



Junho 2021

RELATÓRIO FINAL

Estágio Profissionalizante

Mestrado Integrado em Medicina | 6º ano | 2015150

Ana Maria Mano Costa

Orientador: Professor Doutor António Panarra

Regente da Unidade Curricular: Professor Doutor Rui Maio

Índice

Introdução	1
Objetivos gerais	1
Síntese das Atividades dos Estágios Parcelares	2
Estágio parcelar de Medicina Interna	2
Estágio parcelar de Cirurgia Geral	3
Estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar	3
Estágio parcelar de Pediatria.....	4
Estágio parcelar de Ginecologia e Obstetrícia.....	5
Estágio parcelar de Saúde Mental.....	5
Estágio opcional de Psiquiatria	6
Elementos valorativos.....	6
Reflexão Crítica	7
Referências Bibliográficas	9
ANEXOS.....	9
1. Casuística – por estágio parcelar.....	10
2. Formação médica.....	13
3. Cargos exercidos	17
4. Formações e Conferências	18
5. Participação comunitária nacional.....	30
6. Participação comunitária internacional	33
7. Publicações	35

Siglas e Acrónimos

AEFCM: Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências Médicas

ANEM: Associação Nacional de Estudantes de Medicina

AVD: Atividades de Vida Diária

DEO: Diário de Exercício Orientado

EMSA: European Medical Students' Association

HBA: Hospital Beatriz Ângelo

HEM: Hospital Egas Moniz

ICPC: International Classification of Primary Care

JRS: Jesuit Refugee Service

MIM: Mestrado Integrado em Medicina

MGF: Medicina Geral e Familiar

MCDT: Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêutica

NMS|FCM: Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas

ONG: Organização Não Governamental

PNA: Prova Nacional de Acesso

SARS-CoV-2: Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2

SU: Serviço de Urgência

TEAM: Trauma Evaluation And Management

UC: Unidade Curricular

USF: Unidade de Saúde Familiar

Introdução

Da Declaração Universal dos Direitos Humanos consta que “o reconhecimento da **dignidade** inerente a todos os membros da família humana e seus **direitos** iguais e inalienáveis é o fundamento da liberdade, da justiça e da paz no mundo”¹. Nesta mesma Declaração, há mais de 70 anos, encontramos ainda a seguinte premissa: “toda a pessoa tem direito a um nível de vida suficiente para lhe assegurar a si e à sua família a saúde e o bem-estar, principalmente quanto (...) à assistência médica e ainda quanto aos serviços sociais necessários”.

Reconhecendo a saúde enquanto direito humano **fundamental**, a prestação de cuidados de saúde de qualidade, que sejam universais e não discriminatórios, deve ser uma **prioridade**, visão esta que se coaduna com a do Serviço Nacional de Saúde em Portugal. Assim, sendo os profissionais de saúde um dos seus principais efetores, compreende-se que a formação médica deva constituir um elemento de elevada importância. Porém, a sua concretização é um **desafio**, pois além de uma formação sólida e **polivalente**, esta requer compreensão e visão do doente na sua **globalidade**, bem como o genuíno **interesse** pelo próximo, “sem os quais não é possível apreender e viver o espírito de serviço que deve ser o paradigma da sua profissão”². A Medicina está ainda permanentemente em **construção** e **crescimento**. Como tal, a sua aprendizagem é um processo complexo que exige trabalho **contínuo**, com constante **atualização** dos conhecimentos.

O Estágio Profissionalizante surge, assim, na fase final da formação médica pré-graduada, no 6º ano do Mestrado Integrado de Medicina. Corresponde a um estágio de índole profissional constituído por seis estágios parcelares - Medicina Interna, Cirurgia Geral, Medicina Geral e Familiar, Ginecologia e Obstetrícia, Pediatria e Saúde Mental – nos quais se procura aproximar a rotina diária do estudante da realidade da prática clínica quotidiana, mediante um exercício clínico programado e orientado, sempre sob tutoria de um médico especialista formado, de modo a dotar o aluno com os conhecimentos, competências práticas e atitudes necessários para a prática da Medicina.

Com o presente relatório proponho-me a sintetizar as atividades desenvolvidas ao longo do estágio profissionalizante e seus objetivos específicos, a descrever as atividades de natureza extracurricular que estruturaram o meu percurso de crescimento pessoal e profissional e a realizar uma reflexão crítica sobre todos estes elementos.

Objetivos gerais

Defini como objetivo basilar e estruturante do meu último ano de formação pré-graduada a consolidação de uma base sólida de **conhecimentos**, **competências** e **atitudes**, sobre a qual possa construir e aperfeiçoar através do processo contínuo e permanente de aprendizagem que deverá pautar a minha prática médica futura. Estabeleci como objetivos específicos (1) aplicar corretamente os conhecimentos adquiridos ao longo do curso, referentes às patologias mais prevalentes; (2) consolidar competências clínicas que me permitam avaliar o doente e gerir adequadamente os seus problemas médicos, nomeadamente: efetuar uma história clínica completa e um exame físico detalhado, formular hipóteses diagnósticas, desenvolver as estratégias apropriadas para explorar as hipóteses colocadas, implementar um plano de gestão para gerir de modo eficaz os problemas identificados, propondo um plano terapêutico; (3) desenvolver um raciocínio clínico estruturado; (4) comunicar e interagir eficazmente com os doentes, famílias, colegas e outros profissionais de saúde; (5) demonstrar um comportamento profissional a nível pessoal e interpessoal.

Síntese das Atividades dos Estágios Parcelares

Estágio parcelar de Medicina Interna

8 de setembro de 2020 a 30 de outubro de 2020 | Hospital Egas Moniz | Tutora: Dra. Ana Pãosinho e Andrea Castanheira

O estágio de Medicina Interna decorreu no Serviço de Medicina IB do HEM. Estabeleci os seguintes objetivos específicos: 1) integrar progressivamente a atividade assistencial diária da equipa médica, com sentido de responsabilidade e espírito de iniciativa, 2) aprofundar aspetos de anamnese e de semiologia, 3) formular hipóteses de diagnóstico estruturadas e propor estratégias de gestão diagnóstica e terapêutica em conformidade, 4) discutir e apresentar casos clínicos entre pares.

Ao longo das oito semanas fui integrada na rotina diária da equipa médica, desenvolvendo funções essencialmente ao nível da **enfermaria**, ficando responsável pela observação diária de um a três doentes, com posterior discussão dos mesmos. Esta responsabilidade incluiu a sua observação, a elaboração de registos clínicos e de eventuais notas de alta, a prescrição e interpretação de exames complementares, formulação de hipóteses diagnósticas, discussão da evolução e do seu plano terapêutico, bem como a articulação com outras especialidades e profissionais de saúde. Na atividade clínica, assumi variadas vezes o papel de elemento de ligação com os familiares, numa altura em que este contacto era único e essencial em contexto de pandemia. Tive ainda a oportunidade de acompanhar a Equipa de **Cuidados Paliativos** no seguimento de cerca de quatro doentes, uma vez por semana.

Relativamente aos diagnósticos principais dos 37 doentes internados que observei, constatei que a maioria apresentava doenças agudas ou crónicas agudizadas, com uma preponderância significativa das infeções do trato urinário e descompensação de insuficiência cardíaca previamente diagnosticada. Assim, no que concerne aos diagnósticos principais, os mais comuns foram do foro urinário, cardiovascular e respiratório (*anexo 1 - tabela 1*). Quanto à faixa etária, verificou-se que a maioria dos doentes que observei tinham entre 81 e 95 anos, cerca de aproximadamente 1/3 era dependente para as AVDs, sendo que destes 2/3 residia em domicílio próprio e os restantes em lar ou centro de dia. Quanto ao destino dos doentes pós-alta, para além do seguimento nos habituais médicos assistentes em contexto de cuidados de saúde primários, cerca de aproximadamente 1/3 dos doentes observados mantiveram seguimento em consulta de Medicina Interna. Observei a realização de diversas **técnicas e procedimentos** invasivos como punções lombares, toracocenteses, paracenteses e colocação de cateteres venosos centrais. Realizei punções arteriais e venosas periféricas. Destaco também a oportunidade de acompanhar casos menos frequentes e semiologicamente interessantes, nomeadamente uma trombose extensa da veia cava inferior em contexto de suspeita de neoplasia primária oculta, e todo o estudo realizado para se estabelecer o respetivo diagnóstico.

Para além da enfermaria, frequentei também a **Consulta Externa**, que permitiu uma melhor compreensão da importância do estabelecimento de uma relação de confiança médico-doente no seguimento dos doentes a longo termo. Destaco, devido à pertinência da doença no contexto pandémico atual, o acompanhamento realizado a um doente que outrora infetado por SARS-CoV-2, recuperava de sequelas respiratórias e neurológicas. Contactei semanalmente com o **Serviço de Urgência**, no serviço de observação e no balcão de Medicina, onde treinei o raciocínio conciso e hierarquizado necessário neste contexto. Estive ainda na Sala de Reanimação a observar dois doentes e a sua gestão. Realço ainda que pude observar alguns doentes no serviço de urgência que, posteriormente, foram internados no serviço de Medicina, o que me permitiu acompanhar todo o percurso do doente, desde o episódio agudo até à alta.

Em termos formativos, destaco os seminários organizados pela UC, que permitiram uma revisão teórica de diversos temas comuns da prática clínica. Terminei o estágio com a apresentação do trabalho “*Abordagem ao doente com ascite*”, tendo a ideia para o tema surgido no âmbito de dois casos observados ao longo deste período.

Estágio parcelar de Cirurgia Geral

2 de Novembro de 2020 – 8 de Janeiro de 2021 | Hospital Beatriz Ângelo | Tutor: Dr. Paulo Oliveira

O estágio de Cirurgia Geral teve uma duração total de oito semanas, para as quais defini como objetivos específicos: 1) adquirir, consolidar e aplicar conhecimentos relativos ao diagnóstico e tratamento das principais patologias cirúrgicas, 2) realizar procedimentos cirúrgicos simples, como suturas e técnicas de anestesia, 3) acompanhar o trajeto intra-hospitalar completo do doente cirúrgico.

Nas primeiras duas semanas, o estágio consistiu na integração da equipa de **Anestesiologia**, opcional escolhida individualmente. Durante este período, acompanhei não só diversas cirurgias e suas respetivas diferentes técnicas anestésicas bem como as valências extra bloco operatório desta especialidade. Destaco a participação na sedação de doentes psiquiátricos, previamente a eletroconvulsivoterapia, e as sessões de Acupuntura médica, na Unidade da Dor do HBA. Na primeira semana decorreu ainda o “curso TEAM”, onde saliento a aprendizagem e consolidação da abordagem ao doente em contexto de trauma. Foi ainda organizada uma sessão no Centro de Simulação do Hospital da Luz com a prática de suturas, abordagem da via aérea e colocação de acessos venosos e arteriais. Durante o período de seis semanas dedicadas a **Cirurgia Geral**, acompanhei o meu tutor na sua atividade assistencial, nomeadamente no **Bloco Operatório**, **Consulta Externa** e na realização de técnicas de **Pequena Cirurgia** em Serviço de Urgência. Assisti a cerca de 16 cirurgias, maioritariamente eletivas, entre as quais as mais frequentes foram hernioplastias e colecistectomias por via laparoscópica e hemicolectomias por via aberta. Em termos práticos, pude entrar como segunda ajudante em duas cirurgias, ambas laparotomias exploradoras, em contexto de Serviço de Urgência. A presença no bloco operatório permitiu-me a familiarização com os métodos de desinfeção e assepsia, com os principais materiais e a sua correta forma de utilização, as técnicas e procedimentos cirúrgicos. Em consulta externa, assisti sobretudo à elaboração de planos de cuidados, com propostas para cirurgia eletiva. Durante a permanência em Pequena Cirurgia, observei em conjunto com o médico assistente cerca de 20 doentes, realizando procedimentos simples como suturas. Os diagnósticos mais comuns foram feridas incisais e trauma dos membros ^(anexo 1 – tabela 2).

A nível formativo, destaco ainda as sessões hospitalares semanais, as consultas multidisciplinares de diagnóstico e terapêutica de doentes oncológicos e o trabalho que apresentei – “*O implavável*” - a propósito do caso clínico de uma doente com tumor neuroendócrino do pâncreas não diferenciado.

Estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar

18 de Janeiro a 12 de Fevereiro de 2021 | USF Ajuda | Tutora: Dra. Marta Fournier

Para o estágio de MGF, de quatro semanas, delinee os seguintes objetivos: 1) identificar e gerir as patologias mais comuns na comunidade, incluindo a aplicação dos princípios de requisição e interpretação de MCDTs e referenciação, 2) aplicar medidas de prevenção e de promoção de saúde, 3) conduzir consultas centradas no utente, 4) compreender as particularidades do utente idoso com comorbilidade e integrá-las no plano de cuidados, 5) organizar um plano terapêutico adequado a cada utente a curto, médio e longo prazo.

Na USF Ajuda, assisti a consultas da minha tutora e, de modo progressivo, conduzi sob sua tutoria diferentes tipos de consultas. Treinei a comunicação e a relação com o doente, o raciocínio clínico, a anamnese, o exame objetivo e a prescrição de MCDTs. Além de consultas de **doença aguda** (anexo 1 - tabela 3.1) e programadas (tabela 3.2), também me familiarizei com os programas de **rastreio oncológico** e de intervenção no ciclo de vida individual (consultas de **saúde infanto-juvenil, planeamento familiar** (tabela 3.3) e **saúde materna**). Este foi o estágio realizado no pico de contágios da pandemia pelo que o maior número de consultas assistidas e/ou realizadas presencialmente foi de **Doença Aguda**, uma vez que grande parte das programadas foram via teleconsulta. Pela importância da envolvimento dos estudantes no auxílio à gestão de cuidados relacionados com a pandemia COVID-19, realizei diariamente contactos aos doentes pela plataforma **TRACE-COVID**.

Em termos de competências adquiridas, destaco a realização de colpocitologias, bem como o exame objetivo ginecológico sistematizado, pelo número de consultas de planeamento familiar que presenciei. Foi possível ainda testemunhar como a relação médico-doente, privilegiada nesta especialidade, possibilita a intervenção em situações de reestruturação familiar, de luto ou insuficiência económica, três situações frequentes ao longo do estágio. Em termos formativos, além de ter realizado o DEO, elaborei um folheto destinado aos utentes sobre cuidados a ter com o pé diabético e sobre alimentação no primeiro ano de vida.

Estágio parcelar de Pediatria

15 de Fevereiro a 12 de Março 2021 | Hospital São Francisco Xavier | Tutor: Dr. Edmundo Santos

Para o estágio de Pediatria estabeleci como objetivos: 1) consolidar competências de anamnese, semiologia e princípios gerais de atuação nas patologias mais comuns; 2) contactar com diferentes valências e subespecialidades da Pediatria, de modo a adquirir uma perspetiva global da especialidade; 3) aprender a lidar com as preocupações e ansiedade dos pais ou cuidadores e melhorar a relação médico-doente-família. Durante estas quatro semanas, contactei com diversos contextos – dia-a-dia no Berçário, na Neonatologia, Consulta Externa e Serviço de Urgência.

Na passagem pelo **Berçário** foi-me dada a tarefa de realizar o exame objetivo nas primeiras 24h de vida do recém-nascido, sob tutoria, escrever o diário clínico, preencher o boletim de Saúde Infantil e Juvenil e discutir os casos ao final de cada manhã. As particularidades desta faixa etária fomentaram uma pesquisa de conhecimentos ativa, de forma a atingir o conforto e a segurança necessários a realizar as tarefas de forma adequada. Observei no total 14 recém-nascidos, a maioria saudáveis. A passagem pela **Neonatologia** decorreu uma vez por semana, ao longo das quatro semanas. Em cada um dos dias tive a oportunidade de acompanhar uma médica interna de formação específica de Pediatria na prestação de cuidados quer **intermédios**, quer **intensivos**, colaborando sobretudo na realização do exame objetivo. A observação da realização de ecocardiogramas e de ecografias transfontanelares também foi uma atividade realizada frequentemente, tendo sido uma oportunidade sobretudo para a revisão e sistematização da abordagem a cardiopatias congénitas e outros tipos de malformações não cardíacas congénitas. Ainda no contexto da permanência da Neonatologia, tive oportunidade de observar três cesarianas, no bloco de partos, onde assisti à realização do exame objetivo de três recém-nascidos nos primeiros minutos de vida. Na **Consulta Externa** acompanhei consultas de Pediatria Geral, Nefrologia e Pneumologia Pediátrica, contactando assim com algumas valências e subespecialidades. Destaco a oportunidade para realizar exame objetivo e escrever as observações dos vários doentes em consulta bem como a oportunidade formativa com revisões teóricas dos diagnósticos mais observados realizadas

pelas médicas assistentes que me receberam. A abordagem direta e sistematizada que se observa no **SU** permitiu observar as mais frequentes patologias e a forma adequada de realizar o exame objetivo, fazer o diagnóstico diferencial e instituir terapêutica de forma tutelada. A maioria das patologias observadas foi do foro dermatológico e gastrointestinal ^(anexo 1 - tabela 4), uma vez que os alunos apenas tinham permissão para observar doentes não respiratórios. Saliento também o desenvolvimento de capacidades relativas ao ensino dos sinais de alarme aos pais, bem como a forma de administração correta da terapêutica.

Em termos formativos, elaborei um trabalho relativo à "*Abordagem da cianose no Recém-nascido*", tema de particular interesse tendo em conta a frequência do quadro na unidade de Neonatologia.

Estágio parcelar de Ginecologia e Obstetrícia

15 de Março a 16 de Abril de 2021 | Hospital Lusíadas Lisboa | Tutora: Dra. Alexandra Cordeiro

O estágio parcelar de Ginecologia e Obstetrícia teve uma duração de quatro semanas e estabeleci como prioridades: 1) consolidar conhecimentos das patologias ginecológicas e obstétricas mais comuns e respetiva abordagem, 2) familiarizar-me com as diferentes valências da especialidade, 3) aperfeiçoar técnicas e procedimentos práticos de Ginecologia e Obstetrícia. Seguindo um sistema rotativo, dirigi-me diariamente a um local pré-determinado, podendo, assim, contactar com uma grande diversidade de áreas clínicas e procedimentos. Assisti a **Consultas Externas** de Obstetrícia, de Ginecologia, de Patologia do colo do útero, de Procriação Medicamente Assistida e ainda Fisioterapia do pavimento pélvico. De salientar que acompanhei todo o percurso da grávida, desde a consulta pré-concepcional à consulta pós-parto. Observei também ecografias ginecológicas e obstétricas, histeroscopias e exames de imagem de mama. Cumpri 12 horas semanais no **SU** e **Bloco de Partos**, tendo assistido no total a 21 partos e participado em seis cesarianas. No **Bloco Operatório**, a vertente à qual dediquei mais tempo do estágio parcelar, observei cerca de 19 cirurgias principalmente do âmbito uroginecológico, miomectomias e histerectomias ^(anexo 1 – tabela 5).

Embora o estágio tenha sido sobretudo observacional, também me foram dadas oportunidades de executar e aperfeiçoar competências práticas, entre as quais destaco o exame mamário e o exame ginecológico, incluindo colheita de amostras para rastreio de colo do útero. A nível formativo, destaco o workshop "*The Women*", organizado pela UC, bem como a apresentação de seminários para a qual contribui com a apresentação do tema "*Versão Cefálica Externa*".

Estágio parcelar de Saúde Mental

19 de Abril a 14 de Maio de 2021 | Hospital Prof. Doutor Fernando Fonseca | Tutora: Dra. Alexandra Lourenço

O estágio de Saúde Mental teve uma duração de quatro semanas e estabeleci como objetivos: 1) identificar os principais sintomas e sinais do foro psiquiátrico, diferenciá-los do funcionamento psicológico normal, estabelecendo hipóteses de diagnóstico de forma estruturada, 2) adquirir ferramentas básicas de condução de entrevista psiquiátrica no adulto, 3) desenvolver o meu conhecimento no âmbito da psicofarmacologia, 4) compreender o modelo integrado de cuidados de saúde mental na comunidade. O estágio compreendeu uma vertente teórico-prática com dois seminários online sobre o estigma em doença mental e discussão de casos clínicos, uma vertente prática, no Serviço de Psiquiatria do HFF, e ainda uma vertente de trabalho individual em casa relativo à observação de vídeos com entrevista clínica e realização de vinhetas clínicas idênticas às da PNA.

A vertente prática teve lugar maioritariamente na USF Conde da Lousã, na Damaia, onde assisti a **Consultas de Psiquiatria** e a **Consultas de Enfermagem**, nas quais pude aprender a administrar medicação injetável. Acompanhei

ainda visitas domiciliárias de Enfermagem e estive no espaço@com (estrutura de **reabilitação** psicossocial), nos quais destaco o trabalho conjunto e interdisciplinar da equipa médica, equipa de enfermagem, psicólogos e terapeutas ocupacionais, tendo tido oportunidade para acompanhar o trabalho de cada um em particular. Saliento a participação numa **intervenção familiar**, multidisciplinar, numa família de um jovem rapaz que iniciara acompanhamento em Psiquiatria há cerca de um mês por indícios de perturbação da personalidade esquizoide. Observei também o acompanhamento, no **projeto Semente** (com a missão de promover o apoio aos filhos de pessoas com doença psiquiátrica) de três jovens grávidas com patologia psiquiátrica. A maioria dos doentes que observei neste contexto era há muito tempo seguida pela equipa comunitária, tendo as suas patologias crónicas estabilizadas. Os diagnósticos mais observados foram Perturbações de Ansiedade, Perturbações do humor e Esquizofrenia ^(anexo 1 - tabela 6). Esta realidade contrastou com os quadros agudos com que contactei no SU, nos dois dias em que acompanhei a equipa médica onde estive integrada, em que todos eles foram recaídas de doentes com diagnóstico prévio já estabelecido.

Destaco em termos formativos, o trabalho descrito realizado em casa e ainda a realização de um Plano Individual de Cuidados, revisto posteriormente pela minha tutora, para um jovem de 24 anos com diagnóstico recente de Esquizofrenia que se encontrava a ser acompanhado pela equipa comunitária.

Estágio opcional de Psiquiatria

17 de Maio a 28 de Maio de 2021 | Hospital Egas Moniz | Tutor: Dr. Ricardo Caetano

Optei por realizar um estágio clínico opcional no Serviço de Psiquiatria do HEM, tendo como ponto de partida os seguintes objetivos: 1) conhecer a realidade da enfermaria no contexto desta especialidade, uma vez que este contacto não foi possível anteriormente no curso, 2) contactar de novo com uma especialidade que me suscitou muito interesse e curiosidade. Neste estágio pude integrar o seguimento diário dos doentes internados no serviço. Destaco as entrevistas clínicas diárias, sobretudo as **primeiras entrevistas em doentes internados**, em que foi possível sob tutoria realizar pequenas partes da mesma e praticar o exame do estado mental. As patologias mais observadas foram Doença Bipolar (com e sem sintomas psicóticos) e Esquizofrenia. Ademais, frequentei reuniões do Serviço de Psiquiatria, nas quais pude ficar com uma perspetiva global da epidemiologia e patologias mais frequentes do serviço do HEM, e usufruí de sessões clínicas e formativas no serviço, nas quais pude aprender acerca de casos clínicos relativos a perturbações da personalidade bem como patologias de fronteira com a Neurologia.

Elementos valorativos

No decurso do MIM, procurei desafiar-me e envolver-me em atividades que completassem a minha formação enquanto futura médica. Na área da **Formação Médica**, integrei o Programa Erasmus na *Université de Bordeaux* no ano letivo 2019/2020, tendo feito à parte da formação teórica, 5 estágios de um mês cada em 5 especialidades diferentes no *Centre Hospitalier Universitaire de Bordeaux* ^(anexo 2A e 2B). Procurei ainda participar em diversas palestras para colmatar falhas no meu conhecimento e fomentar áreas em que tenho particular interesse, tais como a Saúde Mental, Cardiologia, Anestesiologia e Ginecologia ^(anexo 4). Devido ao contexto pandémico que pautou o meu ano profissionalizante, a busca por formação na área das sequelas pós-COVID19 foi também uma prioridade, tendo participado em sessões clínicas organizadas com discussão de alguns casos clínicos ^(anexo 4F e 4H). Procurei ainda envolver-me regularmente em atividades de **Participação Comunitária** nacional e internacional. Saliento, a nível internacional,

a integração da ONG *Medical International Volunteers*, que presta cuidados de saúde em quatro campos de refugiados na Grécia ^(anexo 6A). Integrei a equipa enquanto estudante de Medicina em 2018 e em 2019, no campo de *Diavata*, em Thessaloniki. A nível nacional, destaco atualmente a inclusão na Academia JRS ^(anexo 5A), enquanto formadora a migrantes e refugiados na área de cuidados básicos de saúde a idosos, ajudando à sua inclusão no mundo do trabalho, bem como anteriormente o voluntariado hospitalar pela Liga Portuguesa Contra o Cancro ^(anexo 5B). Em termos **associativos**, no presente ano letivo, assumi o Cargo de coordenadora de **Ação Social** da **Direção da AEFCM** e membro do Grupo de trabalho de **Direitos Humanos e Ética Médica** da **ANEM** ^(anexo 3A), no qual procurei aproximar a comunidade estudantil e a Sociedade de alguns dos maiores desafios da atualidade e mobilizá-los para a ação. Um dos trabalhos resultantes, o *Guia Contra a Discriminação na Saúde* 2ª edição, foi publicado em fascículos ao longo do ano de 2020 (Abril a Setembro), no website da ANEM, em formato de booklet³; ^(anexo 7A). O gosto pela área da Saúde Mental fez-me também integrar o grupo correspondente da EMSA, tendo realizado atividades em conjunto com colegas estudantes de Medicina de toda a Europa nesta mesma área.

Reflexão Crítica

Os vários estágios parcelares constituintes do Estágio Profissionalizante proporcionaram-me consolidar conhecimentos adquiridos previamente no MIM, a nível teórico e prático, e verificar a interdisciplinariedade das aprendizagens. Gozei de uma prática clínica sempre supervisionada, o que permitiu a melhor noção das minhas lacunas e cimentar os conhecimentos teóricos, otimizar o raciocínio clínico e realizar procedimentos.

Em **Medicina Interna** fui verdadeiramente integrada numa equipa na qual tinha um papel definido a desempenhar, permitindo-me progredir na confiança das minhas capacidades, no raciocínio clínico e na relação com o doente. O contacto com uma grande diversidade de patologias e contextos de observação tornou-o enriquecedor e desafiante e cresci na consciência da importância da Medicina Interna como especialidade integradora. Em **Cirurgia Geral**, a execução de procedimentos práticos permitiu-me desenvolver a destreza manual e técnica que até então tinha sido escassa no curso. A permanência na Pequena Cirurgia acabou por colmatar o cancelamento de cirurgias eletivas em termos formativos, tendo sido uma boa forma de contornar a situação resultante da fase pandémica que se ultrapassava. Porém, por este motivo, o objetivo estabelecido de acompanhar o trajeto completo do doente intra-hospitalar não foi possível de atingir devido ao tempo escasso em enfermaria. Em **Medicina Geral e Familiar**, pela primeira vez, pude conduzir consultas do início ao fim sozinha, sob tutoria. Contribuí ativamente para a gestão de saúde e doença, consolidei princípios de medicina preventiva e cresci na relação com o doente e a sua família, cumprindo assim todos os objetivos a que me propus. Em **Pediatria** adquiri uma perspetiva global da especialidade, embora por via maioritariamente observacional, pelo que ficou aquém dos objetivos práticos que pretendia, uma vez que o volume de doentes em fase pandémica de pico de contágios, tanto em internamento como em SU, foi bastante reduzido face ao habitual. Porém, o contacto com a Neonatologia desenvolveu em mim um maior interesse por casos mais graves e complexos sobretudo relacionados com malformações congénitas. Em **Ginecologia e Obstetrícia** pude contactar com diversas valências da especialidade e aperfeiçoar sobretudo competências práticas, nomeadamente o exame ginecológico completo, tendo cumprido todos os objetivos a que me propus. Optei por realizar o estágio de **Saúde Mental** numa equipa comunitária, motivada pela curiosidade de conhecer as reais condições de vida e dificuldades que

muitos dos doentes enfrentam no seu quotidiano. Foi especial por me ter feito imergir no espaço social e cultural dos doentes e por me ter mostrado a importância da articulação multidisciplinar no sucesso da sua reintegração. O facto de não ter tido contacto prévio com a prática clínica em contexto de internamento em Psiquiatria e de realização de entrevista clínica, devido ao contexto pandémico, levou-me a colmatar esta falha com o estágio **opcional de Psiquiatria**, que contribuiu muito para o crescer do meu interesse por esta especialidade. Com este acréscimo na formação, penso que cumpri todos os objetivos que delineei para o estágio de Saúde Mental. Numa nota final, saliento, com muito agrado e gratidão, que a pandemia atual não afetou de forma major o meu ano profissionalizante, fruto não só do esforço das várias UCs para que os estágios se mantivessem inalterados, mas também do esforço individual, espelhado nos meus colegas, para que fosse possível a rotação entre todos face a procedimentos e horários nos locais de formação. Contudo, a integração nas equipas responsáveis pelos cuidados aos doentes com SARS-CoV-2 teria sido, do meu ponto de vista, uma oportunidade única em termos formativos, que, infelizmente, não foi possível concretizar.

Acredito que para o desenvolvimento das aptidões clínicas, o empenho ao longo do percurso curricular prévio a este último ano foi fundamental para atingir os objetivos a que me propus este ano, procurando sempre atingir o **topo da pirâmide de Miller**. Fazer Erasmus em Bordeaux no ano anterior abriu-me **horizontes** e permitiu-me contactar com metodologias e organizações de serviços distintas, aspeto que considero importante para a minha formação. Participei também em formações e conferências, contextualizadas com os estágios realizados ou orientadas para os meus interesses clínicos. O facto de ter sido um ano em que o número de conferências e palestras em formato *webinar* aumentou, facilitou a sua acessibilidade, algo que considero uma vantagem no meu percurso formativo deste ano.

A progressiva maior prática clínica proporcionou-me o desenvolvimento de competências na área da comunicação com o doente e família, e a maior responsabilização fez-me sentir próxima de decisões éticas complexas que contribuirão certamente para modelar atitudes futuras. Considero como principal **força** do MIM da NMS|FCM o acompanhamento do aluno com ênfase no crescimento progressivo de autonomia. Por outro lado, num domínio cada vez mais especializado e competitivo como a Saúde (**ameaça**), a aposta curricular em competências práticas diferenciadoras para o futuro clínico, como a área de investigação na fase pré-graduada, continua pouco presente e constitui uma **fraqueza**.

No que concerne a outros elementos que valorizaram a minha formação, procurei desempenhar um papel ativo na **Sociedade**, contribuindo para a instituição que me acolheu e para a comunidade em que me insiro. Assim, relativamente à aquisição de aptidões gerais e pessoais, destaco a integração no associativismo nacional e internacional. A participação responsável e a necessidade de imprimir qualidade aos projetos levaram-me à integração da equipa da *Medical International Volunteers* e, a nível nacional, o envolvimento comunitário no que concerne à formação em saúde, nomeadamente na Academia JRS, onde sou atualmente formadora.

Assim, findo o meu percurso académico, considero que adquirir os conhecimentos e competências nucleares fundamentais à profissão médica, ciente, porém, da necessidade de continuar permanentemente a aperfeiçoá-las. Concluo agradecendo aos Professores, Tutores e Profissionais de Saúde, pelos ensinamentos, sobretudo os que não vinham nos livros. Aos colegas, amigos, família, pelo apoio incondicional. Acima de tudo, agradeço aos **Doentes** que, ao me permitirem sentir e compreender as suas perspetivas, me ensinaram a respeitar a diversidade, valor e **dignidade** do ser humano e me lembraram diariamente o porquê de eu ter feito esta escolha há seis anos atrás.

Referências Bibliográficas

¹ Declaração Universal dos Direitos Humanos (217A (III) Assembleia Geral da Organização das Nações Unidas, 1948), Paris, disponível em <https://dre.pt/declaracao-universal-dos-direitos-humanos> (17/06/2021)

² Victorino RM et al, O Licenciado Médico em Portugal, Coordenação Faculdade de Medicina de Lisboa, 2005.

³ Booklet agora disponível para download em: <https://issuu.com/sarapintomoura> (17/06/2021)

ANEXOS

1. Casuística – por estágio parcelar
2. Formação médica
 - A. *Transcript of records* do Erasmus em Bordeaux, Université Victor Segalen II Medicine [2019-2020]
 - B. Certificado de conclusão nível C1 OLS Francês [2020]
3. Cargos exercidos
 - A. Grupo de Trabalho Mental Health da European Medical Students' Association [2020-2021]
Coordenadora de Ação Social da Direção da Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências Médicas [2020]
Grupo de Trabalho de Direitos Humanos e Ética Médica da Associação Nacional de Estudantes de Medicina [2020]
4. Formações e Conferências
 - A. Congresso Português de Anestesiologia, Sociedade Portuguesa de Anestesiologia [2021]
 - B. X Curso de Introdução à Anestesiologia, Sociedade Portuguesa de Anestesiologia [2021]
 - C. Formação sistema FertilityCare, Associação de Defesa e Apoio da Vida Leiria [2021]
 - D. *World Pancreatic Cancer Day*, Hospital da Luz Learning Health [2021]
 - E. Sessões de simulação Cirurgia Geral, Hospital da Luz Learning Health [2021]
 - F. *Provas Funcionais respiratórias no pós-covid*, Lusíadas Knowledge Center [2021]
 - G. *Emergências Obstétricas*, AEFCM em colaboração com CUF Descobertas [2021]
 - H. Clinical Sessions - Consequências funcionais e fisiológicas no pós-COVID19, CUF Academic Center [2021]
 - I. *A saúde mental na adolescência, desenvolvimento psicoafetivo e psicopatologia*, AEFCM [2021]
 - J. Congresso Português de Cardiologia, Sociedade Portuguesa de Cardiologia [2020; 2021]
 - K. iMed Conference 12.0 [2020]
 - L. *Da Vinci in your Hand* - Robotic Surgery workshop, iMed Conference 12.0 [2020]
 - M. *O Essencial da Vertigem em MGF*, CUF Academic Centre [2020]
 - N. TEAM (Trauma Evaluation and Management), ATLS Portugal e Sociedade Portuguesa de Cirurgia [2020]
5. Participação comunitária nacional
 - A. Formadora em Cuidados Básicos de Saúde a Idosos no Serviço dos Jesuítas aos Refugiados (JRS) [2019-2021]
 - B. Voluntária hospitalar Liga Portuguesa Contra o Cancro [2015-2018]
 - C. Voluntária Projeto *Saúde Porta a Porta*, AEFCM [2017-2018]
6. Participação comunitária internacional
 - A. Membro equipa Medical International Volunteers, Thessaloniki - Grécia [2018; 2019]
 - B. Voluntária Equipa d'África [2017]
7. Publicações
 - A. Guia Contra a Discriminação em Saúde, Grupo de Direitos Humanos e Ética Médica da Associação Nacional de Estudantes de Medicina [2020]

1. Casuística – por estágio parcelar

Tabela 1 – Estágio de **Medicina Interna** – Registo Enfermaria

Patologias <u>mais</u> observadas	Número de doentes observados
Insuficiência Cardíaca	23
Arritmias	17
Insuficiência Respiratória	12
Infeção do trato urinário	11

Total de doentes observados em enfermaria: 37.

Para alguns doentes foi assumido mais de um diagnóstico principal, dentro dos descritos na tabela.

Tabela 2 – Estágio de **Cirurgia Geral** – Registo Pequena Cirurgia

Patologias observadas	Número de doentes observados
Ferida incisa couro cabeludo/mento/pálpebra	13
Trauma membros	3
Trauma grelha costal	2
Fístula/abcesso anal	2

Total de doentes observados: 20

Tabela 3.1 – Estágio de **Medicina Geral e Familiar** – Registo Consulta de Doença Aguda

Patologias observadas	Número de doentes observados
D73 Gastroenterite, presumível infeção	1
F71 Conjuntivite Alérgica	1
K96 Hemorroidas	2
L92 Síndrome ombro doloroso	3
N95 Cefaleia de tensão	4
P76 Perturbação depressiva	5
T92 Gota	1
U71 Cistite/infeção urinária	2

Total de doentes observados: 17

Nota: As patologias estão registadas de acordo com o código ICPC-2. Para alguns doentes foi assumido mais de um diagnóstico principal, dentro dos descritos na tabela.

Tabela 3.2 – Estágio de **Medicina Geral e Familiar** – Registo Consulta Programada (maioritariamente via telefónica)

Patologias <u>mais</u> observadas	Número de doentes observados
K86 Hipertensão sem complicações	26
L86 Síndrome da coluna com irradiação de dor	15
T90 Diabetes Mellitus	8

Total de doentes observados: 54

Nota: As patologias estão registadas de acordo com o código ICPC-2. Para alguns doentes foi assumido mais de um diagnóstico principal, dentro dos descritos na tabela.

Tabela 3.3 – Estágio de **Medicina Geral e Familiar** – Registo Consulta Planeamento Familiar

Patologias <u>mais</u> observadas	Número de doentes observados
X72 Candidíase genital na mulher	2
X84 Vaginite/vulvite	3
X86 Esfregaço de papanicolau anormal	2

Total de doentes observados: 14

Nota: As patologias estão registadas de acordo com o código ICPC-2. Para alguns doentes foi assumido mais de um diagnóstico principal, dentro dos descritos na tabela.

Tabela 4 – Estágio de **Pediatria** – Registo Serviço de Urgência

Patologias <u>mais</u> observadas	Número de doentes observados
Exantema viral	5
Gastroenterite aguda	4
Trauma membros superiores ou inferiores	4

Total de doentes observados: 23

Tabela 5 – Estágio de **Ginecologia e Obstetrícia** – Registo Bloco Operatório

Cirurgias observadas	Número de doentes observados
Suspensão uretral por incontinência urinária de esforço	7
Colporrafia por retocelo	4
Miomectomia	4
Histerectomia e/ou anexectomia	3
Laqueação tubária	1

Total de cirurgias observadas: 19

Tabela 6 – Estágio de **Saúde Mental** – Registo de Consulta Externa

Patologias mais observadas	Número de doentes observados
Perturbação de ansiedade	11
Perturbação afetiva	8
Esquizofrenia	6

Total de doentes observados: 21

Nota: Para alguns doentes foi assumido mais de um diagnóstico principal, dentro dos descritos na tabela.

2. Formação médica

A. *Transcript of records* do Erasmus em Bordeaux, Université Victor Segalen II Medicine [2019-2020]



Année Universitaire 2019/2020

RELEVÉ DE NOTES ET RESULTATS

MANO COSTA

ANA

INE :

N° Etudiant :21921433

Né(e) : 09/11/1997

A: Ville Portugal

Période du Séjour : Du 01/09/2019 au 31/01/2020

Echange International : Universidade Nova de Lisboa

Pays d'échange : Portugal

Modules d'Enseignements/ Stages		Durée*	Note/20	Grade	ECTS
Stage libre		4 semaines	17	B	6
Stage libre		4 semaines	18	A	6
Stage libre		4 semaines	14	C	6
Stage libre		4 semaines	15	C	6
Stage libre		4 semaines	17	B	6



Responsable Administrative des 1er et 2ème cycles
Des Formations Médicales et Paramédicales.

CURSUS HOSPITALIER

Je soussignée, Valérie MARMOL, Responsable Administrative de la Gestion des Coursus Etudiants 1er et 2ème cycles des Etudes Médicales et Paramédicales certifie que

ANA

MANO COSTA

a accompli les stages suivants :

Du 02/09/2019 au 30/09/2019

Hôpital Pellegrin Tripode

Service des Urgences Adultes

Monsieur le Professeur REVEL

Stage validé, bon stage investie

Note : 17 /20

Du 01/10/2019 au 31/10/2019

Hôpital Saint - André

Dermatologie

Stage validé, Très bon stage, a beaucoup profité et appris avec une activité variée

Note : 18 /20

Du 01/11/2019 au 30/11/2019

Hopital Pellegrin Tripode

Ophtalmologie

Monsieur le Professeur KROBELNIK

Stage validé

Note : 14 /20

Du 01/12/2019 au 31/12/2019

Hôpital Pellegrin Tripode

Néphrologie

Madame le Docteur RIGOTHIER

Stage validé, Très bonne étudiante avec une forte implication

Note : 15 /20

Du 01/01/2020 au 31/01/2020

Hôpital Haut-Lévêque

Hématologie/Maladies du Sang

Monsieur le Professeur MILPIED

Excellent stage. Bonne insertion.

Note : 17 /20

Fait à Bordeaux, le 09/03/2020

Valérie MARMOL.



Resultados do seu teste de avaliação linguística



OLS

APELIDO

Costa

NÍVEL ALCANÇADO



NOME

Ana

Consegue compreender discursos e textos longos e complexos e identificar significados implícitos, abstratos e subtis.

REALIZADO EM

2020-01-28

LÍNGUA TESTADA

francês

Ver a descrição dos resultados por capacidade

GRAMÁTICA **B1**

Compreende a relação entre uma série de elementos interligados associados a experiências, acontecimentos, ambições e planos.

VOCABULÁRIO **C1**

O seu bom domínio do vocabulário num vasto leque de temas gerais, académicos, profissionais e lúdicos permite-lhe compreender a maior parte dos textos escritos.

COMPREENSÃO DE LEITURA **C2**

É capaz de ler praticamente qualquer tipo de texto, incluindo textos abstratos, materiais estrutural ou linguisticamente complexos, tais como manuais, artigos especializados e obras literárias.

COMPREENSÃO AUDITIVA **C1**

Consegue compreender uma exposição longa, incluindo jargão idiomático e dialetal, mesmo quando não seja claramente estruturada ou quando os relacionamentos sejam apenas implícitos e não explicitamente expressos. Você consegue compreender programas de televisão e filmes sem muito esforço.

3. Cargos exercidos

A. Grupo de Trabalho Mental Health da European Medical Students' Association [2020-2021]

Coordenadora de Ação Social da Direção da Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências Médicas [2020]

Grupo de Trabalho de Direitos Humanos e Ética Médica da Associação Nacional de Estudantes de Medicina [2020]



4. Formações e Conferências

A. Congresso Português de Anestesiologia [2021]



B. X Curso de Introdução à Anestesiologia, Sociedade Portuguesa de Anestesiologia [2021]







Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

Hospital da Luz Learning Health
Avenida Lusíada 100 Edifício C, Piso -1
1500-650 Lisboa



NOME

Ana Mano Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15331242

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5fb4dea42ff9f

Evento

Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS

16-11-2020 09:00 → 23-11-2020 12:00 - Duração: 3 horas

No âmbito da Unidade Curricular de Cirurgia, torna-se imprescindível o treino de procedimentos essenciais à prática clínica.

Aquisição de conhecimentos, aptidões e competências para o desempenho em cirurgia de tarefas relativas a procedimentos essenciais (frequentes e/ou relevantes) das especialidades cirúrgicas.

F. *Provas Funcionais respiratórias no pós-covid*, Lusíadas Knowledge Center [2021]



G. *Emergências Obstétricas*, AEFCM em colaboração com CUF Descobertas [2021]



CLINICAL SESSIONS

Consequências Funcionais e Fisiológicas Pós-COVID-19 | webinar#3

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

CUF Academic Center
Av. do Forte, nº3 – Edifício Suécia III, Piso 2
2790-073 Carnaxide



NOME

Ana Mano Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15331242

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-604569823e2ac

Evento

Consequências Funcionais e Fisiológicas Pós-COVID-19 | webinar#3 (Webinar)
20-04-2021 19:00 → 20-04-2021 21:00 - Duração: - 2 horas

QUALIDADE DE VIDA DOS DOENTES NO PERÍODO PÓS-COVID
Este ciclo de 5 webinars tem como objetivo promover a discussão científica de problemas clínicos identificados e ainda por caracterizar, que possam servir de base de trabalho para atividades a desenvolver nas consultas do tempo pós-COVID-19.



A Saúde Mental na Adolescência

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School
Campo Mártires da Pátria, 130
1169-056 Lisboa



NOME

Ana Mano Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15331242

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-60a1895e0dbbf

Evento

A Saúde Mental na Adolescência

19-05-2021 18:30 → 19-05-2021 20:00 - Duração: 1:30 horas

Estamos de volta com a 4ª palestra da mini-série "A Criança e a Saúde Mental"! Desta vez o tema incide na saúde mental na adolescência e irá abordar o desenvolvimento psicoafetivo normal e a psicopatologia. Não percas esta palestra incrível que se irá realizar dia 19 de maio, às 18h30!



CERTIFICADO DE PRESENÇA

Para os devidos efeitos se certifica que

Ana Mano Costa

participou no Congresso Português de Cardiologia 2020 (CPC2020),
realizado de forma virtual, nos dias 6 a 8 de Novembro de 2020.

Este evento foi acreditado pela *European Accreditation Council for Continuing Medical Education (EACCME®)* com 20 créditos CME.

Lisboa, 8 de Novembro de 2020

Brenda Moura

Presidente do CPC2020





CERTIFICADO DE PRESENÇA

Para os devidos efeitos se certifica que

Ana Mano Costa

participou no Congresso Português de Cardiologia 2021 (CPC2021),
realizado de forma virtual, nos dias 30 de Abril e 1 e 2 de Maio de 2021.

Este evento foi acreditado pela *European Accreditation Council for Continuing Medical Education* (EACCME®) com 24 créditos CME.

Lisboa, 2 de Maio de 2021

Regina Ribeiras

Presidente do CPC2021





iMed Conference® 12.0 Lisbon 2020 | Virtual Lectures + Workshops

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School
Campo Mártires da Pátria, 130
1169-056 Lisboa



NOME

Ana Mano Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15331242

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5f14c9cec0fdb

Evento

iMed Conference® 12.0 Lisbon 2020 | Virtual Lectures + Workshops

30-09-2020 13:30 → 04-10-2020 17:00

The iMed Conference® 12.0 | Lisbon 2020 will take place between the 30th of September and 4th of October at NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas.

Prepare for groundbreaking lectures, practical workshops and challenging competitions.



iMed Conference® 12.0 | Workshops October 1st

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School
Campo Mártires da Pátria, 130
1169-056 Lisboa



NOME

Ana Mano Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15331242

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5f6cfad8c16c4

AS ATIVIDADES FREQUENTADAS ENCONTRAM-SE NA PÁGINA SEGUINTE



Participação em Eventos Científicos

Certificado

Certifica-se que **Ana Mano Costa**, titular do Cartão de Cidadão com o nº de identificação **15331242**, frequentou o seguinte evento científico:

O Essencial da Vertigem em MGF

que decorreu a **26 de Novembro de 2020**, com a duração de 1 hora e 30 minutos,
no seguinte local: Plataforma Webinar

Carnaxide, 26 de Novembro de 2020

Anabela Possidónio

Código de Certificado: C-5fa1a5e850a3b

Av. do Forte, nº3 – Edifício Suécia III, Piso 2 - Carnaxide



Certificado

Pelo presente se certifica que

ANA MARIA MANO COSTA

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 5 e 6 de Novembro de 2020.

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

5. Participação comunitária nacional

A. Formadora em Cuidados Básicos de Saúde a Idosos no Serviço dos Jesuítas aos Refugiados (JRS) [2019-2021]



Declaração

8 de junho de 2021

Declaro para os devidos efeitos que Ana Maria Mano Costa, titular do cartão de cidadão nº 15331242, é formadora voluntária da Academia JRS desde 2018. Atualmente, integra a equipa de formadores no âmbito do Projeto – “Cuidar Sem Fronteiras”, dando formação de cuidados básicos a idosos.

A Coordenadora da Academia JRS

Cláudia Santos



Declaração

Voluntariado Hospitalar LPCC

Declara-se para os devidos efeitos que **Ana Maria Mano Costa**, portadora do CC 15331242, foi voluntária hospitalar pela Liga Portuguesa Contra o Cancro, no Instituto Português de Oncologia (IPO) Lisboa, de Maio de 2015 a Novembro de 2018.

Lisboa, 9 de Dezembro de 2020

Paula Fonseca

LISBOA





6. Participação comunitária internacional

A. Membro Medical International Volunteers, Thessaloniki - Grécia [2018-2019]



Medical Volunteers International e.V. - Elebeken 8 - 22299 Hamburg

To whom it may concern

Hamburg, dated 29. October 2019

Dear Ana,

We herewith confirm your volunteering in Thessaloniki/Greece with Medical Volunteers International e.V. as a medical student in our medic team:

Name: Ana Maria Mano Costa

Start: 28th August - 2018

End: 14th September - 2018

Start: 30th January - 2019

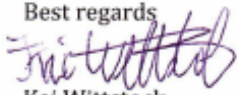
End: 14th February - 2019

Speciality/clinical area - general refugee medicine in a mobile clinic
In the Diavata camp and in a Community Center.

Name of Supervisor - Rosemarie Hansen
Team-Coordinator

We are happy to have you in our team and hope to welcome you again

Best regards


Kai Wittstock
Founder & Chairman



MEDICAL VOLUNTEERS
INTERNATIONAL

Elebeken 8 | 22299 Hamburg | Germany
tel +49 40 - 18198401
fax +49 40 - 18160199
info@medical-volunteers.org

Medical Volunteers International e. V.
Elebeken 8 - 22299 Hamburg
GERMANY

Tel: +49 40 18198401
Fax: +49 40 18160199
www.medical-volunteers.org

Register Hamburg VR23761

Kai Wittstock
Volunteer Coordination
Freiwilligenkoordination

Tel: +49 172 4508736
volunteers@medical-volunteers.org

Spendenkonto/donations account
GLS BANK
DE08 4306 0967 2076 0779 00
GENODEM1GLS

paypal.me/medicalvolunteers

JUST HELP!

www.medical-volunteers.org
info@medical-volunteers.org

Register Hamburg VR23761

Vorstand /Board:
Benjamin Holm, Rose Hansen
Kai Wittstock, Till Gläser

B. Voluntária Equipa d'África [2017]



DECLARAÇÃO

Para efeitos do relatório final do mestrado integrado de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa, faz-se saber que Ana Maria Mano Costa, com o nº CC 15331242, exerceu ações de voluntariado na Associação Equipa d'África, com o NIF 506091570, desde Novembro de 2016 até Outubro de 2017. As ações de voluntariado consistem em reuniões semanais de formação, fins-de-semana de voluntariado com diversas entidades parceiras, bem como um período de duas semanas a dois meses de voluntariado missionário em Portugal ou Moçambique.

Lisboa, 08 de Junho de 2021

A Presidente

Ana Catarina Mendes
Presidente da Associação Equipa d'África
NIF 506091570
geral@equipadafrika.com | www.equipadafrika.com
962286692

Associação Equipa d'África – ONGD sem fins lucrativos
Morada: Praça da Estrela nº 12 1200-667 Lisboa, NIPC: 506091570, Tel. 962286692
<https://www.facebook.com/equipadafrika>

7. Publicações

- A. Guia Contra a Discriminação na Saúde 2ª edição [capa], Grupo de Direitos Humanos e Ética Médica da Associação Nacional de Estudantes de Medicina [2020]

