

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

**MESTRADO INTEGRADO EM
MEDICINA**

2024/2025

Orientadora: Dr.^a Marta Conde

Presidente do Júri: Professora
Doutora Paula Broeiro Gonçalves

Agradecimentos

Aos meus pais, agradeço-lhes pelos sacrifícios que fizeram em prole da minha formação, académica e pessoal, garantindo que nunca me faltasse o seu apoio e que tinha todas as ferramentas que precisasse para suceder.

Ao meu irmão Luís, pelo seu apoio, pela sua amizade e honestidade, pelas centenas de dias de estudo em que me acompanhou, ano após ano, neste caminho da Medicina que percorremos juntos.

À Anna, pelo seu apoio inabalável, mesmo nos momentos mais difíceis, pelo seu carinho e afeto, e por nunca deixar que perdesse a fé em mim mesmo.

Aos meus amigos mais próximos, em especial ao Tiago, ao Carlos e ao António, pelos longos anos de amizade e companheirismo e pelos muitos mais que virão.

Aos meus colegas e amigos desta faculdade, pelo apoio mútuo nos momentos mais difíceis desta jornada académica, em cada véspera de exames, entregas e de apresentações, que superámos juntos.

Aos professores que me marcaram, quer pelo seu profundo conhecimento, quer pelo seu profissionalismo, postura e humildade, e que levo para a vida como exemplos que me guiam.

Aos que contribuíram para que este percurso fosse possível. Este trabalho não é apenas meu, é também de todos vós, que fizeram parte deste caminho.

O meu sincero obrigado.

ÍNDICE

<i>Glossário</i>	
<i>Introdução e Objetivos</i>	1
<i>Atividades Desenvolvidas</i>	2
Saúde Mental	2
Medicina Geral e Familiar	2
Pediatria	2
Ginecologia e Obstetrícia	3
Cirurgia Geral	3
Medicina Interna	3
<i>Elementos Valorativos</i>	4
<i>Reflexão Crítica</i>	4
<i>Anexos</i>	

GLOSSÁRIO

AEFCM – Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências Médicas

CNEM – Congresso Nacional de Estudantes de Medicina

CTG - Cardiotocograma

HEADSSSSS – Habitação, Educação, Atividades, Alimentação, Drogas, Sono, Sexualidade, Suicídio, Segurança e Suporte

MCDTs – Métodos Complementares de Diagnóstico e Terapêutica

SU – Serviço de Urgência

TEAM – Trauma Evaluation and Management

UC – Unidade Curricular

USF – Unidade de Saúde Familiar

INTRODUÇÃO E OBJETIVOS

O estágio profissionalizante do 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas é composto por um total de 6 estágios parcelares, com a duração total de 32 semanas, distribuídos por: Saúde Mental, Medicina Geral e Familiar, Pediatria e Ginecologia e Obstetrícia, cada um com a duração de 4 semanas; e por Cirurgia Geral e Medicina Interna cada um com uma duração de 8 semanas.

Esta Unidade Curricular corresponde ao último contacto com estas especialidades enquanto estudantes, que estão na base da prática médica. É por isso essencial que ao longo do ano os alunos desenvolvam o seu raciocínio e habilidades clínicas com base no conhecimento adquirido ao longo do Mestrado Integrado, e aperfeiçoem as suas capacidades humanísticas e relacionais, essenciais no estabelecimento de uma relação médico-paciente positiva e interações proveitosas no seu dia-a-dia. A finalidade é que o aluno atinja um grau de autonomia que lhe permita como jovem médico iniciar a sua vida profissional de forma confiante e, acima de tudo, competente.

Os objetivos curriculares são distintos em cada estágio parcelar, no entanto verifica-se que todos os estágios têm alguns aspetos em comum, e por isso defini como cinco os **objetivos gerais** para o estágio profissionalizante: 1. Adquirir a autonomia na condução da colheita da anamnese e do exame objetivo em diversas populações; 2. Aperfeiçoar a comunicação com o paciente e seus familiares bem como com os colegas e outros profissionais de saúde; 3. Atingir a autonomia na marcha diagnóstica das patologias mais comuns em diferentes populações, incluindo a requisição e interpretação de meios complementares; 4. Elaborar planos terapêuticos adequados e realizar prescrições médicas de forma autónoma; 5. Integrar na minha abordagem a realidade familiar, cultural e socioeconómica de cada paciente. Quanto aos **objetivos específicos** destes seis estágios parcelares, verifica-se que são distintos e por isso são apresentados em seis quadros anexos que serão referenciados a par da reflexão crítica de cada estágio de forma a demonstrar o seu cumprimento.

Neste relatório descrevo então de forma sumária e objetiva as atividades desenvolvidas ao longo do ano letivo de 2024-2025, apresentando uma tabela em anexo com a casuística dos vários pacientes que acompanhei, e relato também outras atividades e projetos extracurriculares com os quais me envolvi ao longo dos seis anos de curso. Concluo com uma apreciação crítica do Estágio Profissionalizante e do meu percurso académico, incluindo o que aprendi e pratiquei para conseguir atingir cada objetivo, de como as dinâmicas de cada serviço e em cada estágio influenciaram a minha aprendizagem e formação médica, e sobre os quais destaco alguns aspetos que considere mais e menos positivos. Apresento e reflito também sobre os elementos valorativos mais significantes, cujos certificados de participação apresento em anexo.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SAÚDE MENTAL - 09.09.2024 A 04.10.2024

O meu primeiro estágio parcelar foi o de Saúde Mental, que decorreu na Unidade de Primeira Infância do Centro de Estudos do Bebê e da Criança do Hospital Dona Estefânia, sob coordenação do Professor Doutor Miguel Talina e tutoria da Dr.ª Frederica Vian. Acompanhei a minha tutora e outros profissionais de saúde na sua atividade profissional, principalmente nas consultas de primeira infância que se dividiram entre a consulta do bebé irritável e a do bebé silencioso. Nelas acompanhei crianças com algumas das perturbações do neuro-desenvolvimento e perturbações psiquiátricas da infância mais comuns, tanto no seu primeiro contacto médico como em seguimento de longa data. Participei em sessões de Terapia Ocupacional no ginásio da unidade, auxiliando as terapeutas no treino das competências psico-motoras, cognitivas e sociais destas crianças, com brincadeiras adaptadas às suas necessidades e gostos. Houve vários momentos de aprendizagem, através de aulas teórico-práticas, reuniões multidisciplinares e de sessões do Journal Club da unidade. Na última semana de estágio, realizei e apresentei um trabalho com o título “Perturbações do Sono na Primeira Infância”.

MEDICINA GERAL E FAMILIAR – 07.10.2024 A 01.11.2024

O estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar decorreu na Unidade de Saúde Familiar Fonte Luminosa em Lisboa, sob coordenação do Professor Doutor Daniel Pinto e tutoria do Dr. Mauro Siqueira da Silva. Durante as quatro semanas assisti, participei e realizei consultas de diferentes âmbitos: Saúde de Adultos, Saúde Infantil e Juvenil, Saúde Materna, Planeamento Familiar e Doença Aguda. Na primeira semana de estágio apenas observei e auxiliei o meu tutor durante as consultas, mas a partir da segunda semana de estágio iniciei de forma semiautónoma as consultas de Doença Aguda e posteriormente consultas de Saúde de Adultos. Observei também alguns procedimentos, como a administração de fármacos injetáveis e vacinas, a colocação e remoção de implantes subcutâneos e a colheita de amostras colpocitológicas. No final do estágio, teve lugar um momento de avaliação formal, onde apresentei um caso clínico com plano terapêutico de um paciente que observei numa das consultas de forma autónoma.

PEDIATRIA – 04.11.2024 A 29.11.2024

O estágio parcelar de Pediatria decorreu no Serviço 5.1 de Pediatria Médica do Hospital Dona Estefânia sob coordenação do Professor Doutor Luís Varandas e tutoria da Dr.ª Beatriz Costa. O estágio foi passado maioritariamente na enfermaria de pediatria médica, onde acompanhei diariamente várias crianças em contexto de internamento. Estive também várias vezes no Serviço de Urgência, onde vivenciei a apresentação e abordagem de patologias agudas comuns na infância e adolescência. Na Consulta Externa de Pediatria pratiquei a avaliação antropométrica e do desenvolvimento psicomotor, e o registo do Boletim de Saúde Infantil e Juvenil. Durante uma manhã participei na consulta de Imunoalergologia onde contactei com pacientes com diferentes patologias, associadas a reações de hipersensibilidade e imunodeficiência. Estive presente na aula de Imunoalergologia lecionada pela Dr.ª Paula Pinto, onde foram abordadas as patologias relacionadas mais comuns, a sua marcha diagnóstica e terapêutica. Durante o estágio assisti a diversas sessões clínicas destinadas a alunos, internos e especialistas, e no final do estágio decorreu um seminário onde apresentei um trabalho de grupo com o tema “Mycoplasma pneumoniae” na presença do Professor Doutor Luís Varandas.

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA – 02.12.2024 A 10.01.2025

O estágio parcelar de Ginecologia e Obstetrícia decorreu na Maternidade Alfredo da Costa, sob coordenação da Professora Doutora Teresinha Simões e tutoria da Dr.ª Filipa Alpendre (Ginecologia) e da Dr.ª Mafalda Pinheiro (Obstetrícia), dividindo-se em duas partes: as primeiras duas semanas foram dedicadas à Obstetrícia, passando pelas enfermarias de obstetrícia e de puerpério, pela consulta externa de obstetrícia e pelo bloco operatório; e as últimas duas semanas foram dedicadas à Ginecologia em que participei nas consultas de ginecologia oncológica, de ginecologia geral e de planeamento familiar, na ecografia ginecológica, no bloco de cirurgia a laser e no bloco operatório de ginecologia. Em cada semana estive também no Serviço de Urgência, tanto nos gabinetes de consulta como no bloco de partos. Participei ainda no Workshop “The Woman”, lecionado pela Professora Doutora Teresinha Simões, e apresentei no seminário deste estágio o meu trabalho final acerca do tema “Síndrome de Anticorpos Antifosfolípidos”.

CIRURGIA GERAL – 20.01.2025 A 14.03.2025

O estágio parcelar de Cirurgia Geral, regido pelo Professor Doutor Rui Maio, decorreu no Hospital CUF Tejo, sob coordenação do Dr. Ricardo Girão e tutoria do Dr. Luís Galindo. A maior parte das atividades decorreram no bloco operatório, onde observei e auxiliei vários profissionais desde a entrada do paciente, preparação anestésica e cirúrgica, à cirurgia em si e cuidados pós-cirúrgicos, em contexto eletivo e urgente. Estive também uma grande parte do meu tempo na consulta externa de cirurgia geral onde acompanhei pacientes em contexto pré e pós-operatório, e onde participei na excisão de várias lesões em procedimentos de pequena cirurgia. Segui de forma semiautónoma vários pacientes na enfermaria com diferentes patologias do âmbito cirúrgico, discutindo achados, hipóteses diagnósticas e propostas de exames e terapêutica com o meu tutor. Durante este estágio participei também em alguns cursos práticos, nomeadamente o curso TEAM e nas Sessões de Simulação do Hospital da Luz. No último dia decorreu o Mini-Congresso de Cirurgia, onde apresentei um trabalho de grupo acerca da Doença de Crohn, expondo um caso real de um paciente observado (com autorização do próprio).

MEDICINA INTERNA – 17.03.2025 A 16.05.2025

O estágio parcelar de Medicina Interna foi o meu último estágio do ano, e decorreu no Serviço de Medicina Interna do Hospital de Cascais, sob coordenação do Professor Doutor António Mário Santos e tutoria da Dr.ª Sara Freire. A maior parte do estágio foi passada na enfermaria, onde acompanhei diariamente dois a quatro pacientes que me eram atribuídos, elaborando os diários clínicos, notas de admissão e notas de alta. Além da enfermaria, estive também várias vezes no Serviço de Urgência, maioritariamente no serviço de observação, onde acompanhei doentes com patologias graves e elevado risco de mortalidade, geralmente em contexto de agudização de doença crónica e com necessidade de internamento, e onde observei a equipa de reanimação em ação múltiplas vezes. Participei também na Consulta de Medicina Interna, dedicada geralmente à gestão de patologias crónicas e múltiplas comorbilidades, em doentes tipicamente estáveis. Também participei na Consulta de Patologia Médica da Grávida, contactando com uma população bastante diferente da habitual nesta especialidade, com diferentes fatores importantes a ter em conta na sua gestão clínica. Além destas atividades, participei também em vários momentos didáticos como sessões clínicas e visitas médicas. Na última semana apresentei um trabalho de grupo baseado num caso real que acompanhei em enfermaria, acerca do tema Doença Mista do Tecido Conjuntivo.

ELEMENTOS VALORATIVOS

Ao longo do meu percurso académico envolvi-me em atividades extracurriculares que contribuíram significativamente para o meu desenvolvimento pessoal e profissional. Durante o 6º ano, participei em alguns Workshops no XI Congresso Nacional de Estudantes de Medicina, nomeadamente de Saúde Pública e Suturas. Participei em alguns seminários e congressos: as Estoril Conferences, o CNEM XI já referido, o seminário de “Salvamento Aquático: Do Resgate ao Tratamento” promovido pela Ocean Medical, e o seminário “Do Internato ao Impacto: a perspetiva de uma médica interna sobre caminhos humanitários na Medicina Geral e Familiar”, promovido pela Saúde Porta A Porta e a AENMS. Nos anos letivos de 2022/23 e 2023/24 fui monitor graduado da Unidade Curricular de Anatomia onde auxiliei e lecionei aulas ao longo de quatro semestres. Em 2021 e 2022 em contexto de pandemia COVID19, fui colaborador das equipas de triagem telefónica do SNS24. Em 2023 e 2024 integrei a Missão País da NOVA Medical School, participando em duas missões na comunidade de Montargil como missionário voluntário. No verão de 2023 fui voluntário de Saúde nas Jornadas Mundiais da Juventude em Lisboa, integrando equipas de saúde fixas e móveis, e a equipa de logística médica.

REFLEXÃO CRÍTICA

Após a apresentação das atividades desenvolvidas nos seis estágios parcelares, em cada um deles procurei fazer uma reflexão e um resumo crítico que relacione a minha experiência com os objetivos específicos propostos e alcançados (apresentados em quadros anexos), assim como uma reflexão conclusiva de como todos estes estágios parcelares contribuíram para alcançar os objetivos gerais do meu Estágio Profissionalizante.

No **Estágio de Saúde Mental** integrei uma equipa de Pedopsiquiatria e experienciei o contacto com crianças, adolescentes e suas famílias, provenientes de diferentes contextos culturais e económicos, por vezes em situação de risco social, com diversas apresentações clínicas. A Psiquiatria em geral tem formas de abordagem diferentes das outras especialidades, que mais se fazem sentir na Pedopsiquiatria, dada a faixa etária tão jovem e o modelo das consultas pouco tradicional, que envolve “brincadeiras” de forma a observar o comportamento da criança quando deparada com diversas situações. Por não serem geralmente capazes de verbalizar os sentimentos e raciocínio, tive de me adaptar e aprimorar a capacidade de comunicação, de observação e de pensamento clínico. Aprendi muito ao observar como a minha tutora interagiu com as crianças e os seus cuidadores, e estabelecia relações médico-doente/família positivas e frutuosas, tendo-se tornado evidente a importância do investimento nesta competência, essencial para o sucesso terapêutico. Apesar dos pacientes serem crianças, tive um contacto extenso com os adultos-cuidadores, alguns sofrendo de perturbações psiquiátricas ou da personalidade, em linha

com a epidemiologia descrita relativamente a perturbações psiquiátricas e do neuro desenvolvimento infantil. Os pontos menos positivos do estágio foram o reduzido contacto com o Serviço de Urgência e a Enfermaria, compreensível pela delicadeza das situações abordadas em especial dada a faixa etária dos doentes, e o facto de o contacto com a psiquiatria do adulto ter sido reduzido. Contudo, tendo já experienciado estas valências durante o estágio de Psiquiatria do 5º ano, penso que o estágio atual foi de grande importância para a minha formação, e que atingi pelos motivos descritos todos os objetivos, os quais apresento em anexo no Quadro 1.

O Estágio de Medicina Geral e Familiar foi a minha primeira experiência de prática médica autónoma, ainda que parcial. Como realizei o estágio do 5º ano na mesma USF, estava já familiarizado com a dinâmica da equipa, o que permitiu aplicar desde o início os meus conhecimentos de forma prática, realizando consultas quer acompanhado pelo tutor quer de forma autónoma com discussão posterior, progredindo as minhas capacidades clínicas. A definição de prazos e estratégias ad initium e a necessidade de demonstrar o cumprimento de objetivos tornou-o mais proveitoso, obrigando-me a ser exigente e sistemático. Pratiquei a abordagem centrada nos problemas: gerindo os tempos de consulta dedicados a cada problema de acordo com a sua primazia; utilizando técnicas de comunicação eficientes; fazendo colheita de anamnese abrangente mas sumária com registo apropriado no SClínico; procurando conhecer as estruturas de suporte familiar e social dos pacientes, por vezes elaborando genogramas; fazendo exames objetivos conduzidos pelas queixas principais; bem como otimizar a gestão de recursos tendo em conta critérios de requisição de métodos complementares de diagnóstico, de consultas de especialidade e de implementação de terapêuticas, de forma a proporcionar o melhor cuidado a cada doente e simultaneamente a todos os doentes. Não aponto falhas relevantes ao estágio, que moldou de forma muito positiva a minha prática clínica futura, permitindo-me desenvolver competências essenciais, e penso que alcancei todos os objetivos propostos, que apresento em anexo no Quadro 2.

No Estágio parcelar de Pediatria aprimorei a minha sensibilidade clínica e capacidades práticas no contacto com a população pediátrica. Pratiquei a colheita de anamnese da criança geralmente recorrendo também aos cuidadores, e o exame objetivo, com as suas particularidades. Fui obrigado à revisão contínua de vários conceitos teóricos, dada a distinta apresentação, marcha diagnóstica e terapêutica das patologias da criança. Em contexto de serviço de urgência, pratiquei o exame objetivo dirigido e a colheita de informação guiada pela apresentação aguda, o diagnóstico diferencial e exclusão precoce de patologia grave, bem como a estratificação de risco com aplicação de critérios de gravidade e necessidade de internamento. A comunicação foi uma das qualidades mais testadas ao longo do estágio: no contacto com adolescentes, tendo em conta as particularidades e sensibilidades que esta fase do desenvolvimento acarreta, aplicando o HEADSSSS e procurando um ponto de equilíbrio entre uma colheita da anamnese confortável e o mais completa possível; na interação com famílias, particularmente

de nacionalidade estrangeira, não falantes de Português ou Inglês, adaptando a abordagem com o uso de ferramentas tradutoras cada vez mais comuns no paradigma da Medicina em Portugal, essenciais para que possam adquirir cuidados de saúde com maior facilidade, muitas vezes deficitários face a barreiras linguísticas e culturais. Algo que aponto como menos positivo foi a falta de autonomia em contexto de enfermaria que desejava ter sido superior, no entanto sinto que progredi não só em habilidade clínica, mas também nas minhas capacidades humanas, sentindo no final que alcancei os objetivos propostos, os quais apresento no Quadro 3.

No **Estágio de Ginecologia e Obstetrícia** acompanhei mulheres grávidas e não grávidas, saudáveis ou com diversas patologias. Nas enfermarias e consulta de obstetrícia aperfeiçoei a colheita da anamnese da mulher grávida e puérpera e o exame objetivo obstétrico, com as suas particularidades face ao exame objetivo tradicional. Participei na interpretação e requisição de MCDTs, e na abordagem terapêutica de pacientes com problemas comuns da gravidez, fazendo o devido preenchimento do boletim da grávida. No bloco operatório e no bloco de partos, assisti a partos por cesariana e vaginais, acompanhando mulheres em trabalho de parto, interpretando CTGs fetais e observando e praticando a avaliação do colo gravídico e apresentação fetal, em contexto espontâneo e programado. Já na consulta de ginecologia geral, colhi histórias clínicas de pacientes em várias faixas etárias, realizando o exame ginecológico e colheita colpocitológica quando aplicáveis os critérios de rastreio. Na consulta de ginecologia oncológica acompanhei a tutora na marcha diagnóstica e estadiamento de neoplasias, destacando a prevalência do carcinoma do endométrio cuja apresentação mais comum era a hemorragia vaginal, e participei na decisão conjunta da terapêutica com as pacientes considerando sempre o diferente impacto pessoal e as preferências de cada uma. Na consulta de planeamento familiar interiorizei a aplicação prática dos anticoncetivos e as suas indicações e contra-indicações, e observei como é feito o aconselhamento e a educação para a saúde personalizados, e o seu impacto pessoal e social. Nos blocos de ginecologia e de cirurgia a laser, observei procedimentos, como conizações por laser, e cirurgias por via laparoscópica e recurso à cirurgia robótica, o que me permitiu compreender a evolução e a complexidade das abordagens cirúrgicas ginecológicas modernas. Nos gabinetes de atendimento do SU, interiorizei a apresentação de vários síndromes e patologias comuns na população feminina, com maior ou menor gravidade, bem como o seu diagnóstico diferencial e marcha terapêutica. Pela natureza frequentemente invasiva da especialidade não descurei no bem-estar das pacientes, apresentei-me como aluno, expliquei e pedi permissão antes de qualquer manobra e fiz-me acompanhar pela minha tutora. Este estágio proporcionou-me uma elevada carga de contacto com as mais variadas vertentes da especialidade e, por isso, apesar de sentir que foi curta a sua duração, no que será na maior parte dos casos o último contacto com a Ginecologia e Obstetrícia, no final, sinto que aprendi muito e que consegui alcançar os objetivos propostos, que apresento em anexo no Quadro 4.

No **Estágio de Cirurgia Geral** tive um contacto próximo com o bloco operatório, onde acompanhei a dinâmica de toda a equipa e auxiliei em alguns procedimentos. Na enfermaria e serviço de urgência, observei doentes em contexto pré e pós-operatório de forma autónoma, em situações eletivas e urgentes, realizando a colheita da anamnese e do exame objetivo, elaborei hipóteses diagnósticas por ordem probabilística, e propus métodos complementares de diagnóstico bem como planos terapêuticos, que discutia com o meu tutor, incluindo sempre a ponderação do risco cirúrgico. Na consulta de cirurgia pude auxiliar o meu tutor na observação de pacientes, destacando a frequência da prática do exame abdominal e anorretal, participando também na marcha diagnóstica, na discussão de propostas cirúrgicas e no seguimento pós-operatório. Participei também em várias pequenas cirurgias, praticando: excisão de pequenas lesões, drenagens de abscessos, desbridamento e limpeza de feridas, cuja experiência penso que será fundamental no meu futuro como clínico. Destaco a importância da relação com o doente e familiares, pela confiança que depositam no cirurgião em procedimentos que aportam riscos, fomentando o peso da transmissão de informação clara dos benefícios e riscos de cada cirurgia, e da gestão de expectativas, de forma que possam tomar decisões bem informadas. Nesta fase de ensino pré-graduado esperava mais contacto com a enfermaria quando comparado ao tempo em bloco operatório, no entanto o estágio permitiu-me da mesma forma reforçar as minhas competências práticas, desenvolver o raciocínio clínico, e estabelecer relações positivas com os pacientes e os profissionais, terminando com o sentimento de que alcancei os objetivos propostos, que apresento em anexo no Quadro 5.

No **Estágio de Medicina Interna** dediquei mais tempo à enfermaria, onde me atribuíram pacientes com diferentes patologias, que acompanhei diariamente: na colheita de anamnese e do exame objetivo; na observação dos dispositivos utilizados e ajuste dos mesmos se necessário; na colheita de gasimetria conforme pertinência, discutindo sempre cada caso com a enfermeira responsável, com os fisioterapeutas, terapeutas da fala, nutricionistas e outros colegas, garantindo sincronia na gestão do paciente. Elaborei diários clínicos, notas de admissão, de referenciação e de alta. Interpretei resultados analíticos e imagiológicos, propondo hipóteses diagnósticas, MCDTs e planos terapêuticos, incluindo a identificação e o estabelecimento de um teto terapêutico em situações de fim de vida, proporcionando conforto e dignidade ao paciente e à sua família. Estes assuntos foram sempre discutidos com a minha tutora ao longo do dia, pendentes da sua aprovação. Fiz a comunicação regular com os doentes, os familiares e cuidadores, fornecendo informações clínicas diárias, respondendo às questões e necessidades logísticas ou sociais, que articulava com a assistente social do serviço. Na visita médica expunha os casos dos meus pacientes aos colegas e outros profissionais de forma resumida, que se revelou importante para discutir casos mais complexos e garantir a correta gestão com o auxílio da equipa multidisciplinar. No SU, aprimorei a capacidade de identificação/exclusão de patologias com elevado risco de

mortalidade e o diagnóstico diferencial de patologias comuns do adulto, em contexto de serviço de observação e de balcão, e que penso que me deu maior confiança para no futuro observar e triar pacientes de forma autónoma em contexto de urgência. Por fim, na consulta acompanhei pacientes estáveis, em primeiras consultas numa postura de investigação diagnóstica, e em consultas de seguimento de doenças crónicas e múltiplas comorbilidades, exigindo revisão e elaboração de planos terapêuticos cuidados, tendo em conta as particularidades de cada um (patologias, idade, alergias, preferências pessoais, entre outros). Este estágio foi onde senti maior progressão de capacidades e onde experienciei a maior autonomia, em parte por ter sido o último realizado sendo o culminar da experiência que adquiri durante o ano. Ao terminar, sinto que cresceu a minha competência para a prática clínica, bem como o meu sentido de ética e de responsabilidade, e penso que atingi todos os objetivos propostos pelo estágio, que apresento em anexo no Quadro 6.

As **atividades extracurriculares** em que me envolvi ao longo do curso foram várias: como monitor de anatomia, aprofundi conhecimentos anátomo-clínicos, capacidades comunicativas, didáticas e o gosto pela partilha do conhecimento; como colaborador do SNS24 durante o contexto pandémico, pela primeira vez adaptei o meu conhecimento clínico à teleconsulta e trabalhei com uma equipa integrada por alunos de medicina e de enfermagem, coordenada por profissionais de saúde experientes; na vertente social, pelo espaço que a Fé ocupa na minha vida e o gosto pessoal pelo voluntariado, integrei a Missão País, cujas semanas de trabalho voluntário com idosos moldaram o meu carácter como clínico e como pessoa; também participei nas Jornadas Mundiais de Juventude de 2023 - um grande evento mundial - como voluntário de saúde onde ajudei a garantir cuidados de saúde primários numa equipa extra-hospitalar, em tendas de campanha e equipas móveis, muitas vezes em condições complexas e com material limitado, com adaptação da abordagem caso a caso, gestão de recursos e comunicação eficaz, que moldaram as minhas capacidades clínicas e pessoais de atuação e de organização. Ao longo deste ano participei também em vários congressos e seminários que mencionei previamente, que tornaram o ano ainda mais enriquecedor.

Concluindo, penso que o meu estágio profissionalizante foi muito proveitoso, com bom aproveitamento em todos os estágios parcelares. Considero que me dediquei a cada um deles no cumprimento de todos os seus objetivos específicos, e que no seu conjunto perfizeram o cumprimento dos objetivos gerais profissionalizantes a que me propus, nomeadamente os de atingir a autonomia na marcha diagnóstica e terapêutica das patologias mais comuns em diferentes populações, com uma comunicação clara e empática, integrando a realidade de cada paciente na minha abordagem. Termino com o sentimento de que o trabalho realizado ao longo deste ano foi essencial para preencher falhas e sedimentar conhecimentos, concluindo o curso com maior confiança e sentido de competência para minha prática clínica futura.

ANEXOS

I. Quadro 1 - Objetivos Específicos do Estágio de Saúde Mental:

Objetivos Específicos	Cumprido
Identificar sintomas de perturbação psiquiátrica e diferenciá-los do funcionamento psicológico normal do indivíduo	X
Identificar elementos patológicos na personalidade, comportamentos e relacionamento interpessoal	X
Situar o doente no seu contexto social, laboral e familiar	X
Avaliar as capacidades funcionais dos doentes	X
Identificar situações individuais e sociais de risco	X
Recolher, registar e elaborar a informação de modo a obter um diagnóstico global	X
Saber aplicar as regras básicas de referência de indivíduos com problemas de saúde mental	X

II. Quadro 2 - Objetivos Específicos do Estágio de Medicina Geral e Familiar:

Objetivos Específicos	Cumprido
Fazer uma história clínica abrangente e efetuar um exame clínico adequado	X
Incorporar dados psicossociais, culturais e familiares no plano de seguimento do paciente	X
Identificar corretamente os problemas de saúde dos doentes	X
Comunicar efetivamente com os pacientes utilizando o método clínico centrado no paciente	X
Usar uma estimativa probabilística no raciocínio diagnóstico	X
Usar estratégias apropriadas para explorar o diagnóstico diferencial	X
Usar o tempo como recurso diagnóstico	X
Efetuar um exame objetivo dirigido	X
Saber as indicações dos exames auxiliares de diagnóstico mais utilizados e interpretá-los	X
Identificar os recursos de saúde existentes na comunidade	X
Promover a articulação de cuidados prestados por diferentes profissionais	X
Prescrever corretamente os medicamentos mais utilizados	X
Saber definir critérios para seleção do tratamento mais adequado a cada pessoa	X
Identificar pessoas vulneráveis e fatores de risco para os problemas de saúde mais comuns	X
Conhecer padrões familiares de transmissão de doença através de genes e de comportamentos	X
Saber aplicar medidas de prevenção e diminuição de risco	X
Identificar recursos de atualização médica contínua	X
Distinguir os diversos tipos de prevenção e saber quando se aplicam	X
Conhecer o regulamento deontológico da Ordem dos Médicos	X
Aplicar os princípios fundamentais da ética médica na prática clínica	X
Tornar-me autónomo na condução de uma consulta*	X
Praticar a comunicação com o doente*	X
Praticar o uso do SClínico e modelo SOAP*	X

*Objetivos pessoais que defini no início deste estágio parcelar.

III. Quadro 3 - Objetivos Específicos do Estágio de Pediatria:

Objetivos Específicos	Cumprido
Conhecer as principais patologias da criança e adolescente	X
Saber os princípios gerais de atuação nas doenças mais comuns da criança e adolescente	X
Estabelecer comunicação com a criança ou adolescente e a família	X
Efetuar a colheita de dados anamnésicos e o exame físico	X
Reconhecer critérios de gravidade em situações de urgência e emergência	X
Interpretar exames complementares, discutir o diagnóstico, propondo orientação terapêutica	X
Prescrever fármacos correntes*	X
Elaborar relatório clínico informativo, resumindo à família de forma compreensível e humanizada, o problema em causa, a terapêutica aconselhada e o prognóstico*	X
Compreender a importância de um comportamento adequado em ambiente hospitalar demonstrando assiduidade, pontualidade, rigor científico e integridade intelectual	X
Desenvolver competências transversais como autonomia e capacidade de pesquisa, treino e desenvolvimento das qualidades de preletor.	X

*Existiram poucas oportunidades para atingir estes objetivos de forma autónoma.

IV. Quadro 4 - Objetivos Específicos do Estágio de Ginecologia e Obstetrícia:

Objetivos Específicos	Cumprido
Colheita da história clínica e realização do exame objetivo obstétrico	X
Capacidade de requisitar e interpretar exames complementares na gravidez	X
Capacidade de aconselhamento (dieta, suplementação, exercício físico, vida sexual), e preenchimento correto do boletim da grávida	X
Capacidade de identificar e resolver problemas comuns na gravidez	X
Capacidade de identificar e referenciar a gravidez de risco	X
Conhecer as indicações, técnica e interpretação do CTG ante e intraparto	X
Realização do exame obstétrico (avaliar o colo, apresentação fetal e líquido amniótico)	X
Inspeção do períneo, palpação do fundo uterino e avaliação dos lóquios	X
Observação e aconselhamento da puérpera, tendo em vista necessidades e riscos no pós-parto	X
Capacidade de executar e interpretar achados do exame ginecológico, colheita colpocitológica e o exame mamário*	X
Reconhecer as indicações do rastreio do cancro da mama e colo do útero	X
Reconhecer os fatores de risco para neoplasia da mama, colo do útero, endométrio e ovários	X
Capacidade de diagnóstico diferencial das infeções ginecológicas, requisitar meios complementares de diagnóstico e indicar a terapêutica adequada	X
Conhecer as etiologias mais frequentes de amenorreia nos diferentes grupos etários, a avaliação diagnóstica e a sua terapêutica	X
Conhecer as etiologias de hemorragia vaginal em diferentes grupos etários e o seu tratamento	X
Diagnosticar o prolapso de órgãos pélvicos e a incontinência urinária**	X
Conhecer os métodos anticoncetivos, as suas indicações, contraindicações e especificidades	X
Conhecer e assistir a técnicas de cirurgia convencional, laparoscópica ou histeroscópica, incluindo técnicas de ambulatório ginecológicas	X

*Houve poucas oportunidades para realizar o exame mamário.

**Não contactei com casos de prolapso de órgãos pélvicos, contudo, penso-me capaz de o diagnosticar.

V. Quadro 5 - Objetivos Específicos do Estágio de Cirurgia Geral:

Objetivos Específicos	Cumprido
Conhecer e saber aplicar a linguagem e a terminologia cirúrgicas	X
Conhecer as principais síndromes cirúrgicas: etiopatogenia, semiologia, diagnóstico e tratamento	X
Saber distinguir as situações clínicas com indicação cirúrgica eletiva e urgente	X
Saber planejar e executar um exame clínico metódico e completo	X
Selecionar e requisitar exames complementares para o esclarecimento de cada caso clínico	X
Saber avaliar o estado nutricional e o risco cirúrgico de um doente	X
Saber hierarquizar os dados de uma história clínica e formular as hipóteses de diagnóstico	X
Executar técnicas comuns de pequena cirurgia incluindo a anestesia e assepsia necessárias	X
Saber respeitar os doentes e os familiares e conhecer os seus direitos e obrigações	X
Conhecer os princípios éticos inerentes à confidencialidade e à transmissão adequada da informação necessária para o consentimento informado de atos cirúrgicos	X
Adotar uma atitude proativa perante o desenvolvimento das competências pessoais inerentes à profissão médica, nomeadamente no que se refere à integridade, responsabilidade e interesse pela valorização pessoal	X
Saber reconhecer a importância da formação médica ao longo da vida	X

VI. Quadro 6 - Objetivos Específicos do Estágio de Medicina Interna:

Objetivos Específicos	Cumprido
Realizar de forma autónoma anamnese e exame físico de qualquer doente	X
Proceder ao pedido de exames auxiliares e à sua interpretação	X
Propor exames complexos, incluindo exames invasivos se necessário	X
Diagnosticar as situações clínicas mais importantes no doente adulto	X
Identificar propostas terapêuticas apropriadas e propor a sua aplicação	X
Prescrever terapêuticas ou implementar medidas selecionadas no âmbito das decisões tomadas	X
Obter os consentimentos informados necessários	X
Referenciação às diversas áreas da Medicina, Cirurgia ou Especialidades	X
Elaborar notas de alta e transferência	X
Elaborar os diários clínicos dos doentes	X
Transmitir aos restantes membros da equipe clínica as orientações e decisões médicas	X
Transmitir ao doente e seus familiares os diagnósticos, terapêuticas e prognósticos relevantes	X
Desenvolver a capacidade de comunicação com doentes, colegas e outros profissionais	X
Adquirir as capacidades necessárias ao trabalho em equipe, bem como à sua futura liderança	X
Conhecer a organização interna hospitalar e articular com os diversos Serviços existentes	X
Identificar e hierarquizar as emergências médicas, definir prioridades bem com a sua abordagem e iniciar medidas de reanimação sempre que necessário	X
Expor publicamente situações clínicas complexas e justificar opções terapêuticas tomadas	X
Desenvolver a sensibilidade particular para a abordagem de doentes em fim de vida, e das situações de obstinação/encarniçamento terapêutico	X
Desenvolver a compreensão do que significa ser médico, da identidade e responsabilidade profissional, e dos valores e atitudes que os médicos devem cultivar	X

VII. Casuística relativa aos doentes observados nos estágios parcelares

Estágio	Atividade		Nº Doentes Observados	Principais Motivos
Saúde Mental	Consulta de Pedopsiquiatria da Primeira Infância		Não Contabilizados	- Perturbação de Espectro do Autismo - Atraso Global do Desenvolvimento - Perturbações da Linguagem - Perturbações do Sono - Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção - Perturbação Depressiva da Primeira Infância
	Terapia Ocupacional			
Medicina Geral e Familiar	Saúde de Adultos		Acompanhadas: 58	- Hipertensão Arterial - Dislipidémia - Diabetes Mellitus tipo II - Perturbação Depressiva - Perturbação de Ansiedade
			Autónomas: 22	
	Saúde Infantil e Juvenil		Acompanhadas: 13	- Todas as crianças observadas eram saudáveis, sem alterações do seu desenvolvimento.
	Doença Aguda		Acompanhadas: 12	- Infecção do Aparelho Respiratório Superior - Faringite/Amigdalite Aguda - Otite Média Aguda - Patologia Músculo-esquelética - Perturbação do Sono
			Autónomas: 14	
	Planeamento Familiar		Acompanhadas: 7	- Escolha de métodos e colocação/remoção de dispositivos anticoncetivos, prevenção de infeções sexualmente transmissíveis e planeamento da gravidez.
			Autónomas: 0	
	Saúde Materna		Acompanhadas: 5	- Abuso do Tabaco - Obesidade - Dislipidémia
Autónomas: 1				
Pediatria	Enfermaria		38	- Bronquiolite Aguda e Sibilância Recorrente - Gastroenterite Aguda - Icterícia Neonatal - Encefalopatia Hipóxico-Isquémica - Síndromes Polimalformativos
	Serviço de Urgência		23	- Infecção do Aparelho Respiratório Superior - Otite Média Aguda - Bronquiolite Aguda - Faringite Aguda - Gastroenterite Aguda
	Consulta de Pediatria		7	- Má Progressão Ponderal - Epilepsia - Perturbação do Sono - Doença de Hirschprung
	Consulta de Imunoalergologia		6	- Sibilância Recorrente - Rinite Alérgica - Dermite Atópica - Reação de Hipersensibilidade a Fármaco
	O B S T E T	Enfermaria de Obstetrícia	9	- Pré-Eclâmpsia - Diabetes Gestacional - Rotura de Membranas Pré-Termo - Ameaça de Parto Pré-Termo - Colonização por Streptococcus grupo B
		Enfermaria de Puerpério	15	- Hipertensão Arterial - Diabetes Gestacional - Hipotireoidismo

Ginecologia e Obstetrícia	R Í C I A	Consulta Externa de Obstetrícia	17	- Hipertensão Arterial - Diabetes Gestacional - Pré-Eclâmpsia - Hipotireoidismo
		Bloco Operatório de Obstetrícia	4	- Parto por Cesariana Programado - Controlo de Hemorragia Pós-Parto
	G I N E C O L O G I A	Consulta de Ginecologia Oncológica	7	- Carcinoma do Endométrio - Tumores Benignos do Ovário
		Consulta de Ginecologia Geral	4	- Menorragia - Metrorragia
		Consulta de Planeamento Familiar	8	- Colocação de DIU - Dispareunia - Dismenorreia
		Ecografia Ginecológica	9	- Tumores Benignos do Ovário e do Útero
		Bloco Operatório de Ginecologia	4	- Anexotomia por Laparoscopia - Histerectomia e Anexotomia Robótica
		Cirurgia a Laser	5	- Conização do Colo do Útero por Lesão de Alto Grau. - Excisão de Condilomas Perivulvares
	S U	Bloco de Partos	9	- Observei partos espontâneos e induzidos, de termo e pré-termo, eutócicos e distócicos.
		Gabinetes de Observação	15	- Dor Abdómino-pélvica Aguda - Menorragia - Metrorragia - Infecção do Trato Urinário na Gravidez
Cirurgia Geral		Bloco Operatório	66	- Hernioplastias por via Laparoscópica - Colectomia via Laparoscópica - Hemorroidectomia Externa e Hemorroidopexia - Fistulectomia - Hemicolectomia (laparoscópica ou robótica, com anastomose primária ou colostomia)
		Consulta Externa	141	- Doença Hemorroidária - Hérnias Inguinais e Umbilicais - Fístulas e Abscessos Perianais - Carcinoma Colorretal - Excisão de Pequenas Lesões Benignas
		Enfermaria	15	- Apendicite Aguda - Colectite Aguda - Carcinoma Colorretal - Diverticulite Aguda - Pancreatite Aguda Litiásica
Medicina Interna		Enfermaria	18	- Pielonefrite Aguda e Urosépsis - Pneumonia Adquirida na Comunidade - Pneumonia Nosocomial - Insuficiência Cardíaca Descompensada - Insuficiência Respiratória Crónica Agudizada
		Consulta de Medicina Interna	16	- Hipertensão Arterial - Anemia - Diabetes Mellitus Tipo II - Trombose Venosa Profunda - Doença Renal Crónica
		Consulta de Patologia Médica da Grávida	5	- Diabetes Gestacional - Hipotireoidismo - Hipertensão Arterial
		Serviço de Urgência	Não Contabilizados	- Pneumonia Adquirida na Comunidade - Infecção do Trato Urinário - Agudização de Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica - Insuficiência Cardíaca Descompensada

VIII. Certificado – Monitor das Unidades Curriculares de Anatomia I e II



DECLARAÇÃO

Para os devidos efeitos, se declara que o aluno **Francisco Maria da Motta Veiga Trigueiros da Cunha (a2018301)** fez parte do corpo docente do Departamento de Anatomia da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade NOVA de Lisboa enquanto monitor das Unidades Curriculares de Anatomia I e Anatomia II, nos anos letivos de 2022/2023 e 2023/2024

Lisboa, 05 de junho de 2025

Secretariado de Ensino – UC Anatomia I
e Anatomia II

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Fábio Matias".

(Fábio Matias)

NOVA Medical School
Faculdade de Ciências Médicas
Universidade NOVA de Lisboa
Secretariado Comum
Campo Mártires da Pátria, 130
1169-056 Lisboa | Portugal
Tel. 21 8803035

IX. Certificado de Participação – Curso Trauma Evaluation and Management



Certificado

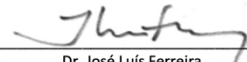
Pelo presente se certifica que

FRANCISCO MARIA DA MOTTA VEIGA TRIGUEIROS DA CUNHA

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 23 e 24 de Janeiro de 2025.

O Curso "TEAM" está integrado no currículo do 6º Ano do Mestrado Integrado de Medicina da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa. É organizado pelo ATLS Portugal e pela Sociedade Portuguesa de Cirurgia, segundo o formato educativo proposto pelo American College of Surgeons para estudantes de Medicina.


Professor Doutor Rui Maio
Regente U.C. Cirurgia Estágio


Dr. José Luís Ferreira
Coordenador do TEAM/NMS | FCM-UNL

www.atlsportugal.org, Programa ATLS/Sociedade Portuguesa de Cirurgia, atlsportugal@gmail.com
O "TEAM" é uma denominação original do American College of Surgeons

X. Certificado de Participação – Sessões de Simulação do Hospital da Luz



Certificado de
participação

Francisco Trigueiros

Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Janeiro 2025

Presencial | 28 de Janeiro de 2025 | 3 horas

Código de certificado: C-6787cef726819

XI. Certificado de Participação – Estoril Conferences



TIME TO
RETHINK

CERTIFICATE

For due effects, it is certified that **Francisco Maria da Motta Veiga Trigueiros da Cunha**, ID 30025496, attended the 9th Edition of the **Estoril Conferences** on October 24 and 25 of 2024 onsite, held by [Nova School of Business & Economics](#), [NOVA Medical School](#), [Municipality of Cascais](#), [Tourism of Portugal](#) and [Digital Data Design Institute at Harvard](#), in Carcavelos Campus in Cascais, Portugal.

A two-day journey covering all topics for **Planet**, for **Peace**, for **Health & Longevity**, for **AI & Tech** and for **Policies**, where students, faculty, civic society, world leaders and corporate institutions have worked with the same objective to inspire and turn knowledge into action.

We are deeply thankful for your presence and hope you had an excellent conference experience with insightful ideas and outcomes for further action in a world that needs change.

Let's ReThink the present together, reshaping the future.

Yours sincerely,
Estoril Conferences Team

PLANET PEACE POLICIES AI & TECH HEALTH & LONGEVITY

ORGANIZATION



MORE AT

WWW.ESTORILCONFERENCES.ORG

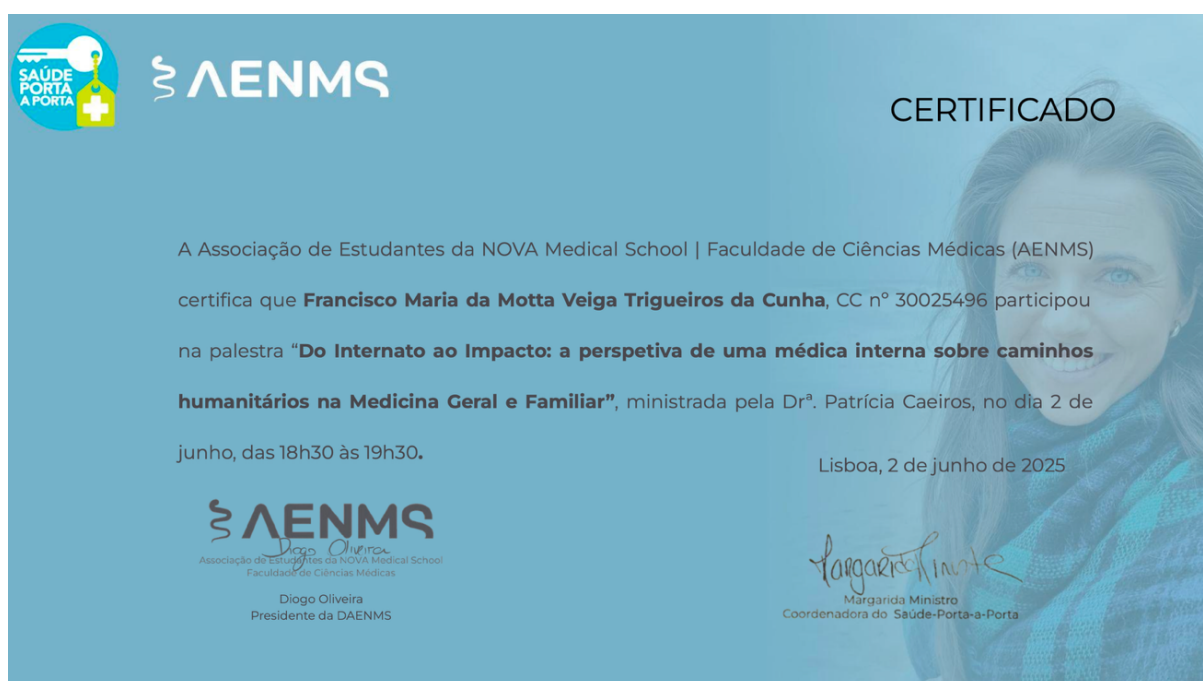
SOCIAL MEDIA

Facebook, LinkedIn, Instagram, Twitter, and YouTube.

XII. Certificado de Participação – XI Congresso Nacional de Estudantes de Medicina



XIII. Certificado de Participação – “Do Internato ao Impacto: a perspetiva de uma médica interna sobre caminhos humanitários na Medicina Geral e Familiar”



XIV. Certificado de Participação – “Salvamento Aquático do Resgate ao Tratamento”



Certifica-se que **Francisco Maria da Motta Veiga Trigueiros da Cunha**, nascido(a) em 01/08/1999, com o número de identificação civil ****5496, participou no seminário

// SALVAMENTO AQUÁTICO DO RESGATE AO TRATAMENTO

que decorreu em 03/10/2024, com a duração de 4 horas.

Porto Salvo, 3 de outubro de 2024

O coordenador pedagógico

Pedro Caldeira

XV. Certificado de Participação – Missionário na Missão País 2023 e 2024

Certificado de Participação

Declara-se para os devidos efeitos que Francisco Maria da Motta Veiga Trigueiros da Cunha, portador do cartão de cidadão nº 30025496 e aluno da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa, participou entre os dias 04/02/2023 – 11/02/2023 e 03/02/2024 – 10/02/2024 no projeto Missão País, frequentando a Missão NMS II.

Durante esta semana, juntamente com um grupo de jovens, integrou atividades de cariz lúdico e social, com o objetivo de promover experiências sociais e emocionais gratificantes junto da população da localidade de Montargil, desenvolvendo estas atividades nos dias referidos, entre as 10h e as 20h. Do acima exposto retiram-se 70 horas ao serviço da Missão País, totalizando 140h nas duas semanas.

A Missão País, como organização da Igreja Católica, tem como objetivos proporcionar à juventude universitária uma experiência de vida e de Deus, através de ações de voluntariado, convívio com pessoas mais necessitadas e participação nas atividades e apoio das comunidades onde atua.

Lisboa, 04 de Junho de 2025

Pela Missão País,

Missão País

Assinado por: **Maria do Canto Nobre Guedes Belo
Braga**

Num. de Identificação: 15170295

Data: 2025.06.04 14:53:59+01'00'



Chefes Nacionais

Maria Belo Braga | 936 357 857
Bernardo Palma Carpinteiro | 915 040 202

Rua São Francisco Xavier
26, 1400-331 Lisboa

missaopais@gmail.com

XVI. Certificado de Participação – Voluntário de Saúde nas Jornadas Mundiais da Juventude de Lisboa



CERTIFICATE of attendance

The Health Team and Logistic Department of the World Youth
Day certificates that

Francisco Maria da Motta Veiga Trigueiros da Cunha

participated as a **Health Volunteer for the World Youth Day** during the
week of August 1-6th of 2023 in Lisbon, Portugal.

Margarida Gil

Médica Responsável
Equipa Saúde JMJ 2023

