



Juin 2024

À propos de moi

Mon nom est Henrietta Ezegbe, et je suis une résidente de première année en santé publique et médecine préventive à l'Université de la Saskatchewan. Je suis née à Jos, au Nigéria, et j'ai terminé mes études en médecine à l'Université de Maiduguri au Nigéria. J'ai aussi une maîtrise en santé publique de l'Université Simon Fraser, à Burnaby en Colombie-Britannique.

Avec différents champs d'intérêt en médecine qui se concentrent sur l'équité en santé, la justice sociale, les déterminants sociaux en santé, les maladies infectieuses et les pratiques de mode de vie, je savais dès le début de ma carrière en médecine que j'étais intéressée par le domaine de la santé publique et la médecine préventive. Cette spécialité capture de façon unique mes intérêts et offre beaucoup plus.

Pourquoi j'ai choisi santé publique et médecine préventive

J'envisage une carrière qui contribue à façonner l'avenir des soins de santé au-delà du chevet individuel. Mon objectif est d'obtenir de la formation et de l'expertise qui me permettent d'analyser et d'évaluer les états et besoins de santé d'une population et de contribuer avec différents intervenants pour développer des interventions, des stratégies et des politiques efficaces afin d'améliorer la santé de la population.

Vie clinique

En quoi consiste une journée typique de tâches cliniques?

Une journée typique		
Du lundi au jeudi	07h30 à 09h30	Caucus du matin ou enseignement (selon la rotation).
	09h30 à 16h30	Visite des unités ou travail dans les cliniques avec une pause de dîner habituellement entre 12 h et 13 h. La journée se termine habituellement avec une réunion de compte-rendu avec le médecin traitant superviseur pour assurer que les plans de soins des patients sont bien documentés et exécutés et que rien n'a été oublié. La période de garde commence à 17 h et se termine à 8 h le lendemain.
	17h00 à 08h30	Les résidents terminent habituellement quatre périodes de garde par bloc. Lors des jours où l'on m'assigne une période de garde, je reste et continue de travailler jusqu'à 8 h le lendemain matin. Nous avons une journée de congé les jours après une période de garde interne trépidante.
Vendredi	09h00 à 13h00	Demi-journées académiques du programme de SPMP. Ceci inclut des conférences menées par des membres de la faculté et des résidents et des clubs de lecture. Tous les résidents du programme doivent participer et présenter lors des journées qui leur sont assignées.
	13h00 à 16h30	Travail dans les cliniques ou les unités pour le programme auquel je suis affectée.
	17h00 à 08h30	Les résidents terminent habituellement quatre périodes de garde par bloc. Lors des jours où l'on m'assigne une période de garde, je reste et continue de travailler jusqu'à 8 h le lendemain matin. Nous avons une journée de congé les jours après une période de garde interne trépidante.

Profil d'une résidente en santé publique et médecine préventive — Henrietta Ezegbe



je savais dès le début de ma carrière en médecine que j'étais intéressée par le domaine de la santé publique et la médecine préventive...contribue à façonner l'avenir des soins de santé au-delà du chevet individuel.»

Aperçu de l'horaire hebdomadaire							
	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
06:00							
07:00							
08:00		Caucus/ enseignement	Caucus/ enseignement	Caucus/ enseignement	Caucus/ enseignement	Demi-journée académique	
09:00		Clinique/unité	Clinique/unité	Clinique/unité	Clinique/unité		
10:00							
11:00							
12:00		Dîner	Dîner	Dîner	Dîner		
13:00		Clinique/unité	Clinique/unité	Clinique/unité	Clinique/unité		
14:00						Dîner	
15:00						Clinique/unité	
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
00:00							

Quels types de stages sont-ils requis dans votre programme?

Première année: Nous recevons notre formation clinique de base. Nous devons effectuer un stage en médecine familiale, en médecine interne, en médecine d'urgence, en pédiatrie, en santé publique clinique et en psychiatrie.

Deuxième année: C'est pendant cette année universitaire que les résidents terminent les cours pour obtenir une maîtrise en santé publique ou un diplôme équivalent (puisque je possède déjà une maîtrise en santé publique, je vais soumettre une demande d'équivalence auprès du Collège royal des médecins et des chirurgiens du Canada, ce qui me fera passer à l'année R-3, si la demande est approuvée).

Les années 3 à 5: Les résidents effectuent des stages dans les compétences de base en santé publique et médecine préventive, incluant la pratique en santé publique, la lutte contre les maladies transmissibles, la santé environnementale, les systèmes de politique et la planification en santé, les maladies chroniques, la promotion de la santé et la prévention des blessures, la haute direction et le leadership et les stages à option.

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

Des compétences exceptionnelles en matière d'organisation et la conscience sociale. Notre programme est très large et grandement axé sur l'autonomie. La capacité de gérer et de planifier efficacement en fonction de mon horaire me permet de rester bien ancrée et d'être efficace.

Une conscience sociale, un sens élevé des responsabilités et une profonde préoccupation pour la justice sociale m'aident à accéder à l'essence clé de la SPMP en tant que spécialité.

Quels sont les meilleurs aspects de votre résidence?

En tant que résidente R-1, la rotation à travers les programmes cliniques signifie que vous êtes un résident hors service pendant toute l'année et que vous commencez un nouveau bloc/programme toutes les quatre semaines. La dynamique de cela peut être épuisante. J'anticipe donc le vendredi matin où je connecte avec mon programme, mes collègues et les membres du corps professoral. Nos conversations en tant que groupe sont enrichissantes, interactives et informatives. À la fin de chaque demi-journée académique, je me sens recentrée.



Une conscience sociale, un sens élevé des responsabilités et une profonde préoccupation pour la justice sociale m'aident à accéder à l'essence clé de la SPMP en tant que spécialité.»

Quels sont les aspects les plus difficiles de votre rôle actuel?

L'année clinique — c'est certain. J'ai trouvé les dynamiques de rejoindre une nouvelle rotation à chaque nouveau bloc difficile. Au début du bloc, vous êtes chargé d'apprendre et de maîtriser la culture, les dynamiques et autres éléments du programme, en plus de compléter et de livrer efficacement des tâches de soins aux patients assignées. Vers la fin de la deuxième semaine, lorsque vous êtes devenu confortable, que vous avez incorporé les dynamiques — atteignant presque la compétence inconsciente, et que vous avez même rencontré de nouveaux amis, c'est le moment de dire au revoir, de passer à un nouveau bloc et de répéter tout le cycle.

Quelle question vous pose-t-on le plus souvent au sujet de votre décision de choisir une carrière non clinique?

« Qu'est-ce que la santé publique et possédez-vous un diplôme en médecine? »

Profil d'une résidente en santé publique et médecine préventive — Henrietta Ezegbe

Le rôle que les spécialistes en santé publique et médecine préventive ont joué pendant la pandémie de la COVID-19 a permis d'expliquer plus facilement aux étudiants en médecine curieux, à la famille et aux amis ce que la spécialité de la SPMP implique.

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

L'externat vous prépare de façon unique pour la résidence. À la fin de la dernière année d'externat, vos responsabilités sont semblables à celles d'une résidente de première année. De plus, les stages à option vous aident à choisir une spécialité et le temps et la formation supplémentaires vous aident à maîtriser ce qui est requis pour réussir dans votre discipline choisie. Personnellement, la formation pour ma maîtrise en santé publique après mes études en médecine m'a aidé à acquérir une perception spéciale dans le domaine de la pratique de la santé publique et de la recherche.

Quels sont vos projets futurs pour la pratique médicale?

J'envisage une pratique qui intersecte avec le travail en santé publique et médecine préventive et la pratique clinique contre les MTS. Mon domaine d'intérêt est les maladies infectieuses. J'espère pouvoir fournir de l'expertise et du soutien pour la prévention et le contrôle des maladies infectieuses, tout en maintenant une pratique clinique axée sur le diagnostic et la gestion des infections sexuellement transmissibles. Pour ce qui est du lieu, il est difficile de prédire à quoi ressemblera le monde du travail, ce que mes champs d'intérêt exacts seront dans quelques années et ce que mes circonstances de vie exigeront. Je suis donc flexible et j'ai hâte de voir où ce parcours me conduira.

À quoi ressemblent vos autres résidents en médecine, comment interagissez-vous?

Nous sommes un programme très petit. Il y a seulement sept résidents à travers les cinq années de résidence — nous sommes donc naturellement comme une famille. Nous veillons sur et nous nous soutenons les uns les autres. On distingue les vastes connaissances et l'expérience qu'incarnent les corésidents. Si vous avez une question ou une idée qui a besoin de clarification, vous pouvez être certain d'obtenir de la clarification après une conversation avec les membres de l'équipe. Je suis très heureuse de faire partie du programme et d'avoir mes corésidents comme ressource, et comme amis pour la vie.

Activités non cliniques

Quels sont vos intérêts professionnels autres que cliniques?

J'occupe actuellement le poste de coordonnatrice du bien-être des résidents de mon programme — un rôle que je prends vraiment au sérieux, assurant qu'une priorité est accordée au bien-être des résidents dans tous les aspects afin de réduire l'épuisement.

En tant que diplômée internationale en médecine (DIM), le mentorat des pairs est un sujet qui me tient à cœur. Je consacre beaucoup de temps et d'effort pour aider les autres DIM à naviguer le fastidieux parcours de l'intégration vers l'exercice de la médecine au Canada. L'expérience est très enrichissante.

En tant que résidente en santé publique et médecine préventive, le leadership et l'engagement communautaire sont partie intégrante de notre spécialité. Je trouve du bonheur dans la revendication régionale et lors de la participation à des événements communautaires. Par exemple, je suis actuellement membre du conseil d'administration de Santé maternelle et infantile Canada — une organisation à l'Université de la Colombie-Britannique axée sur la santé dans le monde avec un accent sur la mortalité maternelle et la santé chez les femmes.

Décrivez votre équilibre entre le travail et la vie personnelle?

En dehors des activités professionnelles, je m'intéresse au voyage dans le monde, à l'activité physique, la mode, le yoga et la méditation, la création littéraire, le design intérieur, la poésie et la photographie.

Comme ancien bourreau de travail autoproclamé, j'ai appris à maîtriser mes limites au cours des années et je les ai fixées comme frontières inflexibles que j'essaie de ne pas dépasser.

Reconnaître quand arrêter et se reposer — comme faire une sieste, aller prendre une marche ou parler à une amie au téléphone m'a vraiment aidé à créer un équilibre travail-vie personnelle.

Les weekends lorsque je ne suis pas en appel, je passe mon temps à faire des choses que j'aime comme la création littéraire, la lecture d'œuvres de fiction ou faire une randonnée en voiture. J'essaie également de planifier mes repas et d'organiser ce dont j'ai besoin pour la semaine suivante. De cette façon, je suis ponctuelle, présente et efficace au travail.

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.