



C'EST QUOI ÊTRE
ACTEUR DE SA
FORMATION ?



L'EDITO :

Au TECT, on aime bien innover, varier les méthodes, tester de nouvelles choses ! Si comme nous vous voulez essayer de diversifier vos méthodes d'apprentissage, voilà quelques idées :

TRAVAILLER ENTRE PAIRS : ARC ET SÉANCES DE TRAVAIL COMMUN

Tout le monde travaille différemment, avec ses méthodes, ses points forts et ses difficultés ! Qui de mieux que quelqu'un qui partage les mêmes études que toi pour t'aider et te comprendre ? **"L'apprentissage par les pairs"**, c'est travailler entre étudiants pour que ce soit plus sympa, plus rassurant et plus productif !

➔ Les **Ateliers de Raisonnement Clinique (ARC)** qui s'adressent aux étudiants de la deuxième à la sixième année de médecine. Si tu es en P2 ou en D1, lors des séances d'ARC, tu peux apprendre à résoudre un cas clinique en groupe (de 7 étudiants) en mettant en commun tes réflexions, en partageant tes doutes, tes idées et tes interrogations. Pour vous guider, un binôme d'externe est présent pour chaque groupe, toujours avec un regard bienveillant, sans jugement des compétences mais avec pour seul but de vous aider à développer votre raisonnement et à comprendre le cas auquel vous êtes confrontés.

➔ Si tu es externe, tu as l'occasion de travailler avec ton binôme pour réfléchir au cas clinique le plus pertinent tout en révisant une spécialité. En plus, un universitaire vient apporter son aide et son expertise lors de la présentation du cas par ses rédacteurs à tous les autres externes, pour que vous puissiez poser toutes vos questions, échanger avec lui et entre vous !

Le raisonnement et la démarche priment sur le résultat, l'important étant de **partager** son savoir et **s'enrichir** de celui des autres.

➔ Il est tout à fait possible de mettre en pratique cette technique à plus petit effectif et chez toi, dans ton salon ! En vous regroupant en groupe pour se motiver et répondre aux questions des uns et des autres, c'est mettre en commun les points forts de chacun.

SE METTRE EN SITUATION : ECOS ET SIMULATION

Tu aimerais t'entraîner à l'examen clinique, au raisonnement ou aux gestes ? Acquérir de l'expérience sans être confronté au patient peut être plus rassurant, surtout si on est guidé ! Voilà les quelques pistes que l'on peut te proposer.

➔ **L'ECOS** (examen clinique objectif et structuré). C'est un cas clinique décomposé en plusieurs étapes (stations) reprenant le raisonnement clinique du médecin.

C'est donc une mise en pratique, une simulation supervisée, loin du stress de la confrontation au patient, du mauvais diagnostic, etc... Pour faire un ECOS, tu passes d'une station à l'autre toutes les 7 minutes, c'est une manière d'évaluer la mise en pratique méthodique et systématique du raisonnement clinique. Cette année, le TECT met en place les ECOS pour les étudiants du premier cycle qui participent à l'UE optionnelle ARC ! C'est aussi la nouvelle modalité d'évaluation pour l'entrée à l'Internat dans le cadre de la Réforme du 2nd Cycle (R2C) et c'est déjà la méthode d'évaluation de la pratique clinique des sixièmes années à la Faculté de médecine de Toulouse.

➔ Comme on a pu te le dire plus tôt, la mise en situation par le biais de **L'ARC** créé un cadre rassurant, où l'erreur n'a aucune conséquence mais permet au contraire d'apprendre encore plus aisément avec ses pairs. Toujours dans un esprit de bienveillance et de compagnonnage, il s'inscrit largement dans cet objectif d'apprentissage à plusieurs au travers de la simulation !

➔ Dans de nombreuses villes dont Toulouse, tu peux aussi avoir accès à des **centres de simulation** lors de séances organisées par la faculté ou les équipes hospitalières. Tu peux t'entraîner aux gestes cliniques ou techniques avant de devoir l'exécuter en stage ou perfectionner ta technique. Un entraînement est toujours très utile et rassurant, il peut t'éviter de réaliser pour la première fois un geste au lit du patient ce qui peut être difficile, intimidant et souvent inconfortable.

LES REVUES SCIENTIFIQUES

Evidence Based Medicine, késako ? C'est sympa la médecine traditionnelle, mais ça ne rime pas avec médecine ancestrale ! Comment faire pour être à jour et avoir les dernières recos ? Internet est une chance, mais on se sent vite perdu dans cette vague d'informations... Et si il y avait des outils pour n'avoir QUE les infos qui nous intéressent, en toute confiance ? Les revues scientifiques, tu y as pensé ?

➔ Comme la plupart des étudiants tu n'es peut être pas vraiment sensibilisé aux revues scientifiques, elles nous paraissent parfois coûteuses ou inadaptées à notre niveau. Laquelle choisir ? Les revues médicales, comme les articles en lignes, sont nombreux et évaluer leur pertinence et leur validité est vite fastidieux voire trop compliqué !

➔ La LCA (Lecture Critique d'Article) nous permet d'apprendre la méthode et d'alguiser notre sens critique mais, soyons honnêtes, elle reste compliquée ou confuse pour la plupart d'entre nous...

Les revues médicales peuvent t'aider à explorer un sujet nouveau, te donner un autre point de vue sur des thèmes connus ou encore l'exposer d'une manière différente qui mettra en valeur des informations nouvelles ou en éclaircira certaines (prise en charge, nouveaux traitements,...).

Ces revues sont aussi un bon moyen de répondre à une curiosité professionnelle et de t'habituer à un **esprit de formation continue**, essentiel à tout médecin.

➔ Alors si tu ne sais pas par quoi commencer ni où te diriger dans ce monde de la publication de revue, nous avons ce qu'il te faut : La revue francophone de médecine hospitalière polyvalente. C'est une revue destinée aux praticiens de la médecine globale et transversale mais ses rédacteurs ne nous ont pas oubliés ! Ils ont créé une version "carabine" ciblant des sujets accessibles et intéressants les étudiants en médecine et futur médecins que nous sommes ! A travers ses différents chapitres traitant de sémiologie, d'imagerie, de pathologies, d'actualités médicales, tu peux apprendre et améliorer tes connaissances ! Voici donc **La Revue Version Carabins Descendants d'Hippocrate !**