une attitude positive permet non seulement de rester sain d'esprit au cours d'une nuit de garde occupée, mais aussi d'avoir une bonne communication avec les membres de l'équipe et les autres professionnels de la santé.

Il est aussi important de savoir gérer son temps. Le sens de l'organisation et l'efficacité sont très utiles dans une résidence occupée comme la chirurgie générale. J'ai acquis de bonnes habitudes pour gérer mon travail, mes activités de recherche et ma vie personnelle de façon saine et attentive.

## **Quels sont les meilleurs aspects de votre résidence?**

Ce que je préfère dans ma résidence en chirurgie générale, c'est le grand éventail des activités : consultations externes préopératoires, suivis post-opératoires, journées en endoscopie ou en chirurgie d'urgence, et même périodes de garde au service de traumatologie. Les patients peuvent être très malades, mais ils l'ont toujours une très grande confiance en l'équipe chirurgicale. Lorsque vous traitez le patient et non le problème, c'est une expérience positive et on apprend beaucoup, quel que soit le résultat.

## **Quels sont les plus grands défis de votre résidence?**

Le plus grand défi pour moi ce sont les longues heures et les nuits très occupées.

Il m'est souvent arrivé de travailler 14 ou 15 heures par jour pendant 28 jours d'affilée. Il est difficile de faire l'équilibre entre le travail et la vie personnelle dans ces circonstances. Pendant de telles périodes, il est encore plus important de se détendre avec sa famille, ses amis et ses proches. Cela m'aide aussi de garder du temps pour moi, soit pour jouer du piano, lire ou faire de l'exercice.

Les périodes de garde peuvent être extrêmement intenses pour un résident junior, car vous faites des douzaines de consultations d'urgence tout en courant entre la salle d'opération, pour les interventions d'urgence, et les services, pour gérer les patients malades, et pendant ce temps vous devez quand même accorder la priorité aux appels fréquents sur pagette. On peut se sentir dépassé au début, mais les résidents en chirurgie développent de solides compétences de gestion du temps et trouvent des techniques d'établissement des priorités entre les cas. Je me suis créé un gabarit pour mes périodes de garde, ce qui me permet d'inscrire clairement les consultations en attente, les demandes des services et les cas à transférer le matin.

## **Quelle question vous pose-t-on le plus souvent au sujet de votre résidence?**

La question que l'on me pose beaucoup, c'est « comment fais-tu avec les longues heures? » Je réponds que lorsqu'on fait une résidence dans une spécialité qui nous passionne, les longues heures ne sont pas ressenties comme un fardeau et la journée passe à la vitesse de l'éclair. Je me sens plus reposé, plus motivé et plus heureux comme résident en chirurgie que jamais auparavant.



*Lorsqu'on fait une résidence dans une spécialité qui nous passionne, les longues heures ne sont pas ressenties comme un fardeau et la journée passe à la vitesse de l'éclair.*

On me demande aussi fréquemment comment j'ai réussi à obtenir un transfert dans un programme chirurgical.

Il importe de comprendre que les transferts sont plus fréquents que l'on croit et que rien n'est coulé dans le béton. Dans toutes les universités, un bon système est en place pour aider les résidents à se sentir appuyés et à faire un transfert réussi. Le processus peut parfois être long (9 mois dans mon cas), mais si vous demeurez persistant et engagé dans votre cause, cela fonctionne presque toujours.

## **Pouvez-vous décrire votre transition de l'externat à la résidence?**

Ma transition entre l'externat et la résidence a été différente de celle de la plupart des étudiants en médecine. Mon externat était déjà avancé lorsque j'ai changé d'idée et décidé de faire une demande de résidence en médecine familiale. J'étais attiré par la flexibilité, le mode de vie et la courte durée du programme de résidence. Ma formation en médecine familiale a été excellente et j'ai aimé tous les stages, mais ma passion était la chirurgie. J'ai utilisé cette période comme une année « d'internat », en quelque sorte, ce qui m'a assurément aidé lorsque j'ai fait mon transfert en chirurgie générale. Même si le début de ma formation en chirurgie générale a parfois été stressant, j'ai eu l'appui d'un remarquable réseau de résidents et de médecins titulaires, ce qui m'a aidé à me sentir dans mon élément.

## **Quels sont vos plans de pratique futurs?**

Après ma R2, je songe à entrer dans un programme de chirurgien-chercheur pour faire une maîtrise de deux ans en recherche fondamentale scientifique en oncotique. Après ma résidence, je crois que je poursuivrai ma formation postdoctorale en oncologie chirurgicale ou en chirurgie thoracique, dans l'espoir d'établir une pratique universitaire avec une importante composante de recherche sur le cancer.

Un aspect intéressant de la chirurgie générale, c'est que les diplômés peuvent entreprendre diverses formations postdoctorales menant à une pratique universitaire (chirurgie colorectale, HPB, chirurgie minimalement invasive, chirurgie thoracique ou vasculaire, etc.), ou entrer immédiatement en pratique après la résidence pour faire carrière en chirurgie communautaire.

## **Comment sont vos collègues résidents, et comment interagissez-vous?**

Si vous demandez aux 36 résidents qui sont actuellement dans le programme de chirurgie générale à Ottawa, vous recevrez 36 réponses identiques : tout le groupe est exceptionnel. Ce groupe de résidents qui entretient des liens très étroits est une des principales raisons qui m'ont incité à faire le transfert dans ce programme. Nous sommes tous très ouverts et prêts à nous entraider. Nous avons aussi beaucoup d'activités sociales comme les ligues de balle-molle et de soccer, les retraites l'été et l'automne, les partys de Noël, les voyages de ski l'hiver et les sorties en soirée. Dans un programme de formation intense, il est très utile de travailler avec un si bon groupe de résidents.

## Activités non cliniques

### Quels sont vos intérêts autres que cliniques (activités de leadership ou de recherche, par exemple?)

Je m'intéresse beaucoup à l'éducation médicale et à la recherche. Ma formation en chirurgie me donne des occasions d'explorer toutes les avenues universitaires qui me passionnent, afin d'acquérir les compétences nécessaires pour réussir ma carrière comme chirurgien, auteur et chercheur.

En ce qui concerne les activités de leadership, je siége au comité du Programme de résidence en chirurgie générale, où je représente mes collègues résidents. Je suis aussi membre du comité du CaRMS, où je participe à planifier le processus de sélection et d'entrevue. En éducation médicale, je m'intéresse aussi beaucoup à l'écriture. J'ai été rédacteur en chef du *Journal médical de l'Université d'Ottawa (JMUO)* pendant mes études de médecine et je contribue encore comme rédacteur-réviseur. J'écris aussi des articles pour des blogues en ligne par le biais des sites de médias sociaux, et j'ai commencé à écrire un roman.

En recherche, je participe à divers projets en amélioration de la qualité, en éducation médicale, en recherche clinique, en chirurgie thoracique et en recherche fondamentale en oncologique.

### Décrivez votre équilibre entre le travail et la vie personnelle? Comment y arrivez-vous?

Même si ma formation en chirurgie me garde très occupé, je trouve quand même du temps libre dans mon horaire pour mes intérêts personnels. Je suis un passionné du sport et j'en pratique quelques-uns. Je suis membre de la Ligue de balle-molle des résidents. Je fais de l'exercice trois à quatre jours par semaine et je crois que c'est essentiel pour recharger ses batteries et rester en bonne santé mentale. J'aime aussi jouer du piano, aller au concert et à des spectacles de Broadway, voyager et lire des romans. J'adore aussi passer du temps de qualité avec mes amis et les membres de ma famille.

Une résidence dans une spécialité chirurgicale aura très certainement un effet sur l'équilibre entre le travail et la vie personnelle et se répercutera sur celle-ci. Il est d'autant plus important de planifier mon horaire hebdomadaire et de garder de la flexibilité dans mes heures de travail, ce qui m'aide à trouver un équilibre sain entre les études, la recherche, les initiatives de leadership et les intérêts personnels.

Vous pouvez rejoindre André sur Twitter à @amartelmd.



### Pour de plus amples renseignements :

Le site web de l'Association médicale canadienne présente les profils de plus de 35 spécialités médicales. Chacun contient des renseignements sur les exigences en matière de formation, les tendances démographiques au sein de la spécialité, les pratiques des spécialistes, le taux de satisfaction et plus. Disponibles en ligne à l'adresse <https://www.cma.ca/fr/pages/specialty-profiles.aspx>.

Guide des résidences (Fédération médicale étudiante du Québec), disponible ici : <http://www.fmeq.ca/nouvelles-et-communications/guide-des-residences/>

Canadian Medical Residency Guide, disponible ici : <http://medicine.dal.ca/content/dam/dalhousie/pdf/faculty/medicine/departments/core-units/student-affairs/RBC-2011-Canadian-Medical-Residency-Guide.pdf>

*Avertissement : Ces profils de spécialité illustrent quelques facettes de la vie de certains résidents en particulier et présentent leurs perspectives personnelles sur les défis, les possibilités et les avantages de la spécialité qu'ils ont choisie. Ces points de vue ne sont pas nécessairement ceux de tous les résidents, puisqu'il existe une très grande diversité dans les modes de vie, les expériences et les intérêts chez les résidents de chaque spécialité.*