



DR. ANDRÉ TAVARES

MÉDICO PSIQUIATRA | RQE 7398 | CRM-CE 10596

MANUAL DO MENTORADO

Mentoria em carreira e gestão
para profissionais da saúde



MANUAL DO MENTORADO

Mentoria em carreira e gestão
para profissionais da saúde

Elaboração, distribuição e informações:

Clínica Dr. André Tavares.
André Luís Bezerra Tavares.



DR. ANDRÉ TAVARES

MÉDICO PSIQUIATRA | RQE 7398 | CRM-CE 10596



Missão da Clínica

Ser referência em cuidado e formação em saúde, com humanidade e excelência.



Visão de futuro

Cuidar da saúde com ética, ciência e afeto — acolhendo pessoas e formando profissionais.



Valores



Empatia e acolhimento



Formação e partilha de saberes



Ética e responsabilidade



Colaboração interprofissional e em rede



Rigor técnico e científico



Vínculo, afeto e confiança



EQUIPE

COORDENAÇÃO GERAL E PEDAGÓGICA

André Luís Bezerra Tavares – Psiquiatra (RQE 7398), Psicoterapeuta (RQE 17975) e Médico de Família e Comunidade (RQE 5874). Mestre em Saúde Pública (UFC). Doutorando em Bioética (FMUP).

ELABORAÇÃO DO MANUAL DO MENTORADO

André Luís Bezerra Tavares – Psiquiatra (RQE 7398), Psicoterapeuta (RQE 17975) e Médico de Família e Comunidade (RQE 5874). Mestre em Saúde Pública (UFC). Doutorando em Bioética (FMUP).

CAPA E DIAGRAMAÇÃO

Júlio César Alves Lopes

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais, primeiros mentores que a vida me apresentou.

SUMÁRIO

1. UM POUCO DA MINHA HISTÓRIA	07
2. INTRODUÇÃO	09
3. OBJETIVOS	11
4. A ESTRUTURA DA MENTORIA	12
5. COMPETÊNCIAS A SEREM DESENVOLVIDAS NA MENTORIA	12
6. ESTRUTURA	13
7. CARACTERÍSTICAS DA MENTORIA	14
8. SISTEMA DE AVALIAÇÃO E CERTIFICAÇÃO	15
9. A ESTRUTURA DE APOIO DA CLÍNICA DR. ANDRÉ TAVARES	16
10. METODOLOGIA DO CURSO	18
11. AGRADECIMENTO FINAL	19
REFERÊNCIAS	20
ANEXO I – TERMO DE COMPROMISSO DO MENTORADO	21



Prezado(a) mentorado(a),

Seja muito bem-vindo(a) à Mentoria — um percurso de transformação pessoal e profissional, desenhado para médicos e profissionais da saúde que desejam fortalecer a atuação com propósito, estratégia e ética.

Esta mentoria nasceu da minha própria trajetória. Como psiquiatra, médico de família e psicoterapeuta, vivi de perto os desafios de construir uma carreira sólida e sustentável, conciliando cuidado, ciência, educação e gestão. A cada ciclo, percebi que o verdadeiro crescimento acontece quando nos permitimos aprender continuamente e agir com intencionalidade, transformando nossa prática em propósito.

A mentoria exige envolvimento e movimento: decidir fazer e acontecer, deixar apenas de reagir às demandas externas e passar a construir o próprio caminho, com planejamento, identidade, mentalidade e autocuidado.

Este manual foi elaborado para orientar sua jornada durante a mentoria, apresentando objetivos, estrutura, metodologia, compromissos e resultados esperados. Ele é seu guia de bordo. Guarde-o com carinho e volte a ele sempre que precisar se realinhar com o propósito da sua trajetória.

Boa caminhada!

Dr. André Tavares

Um pouco da minha história

1. O início: ensinar e cuidar

Desde muito cedo, aprendi que cuidar é um ato profundamente humano e que a medicina é, antes de tudo, um encontro entre pessoas. Comecei a ensinar e dar aulas ainda na adolescência inspirado por uma família de professores, o que me fez perceber que ensinar também é um ato de cuidado.



2. Formação médica na UFC

Sou André Luís Bezerra Tavares, médico formado pela Universidade Federal do Ceará (UFC), onde dei meus primeiros passos em direção ao que mais tarde se tornaria minha grande paixão: compreender e cuidar de pessoas.



3. Experiência internacional em Berlim

Durante a graduação, vivi uma experiência transformadora em Berlim, na Charité – Humboldt Universität, que ampliou minha visão sobre o papel do médico e do diálogo entre ciência, ética e humanidade.



4. Saúde da Família

De volta ao Brasil, mergulhei na Saúde da Família e me especializei nessa área pela Escola de Saúde Pública do Ceará. Trabalhar nos territórios me mostrou que o cuidado vai muito além do diagnóstico.



5. Mestrado em Saúde Pública

Concluí o Mestrado em Saúde Pública na UFC, pesquisando saúde mental na Atenção Primária. Essa pesquisa fortaleceu minha missão de integrar educação, clínica e ética.



6. Residência em Psiquiatria

Segui para a Residência em Psiquiatria no Hospital de Saúde Mental Professor Frota Pinto, aprofundando meu olhar clínico e me tornando psiquiatra.



7. Psicoterapia

Somei à trajetória a formação em Psicoterapia e Gestalt-terapia, ampliando meu olhar para as relações humanas e para a singularidade de cada pessoa.



9. Formação de profissionais

comecei a atuar como educador e coordenador de programas de formação em projetos no Sistema Único de Saúde e na Indústria Farmacêutica. Nessas experiências, encontrei minha segunda vocação: formar quem cuida. Ajudar outros profissionais a se desenvolverem técnica, ética e pessoalmente passou a ser uma fonte de realização e propósito.



8. Clínica própria

Em 2018, inaugurei a Clínica Dr. André Tavares no Riomar Fortaleza, espaço pensado para integrar cuidado, ciência e acolhimento. Ali, a cada consulta e a cada diálogo com outros profissionais, percebi o quanto a formação tradicional deixava lacunas, principalmente no que diz respeito à gestão do consultório, à comunicação com o paciente e à sustentabilidade emocional e financeira da carreira médica.

10. Doutorado em Bioética

Hoje, como doutorando em Bioética na Universidade do Porto, aprofundo reflexões sobre o que significa cuidar e como podemos fazer isso de modo mais justo, colaborativo e humano. A bioética me ensinou que a medicina precisa se equilibrar entre ciência, autonomia, justiça e compaixão.

11. O nascimento da mentoria

Foi dessa confluência de experiências — **clínica, acadêmica e humana** — que nasceu a Mentoria.

Ela é a síntese de tudo o que aprendi:

**que nenhum sucesso profissional é sustentável sem propósito
e nenhuma vocação floresce sozinha.**

Ser mentor é, para mim, uma extensão natural do que sempre fui: uma pessoa que acredita no poder do encontro, da escuta e da construção compartilhada de caminhos.

A Mentoria é, portanto, o convite que faço a cada colega, para que também decida se redescobrir, com autenticidade, estratégia e sentido.

02. INTRODUÇÃO

O que é uma mentoria?

A mentoria é um processo estruturado de **desenvolvimento pessoal e profissional**, no qual um profissional mais experiente — o **mentor** — compartilha conhecimentos, valores e experiências com outro profissional em formação ou transição de carreira — o mentorado. Mais do que uma relação de ensino, trata-se de um encontro, pautado na confiança, na escuta e no crescimento mútuo.

Origem do termo

Etimologicamente, o termo “mentor” tem origem na personagem **Mentor**, do épico Odisseia, de Homero, designado para orientar e proteger Telêmaco durante a ausência de seu pai, Ulisses. Desde então, o conceito evoluiu para designar relações em que o saber, a experiência e a maturidade de um profissional são colocadas a serviço do desenvolvimento do outro, respeitando a autonomia e singularidade.

MENTORIA X COACHING

A mentoria é um processo que visa liberar o potencial de uma pessoa para maximizar seu próprio desempenho e desenvolvimento. Diferente do coaching — que se foca em metas específicas e mensuráveis — a mentoria propõe abordagem **reflexiva e formativa**, centrada em valores, propósito e sentido de trajetória. Ela se baseia **na troca de experiências reais** e no **fortalecimento da identidade profissional**, mais do que em técnicas isoladas (Clutterbuck, 2019).

Na área da saúde, especialmente entre médicos e profissionais de saúde mental, a mentoria tem se mostrado uma estratégia potente para **aprimorar competências clínicas, éticas e relacionais**, de modo a promover bem-estar e prevenção do Burnout. Estudos recentes destacam que programas de mentoria em medicina contribuem para:

01. O desenvolvimento de liderança, empatia e autonomia (Sambunjak *et al.*, 2010);

02. O fortalecimento da identidade profissional e ética (Straus *et al.*, 2013);

03. A melhora da satisfação e retenção na carreira médica (Berk *et al.*, 2018);

04. A criação de redes de apoio e colaboração interprofissional (Cho *et al.*, 2021).

Assim, a mentoria vai além do ensino técnico: ela se insere no campo da **educação experiencial** e da **formação integral do profissional**, integrando dimensões cognitivas, emocionais e éticas. O mentor atua como facilitador de aprendizagem, um espelho crítico e suporte na tomada de decisões, não apenas sobre o “fazer”, mas sobre o **como e por que fazer**.

Na nossa **Mentoria**, essa concepção se traduz em um percurso que une **autoconhecimento, gestão e propósito**. Aqui, o mentorado é convidado a refletir sobre a própria trajetória, a desenvolver competências estratégicas e a alinhar a prática profissional com valores e aspirações. O objetivo é formar profissionais mais conscientes, resolutivos e humanos — capazes de cuidar de si, dos outros e do mundo.

Como afirmam **Ragins e Kram**, mentoria é uma relação de aprendizado transformadora — porque ambos, mentor e mentorado, saem dela diferentes do que eram quando começaram. É esse o espírito que orienta este programa:

**aprender juntos, com ética, ciência e afeto,
para que o profissional evolua plenamente —
na carreira e na vida.**



03. OBJETIVOS

O que você irá desenvolver ao longo da mentoria

3.1 Objetivo Educacional



Capacitar médicos e profissionais da saúde para desenvolver a identidade e trajetória clínica de maneira sólida, autônoma e ética, unindo conhecimento técnico, mentalidade empreendedora, gestão estratégica e autocuidado.

3.2 Objetivos Específicos

1

Fortalecer a identidade e o posicionamento profissional;

2

Desenvolver habilidades de gestão e planejamento do consultório;

3

Aprimorar a comunicação, acolhimento e fidelização do cliente;

4

Estimular práticas éticas e colaborativas com outros profissionais;

5

Promover atualização técnica e desenvolvimento contínuo;

6

Incentivar o equilíbrio entre vida pessoal, profissional e cuidado de si.

Desenvolvimento técnico
+
posicionamento
+
sustentabilidade profissional

04. A ESTRUTURA DA MENTORIA

Competência é um conjunto articulado de conhecimentos, habilidades e atitudes que permitem realizar com êxito uma ação num determinado contexto; um saber-agir complexo tomando por base a mobilização e utilização eficaz de uma variedade de recursos.



05. COMPETÊNCIAS A SEREM DESENVOLVIDAS

Os pilares do desenvolvimento do mentorado



06. ESTRUTURA

A jornada da mentoria

A Mentoria está organizada em três grandes etapas, totalizando oito encontros, com atividades teóricas, práticas e reflexivas.

MÓDULO 1 - CONSTRUINDO O SEU EU PROFISSIONAL

dois encontros

1 Mentalidade

- Introdução à mentoria e à trajetória do mentor;
- Apresentações e alinhamento de expectativas.

Tarefa: “Atualizando meu currículo Lattes”.

2 Identidade

- Quem é meu eu profissional?
- Discutindo formação e imagem profissional.

3 Posicionamento com ética

- Autoridade, posicionamento e identidade profissional;
- Resgatando e construindo seu currículo;
- Uso do lattes, de mídias sociais, sites, entre outras plataformas;
- Regras de publicidade (exemplo do CFM), princípios bioéticos e network estratégico.

Tarefa: Aperfeiçoar texto de apresentação e presença digital.

MÓDULO 2 - CONSTRUINDO SEU CONSULTÓRIO COM ESTRATÉGIA

quatro encontros

+ Organização, gestão e planejamento do consultório com estratégia

1 Consultório ou clínica?

- Prós e contras, estrutura mínima e viabilidade;
- Planejamento e primeiros passos.

2 Abrindo e gerindo seu próprio negócio

- Fluxos, precificação, equipe, marketing, financeiro, jurídico.

Tarefa: Aplicar planilhas e ferramentas de gestão.

+ Relação você-paciente-outros profissionais.

3 Quem é o meu cliente?

- Relação profissional-paciente, acolhimento e humanização;
- Uso ético do WhatsApp® e comunicação resolutiva.

4 Como me relacionar com meu cliente

- Primeira consulta, follow-up estratégico, longitudinalidade.

5 Entregas diferenciadas e resolutividade

- Secretária médica e inteligência artificial como suporte;
- Network estratégico e relacionamento interprofissional.

6 Encontro de fechamento do módulo 2

Tarefa: Mapa de rede e parcerias colaborativas.

MÓDULO 3 - CUIDAR, SE CUIDAR E SER CUIDADO

dois encontros

1 Atualização e desenvolvimento contínuo

- Planejamento de capacitações e participação em eventos;
- Ética, inteligência artificial e aprendizagem contínua.

Tarefa: Plano individual de atualização profissional.

2 Autocuidado e encerramento

- Cuidar de si para cuidar do outro e do mundo;
- Compartilhamento de trajetórias e conquistas;
- Encontro final, feedback e certificado de conclusão.

07. CARACTERÍSTICAS DA MENTORIA

As atividades serão disponibilizadas na plataforma, por e-mail, aplicativo de mensagens e/ou nos encontros, sendo abordadas mediante estratégias de ensino e aprendizagem validadas, de maneira colaborativa e com apoio de colaboradores do curso.



o8. SISTEMA DE AVALIAÇÃO

8.1 Do mentorado

A avaliação do mentorado será formativa e processual, considerando:

- ✓ Participação ativa nos encontros e espaços de discussão;
- ✓ Entrega das atividades propostas;
- ✓ Evolução individual em relação às metas definidas;
- ✓ Feedback contínuo entre mentor e mentorado.



Certificação

Ao concluir todas as etapas e manter frequência mínima de 70% nas atividades e nos encontros, o mentorado receberá o Certificado de Conclusão da Mentoria, emitido pela Clínica Dr. André Tavares – Riomar Fortaleza, reconhecendo sua participação e evolução profissional.



09. A CLÍNICA DR. ANDRÉ TAVARES

O espaço onde parte da sua jornada acontece

A Clínica Dr. André Tavares fica localizada na R. Desembargador Lauro Nogueira, 1500, Sala 112, dentro do Empresarial Riomar Trade Center, no Bairro Papicu, em Fortaleza-Ceará, Brasil.

O espaço conta com a comodidade e segurança do shopping, além de suas facilidades, como estacionamento, praça de alimentação, farmácias, serviços diversos e entretenimento. A Clínica tem duas salas de atendimento e uma sala de espera com lavabo.

Você vai poder ser acolhido de maneira agradável e confortável no espaço de ensino da sala do dr. André Tavares, além de ter a possibilidade de utilizar a outra sala como espaço para práticas supervisionadas de acordo com o seu plano de mentoria.





Estrutura

02 salas de atendimento
01 sala de espera
01 lavabo



Localização

R. Desembargador Lauro Nogueira,
1500, Sala 112
Empresarial Riomar Trade Center,
no Bairro Papicu



Experiência

Acolhimento
Conforto
Práticas supervisionadas



10. METODOLOGIA DO CURSO SEMI-PRESENCIAL

Como acontece a experiência da mentoria

A mentoria utiliza abordagem experiencial e reflexiva, unindo:

- ✓ Encontros síncronos (presenciais e/ou on-line);
- ✓ Vídeos e materiais na plataforma digital;
- ✓ Discussões em grupo (fóruns, aplicativos de mensagens e e-mail);
- ✓ Atividades práticas (atividades reflexivas, planilhas, formulários, casos vivenciais);
- ✓ Mentorias individuais e/ou em grupo (a depender da modalidade escolhida);
- ✓ Supervisão e acompanhamento contínuo.

Plataformas de suporte

Plataforma principal: verificar (materiais e atividades)

Comunicação: WhatsApp®, e-mail e encontros presenciais

Suporte técnico e administrativo: Equipe Clínica Dr. André Tavares

☎ (85) 99808-9594

✉ andrelbtavares@yahoo.com.br

📷 @dr.andretavares

📷 @clinicadrandretavares

Agradecimento final

“

Mentoria é mais do que ensinar — é caminhar junto. Que esta jornada o ajude a encontrar o sentido da sua prática, a cuidar melhor de si e a cuidar com mais presença e propósito dos outros e do seu negócio.

”

Dr. André Tavares





11. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MENTORES. **Portal ABM**. São Paulo: ABM, [2024?]. Disponível em: abmentores.org.br. Acesso em: 19 fev. 2026.

BERK, Ronald A. et al. Defining, measuring, and rewarding effective mentoring of medical students. **Medical Teacher**, London, v. 40, n. 3, p. 315–324, 2018. DOI: doi.org.

CHO, Caroline S.; RAMANAN, Radhika A.; FELDMAN, Mitchell D. Defining the ideal mentor–mentee relationship. **Journal of General Internal Medicine**, [s. l.], v. 36, n. 3, p. 829–834, 2021.

CLUTTERBUCK, David. **Techniques for Coaching and Mentoring**. 2. ed. London: Routledge, 2019.

RAGINS, Belle Rose; KRAM, Kathy E. (ed.). **The Handbook of Mentoring at Work**: theory, research, and practice. Thousand Oaks: Sage Publications, 2007.

SAMBUNJAK, Dario; STRAUS, Sharon E.; MARUŠIĆ, Ana. A systematic review of qualitative research on the meaning and characteristics of mentoring in academic medicine. **Journal of General Internal Medicine**, [s. l.], v. 25, n. 1, p. 72–78, 2010.

STRAUS, Sharon E. et al. Characteristics of successful and failed mentoring relationships: a qualitative study across two academic health centers. **Academic Medicine**, Washington, DC, v. 88, n. 1, p. 82–89, 2013.

VITALE, Victor. **Mentoria**: a técnica que acelera carreiras e negócios. [S. l.: s. n.], 2020. (Material de referência da Associação Brasileira de Mentores).

12. ANEXO 1

Termo de compromisso do mentorado

ESTE TERMO DEVE SER ACEITO NO ATO DA MATRÍCULA

Declaro ter lido e compreendido as orientações deste manual, comprometendo-me a participar integralmente das atividades da Mentoria, respeitando os princípios éticos, o cronograma e as regras de convivência.

Autorizo o uso de imagem, depoimentos e produções para fins educacionais e de divulgação institucional da Clínica Dr. André Tavares.

Fortaleza, ____ de _____ de 2026.

Nome do mentorado(a)

Assinatura



DR. ANDRÉ TAVARES
MÉDICO PSIQUIATRA | RQE 7398 | CRM-CE 10596