



mentoria
singular

CENTRAL DE PROMPTS SINGULAR

Do erro ao flashcard em 20 segundos.

O guia para usar inteligência artificial a favor da sua revisão sem perder o que mais importa: o seu raciocínio.

Dr. Mateus Cavarzan

Reumatologista · Fundador da Mentoria Singular

Leitura de 10 minutos

O PROBLEMA

Você **joga estudo fora** se não houver revisão.

Nunca foi uma questão de apenas se esforçar. Sem revisão, a memória despenca nos primeiros dias. Cada revisão no momento certo devolve o conteúdo ao topo e faz a próxima queda ser mais lenta.

A curva do esquecimento

Cada revisão achata a curva.

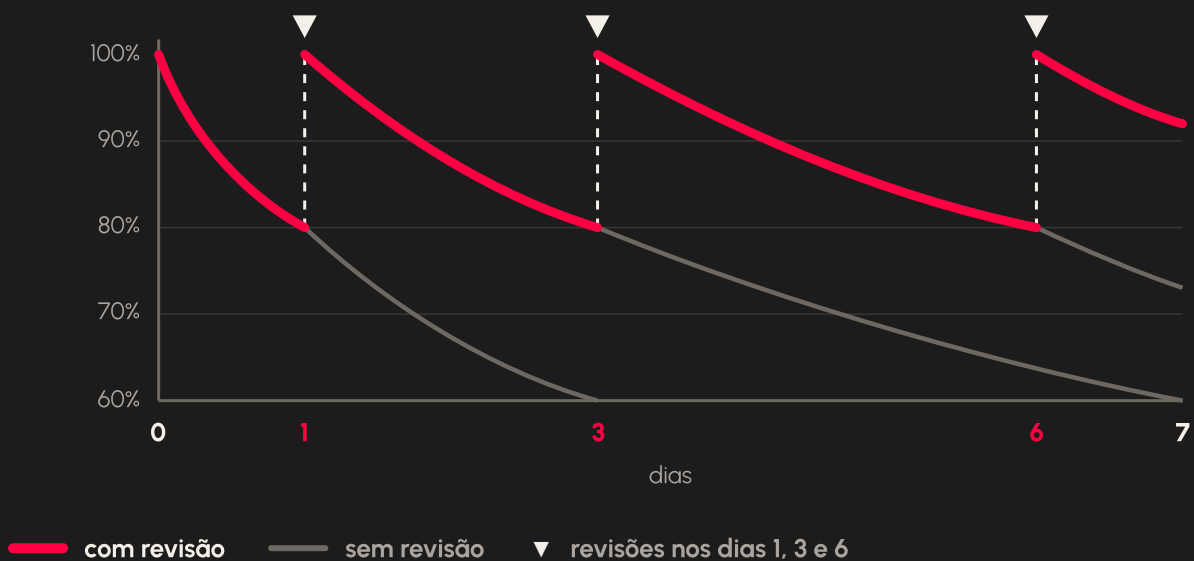


Gráfico ilustrativo. A cada revisão, a memória volta ao topo e a queda seguinte é mais lenta. Sem revisão, o conteúdo despenca em poucos dias.

Núcleo de estudos

O coração da rotina tem só dois elementos: uma ferramenta de revisão diária e provas. O que liga os dois é a correção crítica.

O ciclo

A prova mostra o erro. O erro vira flashcard. O flashcard evita o mesmo erro na próxima prova.

O QUE TEM DENTRO

Quatro ferramentas. Um objetivo: **revisar melhor.**

01**Flashcards para Anki**

Transforma a questão errada em flashcards rápidos ou explicativos, prontos para o seu baralho.

02**Tabela Comparativa**

Coloca lado a lado as doenças que a banca adora confundir, com os pontos que diferenciam cada uma.

03**Me Explique do Zero**

Para o tema que nunca entrou. Base primeiro, detalhe depois, na linguagem de quem vai fazer prova.

04**Reconhecimento de Padrões**

Treino para identificar o padrão que a banca usa para descrever cada doença em segundos.

Ainda não tem o link?

Ele chega na sua DM quando você comenta FLASHCARD no post fixado do meu perfil.

[Abrir a Central](#)

O QUE SEPARA QUEM USA IA DE QUEM APRENDE COM ELA

IA gera. Você lapida.

Explicativo Conteudista

- Use como base, não como produto final.
- Limpe o excesso. Telegráfico, sem texto.
- Volte ao enunciado da questão que você errou.
- Grife no card do Anki as palavras-chave que a banca usou.

Rápidos e Diretos

- Gere de 10 a 15.
- Não copie todos.
- Leia caçando pontos cegos e leve só o que você não sabia ou em que hesitou.
- Excelente para buscar ativamente lacunas de nuances específicas.

A CENTRAL EM AÇÃO

CARD R3

FRENTE: ⚠ Gestante com LES tem filho com bloqueio atrioventricular total (BAVT) ao nascer. Qual anticorpo materno é responsável?

VERSO:

- Anti-Ro/SSA (principal) ± Anti-La/SSB → atravessa placenta → lúpus neonatal
- Manifestações: BAVT congênito ⚠, rash neonatal transitório, citopenias
- BAVT → pode necessitar de marcapasso
- Rash e citopenias → transitórios (clareiam em ~6 meses com desaparecimento dos Ac maternos)

Um flashcard rápido gerado pela Central em segundos. Agora é com você: leia, compare com o que você já sabe e leve para o Anki só o que for ponto cego.

EVITE

Cinco jeitos de usar IA e **continuar esquecendo.**

01 Copiar tudo o que a IA gerou

Baralho inchado é revisão atrasada. Atrasou, abandonou.

02 Pular a edição

Sem você mesmo mexer nos cards, vira uma linha de produção de que você vai se arrepender amargamente depois.

03 Fazer resumo em formato de flashcard

Flashcard não é resumo. É o seu ponto fraco numa pergunta só.

04 Não voltar ao enunciado

Sem as palavras-chave da banca, você memoriza o conteúdo, mas não reconhece o padrão na prova.

05 Deixar a revisão acumular

O algoritmo só funciona se você aparecer todo dia. Primeira tarefa do dia: zerar o Anki.

ALÉM DOS FLASHCARDS

Cada dor tem a sua ferramenta.

02 Tabela Comparativa

Use **quando** você confunde doenças parecidas e erra sempre entre as mesmas alternativas.

Você **recebe** as doenças lado a lado, só com os pontos que a banca usa para diferenciar. Além disso, você tem um guia rápido de diferenciação.

03 Me Explique do Zero

Use **quando** o tema nunca entrou e você não sabe nem por onde começar.

Não **precisa ter vergonha!** Aqui a explicação vai ser bem mastigada sem pular nenhum conceito importante.

04 Reconhecimento de Padrões

Use **quando** você já estiver voando e quiser um desafio.

Você **recebe** um treino com as palavras-chave que a banca usa para descrever cada doença, para reconhecer em segundos.

Atenção: conteúdo gerado por IA

A IA acelera, mas pode errar. Se algo soar estranho, confira na sua fonte de referência antes de levar para o Anki. Redobre o cuidado em temas com protocolos que mudam entre diretrizes, instituições ou atualizações recentes.

NINGUÉM PRECISA FAZER ISSO SOZINHO

Um aluno. Uma meta. Um mentor ao seu lado.

A Central é uma das ferramentas que usamos na Mentoria Singular. O que muda tudo é ter alguém montando com você o núcleo de estudos, a rotina e a organização do conteúdo, ajustando o plano a cada prova.

60 a 90
MINUTOS

Encontro 100% individual com o mentor

Escuta ativa, focada na sua necessidade. Você já sai com o próximo encontro agendado.

1:1

Mentor escolhido por você

Residentes e especialistas das maiores instituições do Brasil como USP-SP, USP-RP, UNIFESP, UNICAMP, HIAE, HSL...

40+

Mentores

Você escolhe pela especialidade e pela agenda.

Feedback semanal por escrito

O que manter, o que ajustar e o que priorizar até o próximo encontro.

Psicólogo de performance

Dentro do plano, para atravessar o ano com equilíbrio.

m-score

Sua nota real, sem a distorção da dificuldade de cada prova.

Encontro mensal em grupo

Uma aula exclusiva por mês comigo.

EXCLUSIVO DA PLATAFORMA DA MENTORIA

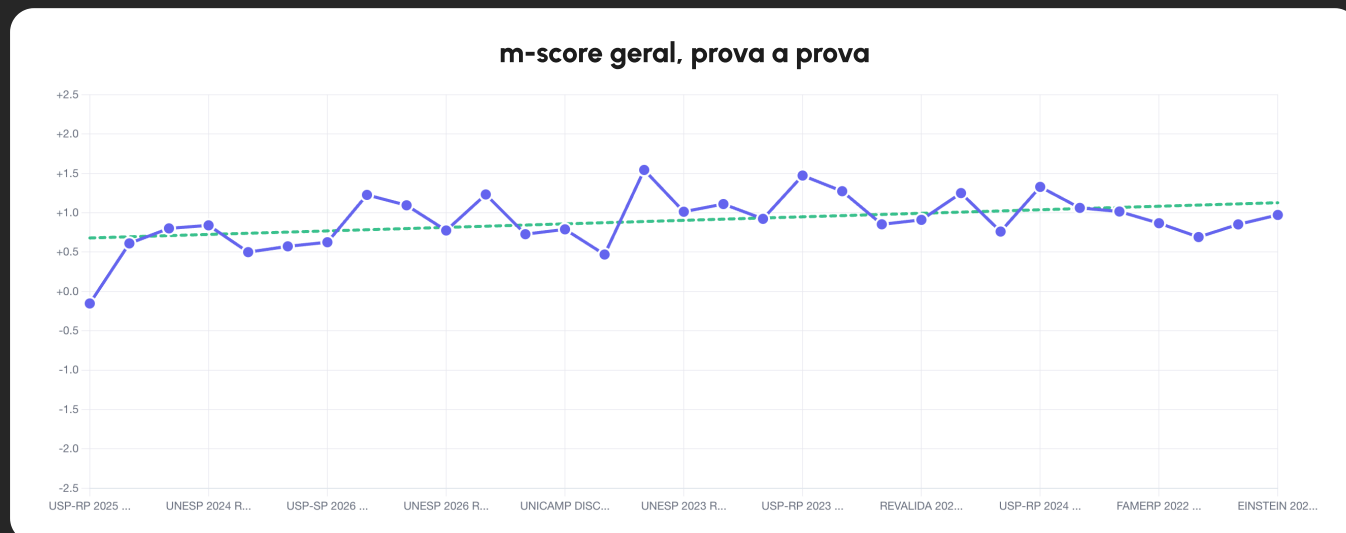
Sua nota real, sem a distorção da prova.

Acertar 70% numa prova fácil não vale o mesmo que 70% numa prova difícil. O m-score corrige isso automaticamente em toda prova feita no ecossistema MedCof.

NA PLATAFORMA

Nome ↑↓	Cirurgia ↑↓	Clínica ↑↓	GO ↑↓	Pediatria ↑↓	Preventiva ↑↓	Nota ↑↓	M-Score
 EINSTEIN 2026 R1 19/09/2026, 08:35	13/15	13/15	13/15	11/15	13/15	84.0%	+1.0 ⓘ
 USP-BAURU 2024 R1 11/09/2026, 09:34	20/24	36/43	19/20	18/21	10/12	85.8%	+0.9 ⓘ

Nota menor, m-score maior. **84% no Einstein valeu mais que 85,8% no USP-Bauru.**



A linha tracejada é a tendência: mostra se você está evoluindo de verdade, independentemente de a prova da semana ter sido fácil ou difícil.

Cálculo automático

Fez a prova, o m-score já está na plataforma.

Evolução real

Quanto você cresceu, não quanto a prova foi generosa.

Próximo bloco certo

A nota por grande área mostra onde seu estudo precisa estar.

QUEM PASSOU PELA MENTORIA

Aprovados onde queriam passar.

USP-SP · UNIFESP · UNICAMP · USP-RP · Einstein · HCPA · SUS-SP · Santa Casa SP · HSL · PUC-Campinas · FMABC · ENARE

"Traçamos um caminho voltado para as minhas principais escolhas, USP e Unifesp. Consegui a aprovação nos dois lugares que sempre quis."

Lázaro Vinícius Amorim Silva · USP e UNIFESP · Ginecologia e Obstetrícia

"O estudo individualizado que a mentoria me proporcionou foi uma bússola para minha aprovação."

Letícia Escorse · USP-RP · Neurologia

"A Mentoria, junto com o professor Mateus Cavarzan, faz a diferença e me ajudou a direcionar melhor os meus estudos."

Enzo Salles Fatuch · UNICAMP, SUS-SP e UNIFESP · Radiologia

DO 4º ANO AO MÉDICO FORMADO

A Central te ajuda a revisar.

A Mentoria te ajuda a passar.

Tem acompanhamento para cada momento do curso: ENAMED, internato, reta final e para quem já trabalha. Fale com o nosso time e descubra o plano que cabe na sua rotina.

Quero conhecer a Mentoria

Abre o WhatsApp do nosso time com a mensagem pronta. Vagas limitadas por mentor.



@mateuscavarzan