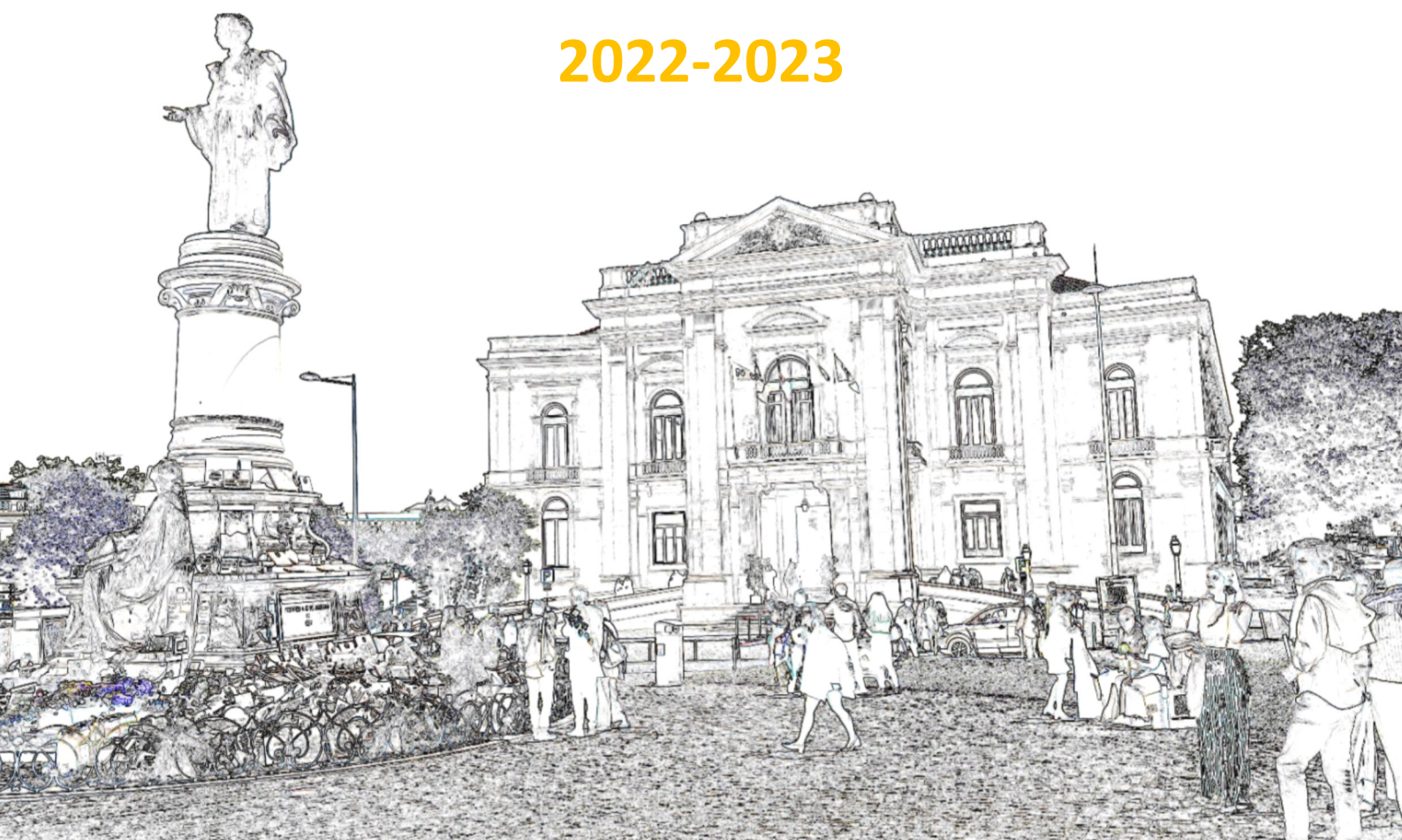


Relatório Final

Estágio Profissionalizante

2022-2023



Laura Carlotta Silva Plähn | 2017274

Regente: Professor Doutor Rui Maio

Orientador: Professor Doutor Joaquim Gago

“It’s still magic even if you know how it’s done”

Terry Pratchett, em *A Hat Full of Stars*

Agradecimentos

Antes de mais, agradeço aos meus pais, Aida e Thomas. Agradeço-lhes pelo amor imensurável com que sempre me rodearam, pelos sacrifícios que fizeram pela minha felicidade, pela dedicação na minha educação, pelos momentos simples da vida e por serem os melhores pais do mundo. Ser vossa filha enche-me o coração. Obrigada!

À avó Maria Eugénia, uma mulher forte e inabalável, enfermeira especialista em ginecologia e obstetrícia, que, desde cedo, me incutiu o bichinho da saúde da mulher. Obrigada pelo apoio ao longo destes anos.

An Oma Lisa für die Geduld, die Zuneigung und die Liebe. Danke dass du immer für mich da bist.

Aos meus amigos, especialmente Beatriz, Tiago, Samanta, Cláudia, Margarida, Rita e Teresa, por estarem sempre do meu lado. Obrigada pelos momentos em que choramos e rimos juntos, pelo início e pelo fim desta etapa, mas não da nossa amizade.

Aos monitores, tutores e docentes por me terem guiado com carinho e profissionalismo ao longo destes anos.

Aos doentes, por me terem ensinado humildade no seu maior momento de fragilidade.

E, por fim, agradeço a Santana, que será sempre a minha segunda casa!

Índice

Lista de abreviaturas

Introdução e Objetivos	1
Atividades Desenvolvidas	1
Estágio parcelar de Saúde Mental	1
Estágio Parcelar de Medicina Geral e Familiar	2
Estágio Parcelar de Pediatria	2
Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia	3
Estágio Parcelar de Cirurgia	3
Estágio Parcelar de Medicina Interna	4
Elementos Valorativos	5
Estágio Opcional de Ginecologia e Obstetrícia	5
<i>Erasmus: Charité – Universitätsmedizin Berlin</i>	5
Reflexão Crítica	6
Anexo 1 – Trabalhos realizados.....	I
Anexo 2 – Atividades Complementares de Cirurgia	II
Anexo 3 – Atividades Complementares de Medicina Interna	III
Anexo 4 – Estágio Opcional de Ginecologia e Obstetrícia	IV
Anexo 5 – <i>Erasmus: Charité – Universitätsmedizin Berlin</i>	V
Anexo 6 – Palestra: “Emergências Médicas Hospitalares”	VI
Anexo 7 – Palestra: “Medicina de Catástrofe e Emergência”	VII
Anexo 8 – Palestra: “Como Manter a Saúde Mental durante a Quarentena?”	VIII
Anexo 9 – Palestra: “SOU MÉDICO/A! E agora?”	IX
Anexo 10 – Palestra: “Câncer do Ovário: a Importância de Lhe dar Voz”	X
Anexo 11 – Voluntariado: Hospital da Bonecada	XI
Anexo 12 – Conferência iMED 14.0 + <i>Workshops</i>	XII
Anexo 13 – Conferência FutureMD 5.0.....	XIII

Lista de abreviaturas

AVC – Acidente Vascular Cerebral

CG – Cirurgia Geral

CSP – Cuidados de Saúde Primários

CVS's – cateteres venosos centrais

GO – Ginecologia e Obstetrícia

HDE – Hospital de Dona Estefânia

HFAR – Hospital das Forças Armadas

HSFX – Hospital de São Francisco Xavier

HSM – Hospital de Santa Marta

HTA – Hipertensão Arterial

IFG – Internato de Formação Geral

INEM – Instituto Nacional de Emergência Médica

MAC – Maternidade Dr. Alfredo da Costa

MCDT's – Meios Complementares de Diagnóstico

MGF – Medicina Geral e Familiar

MI – Medicina Interna

MIM – Mestrado Integrado em Medicina

NMS|FMC – NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas

PCA – Perturbação do Comportamento Alimentar

PNA – Prova Nacional de Acesso

SNG – Sonda Nasogástrica

SNS – Serviço Nacional de Saúde

SOAP – Subjetivo, Objetivo, Avaliação, Plano

SU – Serviço de Urgência

UC – Unidade Curricular

USF – Unidade de Saúde Familiar

Introdução e Objetivos

No último ano do curso, os estágios preveem uma maior integração dos alunos nas equipas prestadoras de cuidados. Assim, é fomentado o trabalho em equipa e maior inclusão dos alunos na prática clínica.

No 6.º ano estão incluídas as áreas mais transversais da Medicina. Os pilares incluem o estudo e treino da Medicina Interna e Cirurgia. É focada a Saúde Mental, área importante dada a sua transversalidade, e a Pediatria e a GO, que abrangem vastas populações, algumas de extrema fragilidade. MGF é a base da Medicina graças ao seu foco na prevenção da doença e educação das populações. Centrei o meu estudo nestas áreas que, pela sua abrangência, pressupõe a revisão de conhecimentos previamente adquiridos.

Para poder tirar maior proveito deste ano letivo e das oportunidades, estabeleci alguns objetivos orientadores gerais. Após reflexão e com base na leitura de “O Licenciado Médico em Portugal”¹ e de “Learning Objectives for Medical Student Education”², estabeleci os principais objetivos para o 6.º ano: **1) Rever e consolidar os conhecimentos teóricos previamente adquiridos, com vista ao IFG; 2) Aperfeiçoar a minha capacidade de recolha e gestão de informação; 3) Compreender e respeitar o papel dos outros profissionais e a necessidade de colaboração; 4) Interagir e comunicar de forma eficaz, honesta e íntegra com os doentes e familiares; 5) Recolher dados clínicos e realizar um exame objetivo direcionado; 6) Treinar procedimentos práticos com supervisão; 7) Distinguir situações não urgentes das urgentes e emergentes.**

Neste relatório exponho, de forma estruturada e pessoal, a minha experiência no 6.º ano do MIM. Vou analisar cada estágio, salientar algumas particularidades que considero relevantes e apresentar alguns elementos que penso terem valorizado o meu percurso. Por fim, reflito de forma crítica sobre este ano, faço um balanço dos estágios e sugestões que considero pertinentes.

Atividades Desenvolvidas

Estágio parcelar de Saúde Mental

Período	Coordenador	Tutora	Local	Rácio
06-09-2022 a 30-09-2022	Prof. Doutor Miguel Cotrim Talina	Dr.ª Sandra Pires	HDE	1:1

Vi Pedopsiquiatria como uma oportunidade de aprender algo de novo. Não só me fascinou a população intrinsecamente mais fragilizada, como também as situações familiares complicadas. Propus os seguintes objetivos: I) Integrar a equipa de profissionais de saúde e compreender o modo de trabalho interdisciplinar; II) Observar e interiorizar técnicas de comunicação aplicáveis em diferentes contextos e populações-alvo. O meu estágio clínico no Internamento decorreu durante 2 semanas, acompanhando vários profissionais.

¹ Victorino, R.; Jollie, C.; Mckimm J. (2005). O Licenciado Médico em Portugal – Core Graduates Learning Outcomes Project; Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa.

² (1999). Learning Objectives for Medical Student Education— Guidelines for Medical Schools: Report I of the Medical School Objectives Project. Journal of the Association of American Medical Colleges, 74(1), 13–18.

Assisti a reuniões familiares e entrevistas clínicas, que me surpreenderam pela assertividade de comunicação com os familiares e os jovens. Diariamente assisti a reuniões multidisciplinares de discussão de doentes, que uniformizavam as ações de todos. Saliento a coesão e a fácil articulação das equipas, habilitando este serviço a adaptar-se a utentes com diferentes necessidades. Contactei com 22 jovens (6-18 anos), com PCA como diagnóstico principal. Nas 2 semanas de ensino remoto redigi 2 histórias clínicas e 6 vinhetas (Anexo 1), que me permitiram consolidar e estudar novos conteúdos focados ao longo do estágio presencial.

Estágio Parcelar de Medicina Geral e Familiar

Período	Coordenador	Tutora	Local	Rácio
03-10-2022 a 28-10-2022	Prof. Doutor Daniel Pinto	Dr.ª Diana Ferreira	USF Linha de Algés	1:1

Por ser uma área tão abrangente e com grande leque de patologias, as minhas expectativas foram muito altas, pelo que estabeleci estes objetivos: I) Aprender técnicas de condução de consulta, considerando o tempo disponível; II) Familiarizar-me com as plataformas eletrónicas em CSP; III) Praticar técnicas e procedimentos.

Como realizei o estágio com a coordenadora da USF, adquiri conhecimentos médicos e organizacionais. Durante o estágio, contactei com 117 utentes (6 meses-93 anos), com HTA como patologia principal. Nas diferentes consultas, apercebi-me da dificuldade de cumprir o tempo estipulado. Tanto o médico como o doente têm assuntos para abordar e a conjugação das agendas torna-se muitas vezes difícil. Assim, a observação de técnicas de condução de consulta foi das aquisições mais importantes deste estágio.

Outra mais-valia foi a aplicação repetida do esquema SOAP, que me permitiu estruturar melhor entrevistas e registos clínicos, também nos estágios seguintes. O bom ambiente e o trabalho em equipa permitiram um acompanhamento apertado, repleto de profissionalismo e disponibilidade, que tornaram este um dos melhores estágios. Assisti a reuniões de serviço, consultas de enfermagem e visitas domiciliárias. Nestas, percebi a importância de os utentes serem compreendidos na sua esfera social, cultural e económica para uma melhor estruturação do plano terapêutico e de seguimento. As diferentes consultas médicas contribuíram muito para a minha formação, apesar de ter tido poucas oportunidades de treino de técnicas como o exame ginecológico. Como avaliação fora do estágio, fiz apresentação de um caso clínico (Anexo 1).

Estágio Parcelar de Pediatria

Período	Coordenador	Tutora	Local	Rácio
31-10-2022 a 25-11-2022	Prof. Doutor Luís Varandas	Dr.ª Catarina Diamantino	HDE	1:1

Para este estágio defini os seguintes objetivos: I) Incorporar dados culturais e sociais no plano de seguimento; II) Identificar urgências/emergências pediátricas; III) Comunicar eficazmente com doentes e acompanhantes. Maioritariamente assisti a consultas de especialidade, mas também realizei outras atividades.

Nas 27 consultas de Endocrinologia, 12 de Diabetes e 10 de Imunoalergologia, percebi melhor diversas patologias e a importância da formulação de planos de seguimento que considerem as características

individuais das famílias. Para colmatar a falta de oportunidade para praticar exame objetivo e anamnese, pedi para acompanhar doentes em internamento de Infecçiology (8) e de Cirurgia Cardíaca (5). Por fim, foi no SU (47) que adquiri mais conhecimentos: o grande leque de doenças, idades e contextos foram muito esclarecedores para estratificar gravidade, estudo etiológico e elaboração de plano terapêutico. Apresentei ainda uma revisão teórica de um caso clínico de internamento (Anexo 1).

Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia

Período	Coordenadora	Tutora	Local	Rácio
28-11-2022 a 03-01-2023	Prof. Doutora Teresinha Simões	Dr.ª Helena Pereira	HSFX	1:2

Por gostar de GO, as minhas expectativas para este estágio foram muito altas. Os objetivos foram: I) Compreender o acompanhamento de gravidez de alto risco; II) Compreender diferentes técnicas de diagnóstico pré-natal; III) Treinar exame objetivo mamário, ginecológico e obstétrico; IV) Realizar colheitas para colpocitologia; V) Aprender técnicas de desinfeção e circulação no Bloco Operatório.

Não tendo sido um estágio acompanhado pela tutora, procurei de forma autónoma atividades junto de outros profissionais. Ao longo do estágio, contactei com 77 doentes (20-83 anos). Na Obstetrícia, acompanhei doentes na consulta externa, ecografias obstétricas e consultas de diagnóstico pré-natal. Infelizmente, não assisti a consultas de gravidez de alto risco. No fim, apresentei uma revisão teórica sobre hemorragias no 3.º trimestre da gravidez (Anexo 1). Em Ginecologia, vi doentes na enfermaria, na consulta externa e de patologia do colo, nas histeroscopias e participei como 2.ª ajudante numa histerectomia. Não tive oportunidade de fazer colheitas para colpocitologia, treinar exame mamário e ginecológico, medir alturas uterinas e auscultar de focos fetais. Assim, inscrevi-me num estágio opcional na MAC para colmatar estas lacunas (Anexo 4).

Estágio Parcelar de Cirurgia

Período	Coordenador	Tutores	Local	Rácio
16-01-2023 a 10-03-2023	Prof. Doutor Rui Maio	Dr.ª Sara Brás Dr. Pedro Maurício	HFAR	1:3

Realizei este estágio no Hospital das Forças Armadas para contactar com uma instituição com população-alvo e objetivos diferentes. Por constrangimentos pandémicos, este foi o meu 1.º contacto com a especialidade. Destaco os seguintes objetivos: I) Escrever registos clínicos de forma clara, abrangente e objetiva; II) Distinguir situações clínicas não-cirúrgicas das com indicação cirúrgica eletiva ou urgente; III) Conhecer a linguagem e terminologia cirúrgicas; IV) Saber executar as técnicas de Pequena Cirurgia mais comuns; V) Aprender técnicas de desinfeção e circulação dentro do Bloco Operatório; VI) Aprender diferentes técnicas de sutura.

Pude participar em muitas cirurgias, tanto em contexto de Ambulatório, Pequena Cirurgia e Bloco Operatório Central. Assisti a 14 cirurgias e participei em 11 como 1.ª e 2.ª ajudante, maioritariamente hernioplastias inguinais. Pedi ainda para assistir a cirurgias nas áreas de Urologia, de Endocrinologia e de Oftalmologia.

Assisti a diversas formações para médicos internos e reuniões: de decisão terapêutica oncológica (que me surpreenderam pela eficiência) e das especialidades cirúrgicas (com discussão breve dos doentes internados).

Acompanhei ainda doentes na enfermaria: aprendi a escrever registos mais sintéticos, participei nas visitas médicas e aprendi técnicas de cuidado de feridas (remoção de agafos e colocação de pensos). As consultas de CG e Senologia foram importantes, tanto pela variedade de doenças como pelo treino de exame objetivo.

Por não ter tido contacto prévio com a Gastroenterologia, pedi para acompanhar especialistas desta área. Vi 9 endoscopias digestivas altas, 8 colonoscopias totais e 1 mucosectomia. A atitude pedagógica dos médicos desenvolveu as minhas competências práticas, com treino de 5 toques retais e manipulação do endoscópio.

Uma desvantagem do estágio no HFAR é a falta de SU permanente. Isto limitou o meu contacto com doenças na fase inicial e o raciocínio de diagnósticos diferenciais. Para colmatar esta falha, pedi ao Dr. Pedro Maurício para o acompanhar no SU do Hospital Barreiro-Montijo. Foi um momento de aprendizagem muito profícuo porque o Dr. Pedro transmitiu muitos conhecimentos práticos e fomentou o raciocínio clínico. No SU, tive a oportunidade de atender um doente com um abscesso retroauricular e de proceder à sua drenagem. Fico grata pelo voto de confiança. Ao longo destes 2 meses, contactei com 170 doentes (20-94 anos).

Uma grande mais-valia na organização deste estágio parcelar foi a inclusão de *workshops* e simulações (Anexo 2), que ajudaram a desenvolver as minhas competências práticas num ambiente seguro e controlado. Apresentei ainda uma revisão teórica com base num caso clínico no Mini-Congresso de Cirurgia (Anexo 1).

Estágio Parcelar de Medicina Interna

Período	Coordenador	Tutora	Local	Rácio
13-03-2023 a 12-05-2023	Prof. Doutor Rui Maio	Dr.ª Teresa Romão	Hospital Egas Moniz	1:1

Para o último estágio parcelar salientei os objetivos: I) Comunicar de forma clara e objetiva com outros profissionais de saúde; II) Aprender a organizar a lista dos problemas dos doentes; III) Escrever diários clínicos, notas de admissão e de alta; IV) Distinguir as situações clínicas não urgentes das urgentes e emergentes.

O estágio foi muito bem estruturado. Todas as manhãs os doentes eram divididos e eu estava encarregada de acompanhar 1-3 doentes (ao todo 13, acompanhando alguns até à alta). Isto incluía a observação dos doentes, monitorização dos sinais vitais, escrita de registos e requisição e interpretação de MCDT's. Considero que houve um excelente equilíbrio entre independência proporcionadora de aprendizagem e um bom acompanhamento profissional para orientação clínica e esclarecimento de dúvidas. Inicialmente, senti alguma dificuldade na hierarquização dos problemas dos doentes, mas com o passar das semanas comecei a estruturar melhor as informações incluídas nos registos. Redigi 4 notas de admissão, 4 notas de alta, observei 1 paracentese, realizei 8 gasometrias e 2 punções venosas (já treinadas em *Erasmus* na *Charité*).

Nas visitas médicas semanais eram apresentados os doentes internados e formulados planos terapêuticos. Inicialmente, apenas assisti a estas reuniões e, a partir da 3.ª semana, apresentei os doentes vistos por mim. Aqui aprendi a transmitir informação médica de forma clara para outros profissionais. Assisti a 4 consultas, mas não me sinto prejudicada, pois foi no Internamento e SU que treinei a maioria das competências.

As 8 idas ao SU HSFx foram muito importantes. Acompanhei 5 internas, pelo que observei várias abordagens e atitudes. Contactei com 41 doentes (25-102 anos). Os sintomas que mais motivaram ida ao SU foram disúria, cefaleia e dispneia. Observei semiologias clássicas e menos clássicas de diferentes doenças, refleti sobre a abordagem inicial e participei na discussão do plano. Os *workshops* foram muito úteis na revisão de temáticas (Anexo 3). Apresentei ainda uma revisão sobre a abordagem ao doente com AVC isquémico (Anexo 1).

Elementos Valorativos

Estágio Opcional de Ginecologia e Obstetrícia

Período	Coordenadora	Local	Rácio
15-05-2023 a 26-05-2023	Dr.ª Teresinha Simões	Maternidade Dr. Alfredo da Costa	1:1

Como no estágio de GO não treinei gestos práticos, inscrevi-me neste estágio opcional na MAC. Durante 2 semanas acompanhei vários profissionais (Anexo 4), tendo um contacto diversificado com várias vertentes. Saliento o contacto com o robô cirúrgico *DaVinci* numa histerectomia e anexectomia bilateral e quando participei como 2.ª ajudante numa cesariana, que ficou no meu coração. Colmatei as falhas do estágio parcelar, com treino de 4 exames mamários, 9 exames ginecológicos, realização de 3 colpocitologias, medição de 8 alturas uterinas e auscultação de 12 focos fetais.

Erasmus: Charité – Universitätsmedizin Berlin

No ano letivo 2021-2022 decidi sair da minha zona de conforto e completar 16 semanas de estágio clínico na *Charité – Universitätsmedizin Berlin* (Anexo 5). Por Alemão ser a minha língua materna e as equipas terem grande falta de médicos, fui inteiramente integrada, permitindo-me aproveitar estes estágios ao máximo.

Os 4 estágios hospitalares que realizei (Hematologia & Oncologia, Anestesiologia em cuidados intensivos, Dermatologia e Nefrologia) foram inteiramente práticos, com 9h de trabalho diárias. Assim, os dias estavam repletos de colheitas de sangue e hemoculturas, colocação de acessos venosos periféricos, admissão de doentes no internamento e apresentação destes em visita médica diária. Dependendo da especialidade, também pertencia às minhas tarefas a realização de ecografias e de biópsias cutâneas, a canalização de *implantofix* e a apresentação de artigos de revisão sobre temáticas relevantes para o serviço.

Estes 4 meses foram muito enriquecedores. Noto que me tornei numa pessoa mais confiante nas minhas ações, mais aberta na interação com os doentes e os colegas. A nível profissional foi muito desafiante, com um ritmo de trabalho intenso, já que o médico na Alemanha tem também tarefas que cá estão alocadas a enfermeiros e acresce muito trabalho burocrático devido ao fraco desenvolvimento digital no Hospital.

Palestras, Voluntariado e Congressos

Participei em várias atividades que considerei relevantes do ponto de vista pessoal e profissional. Inscrevi-me em palestras que focaram temáticas pouco desenvolvidas no curso (Anexos 6 e 7), outras que contribuíram

para o meu desenvolvimento pessoal (Anexos 8 e 9) e uma que tem interesse especial para mim (Anexo 10). Participei também no Hospital da Bonecada (Anexo 11), onde pude aplicar algumas estratégias de comunicação adquiridas no estágio de Pediatria, e observei a facilidade com que as crianças quebram a barreira do desconhecido e do medo. Por fim, saliento os congressos em que participei: ● o *iMED*, que me proporcionou palestras sobre temas incríveis, a competição *Clinical Mind* e os *workshops*, em que aprendi técnicas de sutura e de assistência ao parto eutócico e distócico (Anexo 12); ● o *FutureMD* em que refleti sobre *Burnout*, Medicina na era digital, um futuro no INEM, entre outros (Anexo 13).

Reflexão Crítica

Feita a exposição das minhas experiências, reflito agora de forma crítica sobre os acontecimentos, à luz dos objetivos traçados. Em cada estágio, procurei **rever e consolidar os conhecimentos teóricos previamente adquiridos** e **aperfeiçoar a minha capacidade de recolha e gestão de informação** de modo a ter melhor preparação para o Internato de Formação Geral. O grande leque de diagnósticos que observei durante os estágios ajudou a guiar a minha revisão. Assim, para um estudo mais estruturado e aprofundado, recorri a livros de especialidade, a *Guidelines* nacionais e internacionais e a artigos publicados. Porém, em urgências intra e extra-hospitalares, especialmente enquanto estudante, é importante saber como e onde pesquisar com segurança. Felizmente, a NMS|FCM disponibilizou o acesso gratuito às plataformas *Amboss* e *UpToDate*. Estes recursos foram essenciais durante os estágios, especialmente no SU, por me permitirem recolher e gerir informações de forma eficaz, dando-me mais segurança na prestação de cuidados de saúde.

Passo agora para um tema que considero essencial para a boa prestação de cuidados. Em todos os estágios constatei com satisfação a abordagem multidisciplinar e a colaboração entre profissionais de saúde de diferentes grupos. Para cumprir o objetivo de **compreender e respeitar o papel dos outros profissionais e a necessidade de colaboração**, observei atentamente as interações entre as equipas. Esforcei-me sempre por manter um bom ambiente de trabalho, pautado pela boa comunicação, interajuda e respeito. Especialmente no hospital, com grande variedade de equipas e métodos de trabalho, é essencial manter o respeito e cordialidade, só assim se consegue trabalhar em prol do doente. Para se formar uma relação terapêutica médico-doente é importante **interagir e comunicar de forma eficaz, honesta e íntegra com os doentes e familiares**. Os estágios de MI e MGE foram os que mais contribuíram para o desenvolvimento das minhas capacidades de comunicação, uma vez que muitas vezes ficava responsável por explicar aos doentes e familiares o plano terapêutico, na presença da tutora. Porém, os momentos com maior impacto foram as conversas diárias e aparentemente banais. Recordo o caso de uma doente com 12 dias de recusa alimentar, que, após várias conversas sobre a sua vida, os filhos e a SNG, concordou tentar comer. O momento em que a senhora sorriu após comer meia tigela de papa encheu-me o coração. O impacto que a empatia e o tempo podem ter. Este deve ser o nosso papel, a promoção da humanização dos cuidados de saúde.

Essencial para o exercício clínico é ainda a capacidade de **recolher dados clínicos e realizar um exame objetivo direcionado, treinar procedimentos práticos com supervisão e distinguir situações não urgentes das urgentes e emergentes**. Assim, tentei ser o mais proativa possível em todos os estágios.

Em MI, tive ampla oportunidade para cumprir estes objetivos, com a realização diária de anamnese e exame objetivo com aprendizagem de novas técnicas. Para além disto, tive a oportunidade de treinar gasometrias e punções venosas, e assistir à realização de uma paracentese. A repetição destes gestos é essencial para a sua interiorização e fácil realização em contextos como o SU. Sob a tutela da Dr.^a Teresa Romão, este foi um dos melhores estágios da faculdade, tendo as minhas expectativas sido totalmente superadas.

Em paralelo, o estágio de CG foi dos mais educativos que tive. As oportunidades para treinar anamnese, exame objetivo, gasometrias, suturas, técnicas de penso e participação em cirurgias foram muitas. A distinção entre situações urgentes e não urgentes também se tornou mais clara durante estes 2 meses, pelo acompanhamento de doentes na enfermaria e nas consultas. Estranhamente, verifiquei que o acesso a consultas, pedidas diretamente pelo doente, era imediato. Estes recursos poderiam ser disponibilizados ao SNS. Infelizmente, não usufruí de todas as ofertas que o estágio no HFAR normalmente proporciona. Por falhas repetidas na organização, e apesar de vários pedidos, não fui possível visitar o Centro de Medicina Subaquática e Hiperbárica. Outra dificuldade que senti foi a falta de cooperação das chefias, criando situações em que os alunos não sabiam quem acompanhar no dia a dia, com outras falhas de comunicação frequentes. Ainda assim, aprendi muito, pelo que faço um balanço positivo deste estágio.

No estágio de MGE com a Dr.^a Diana Ferreira, tive oportunidade de adquirir conhecimentos que não aprendi em mais nenhum estágio. Não só compreendi a importância de uma boa gestão de tempo, como aprendi técnicas para a por em prática. Observei a importância de uma boa relação médico-doente, caracterizada por respeito e confiança, e pratiquei a prescrição racional de medicação, aliada à formulação de um plano dirigido às necessidades de cada utente. As consultas de Doença Aguda/Intersubstituição foram das minhas preferidas, por me exporem repetidamente a situações diferentes, com constante treino de distinção de situações urgentes com encaminhamento para SU, das não urgentes com acompanhamento na USF. Ademais, as visitas domiciliárias foram importantes para compreender o contexto em que os doentes estão inseridos. Ainda que tenha treinado poucas técnicas práticas, considero que aprendi imenso neste estágio, e percebi melhor a importância de um bom Médico de Família. Apesar destes aspetos muito positivos, critico o método de avaliação deste estágio. Não compreendo como é que, após um mês de estágio com acompanhamento 1:1, metade da avaliação final seja feita com uma apresentação de 15 minutos. O meu estágio foi repleto de trabalho e de dedicação, de aprendizagem e de empenho, que tendo sido reconhecidos no estágio, mas não se refletem na nota final.

Gostei muito do estágio de Pediatria, do acompanhamento próximo que tive, do ambiente de interajuda que vivenciei e da diversidade de patologias que observei. Maioritariamente, acompanhei a tutora em consultas de Endocrinologia, que me permitiram compreender melhor algumas particularidades desta área. Para suprir a pouca prática de exame objetivo durante as consultas, pedi para acompanhar também doentes nas enfermarias de Infecçiology e de Cirurgia Cardíaca. Aqui pude treinar técnicas de anamnese e de exame objetivo adaptadas a idades diferentes e a elaboração de registos clínicos. Já no SU, pude observar uma grande variedade de patologias, com diferentes níveis de gravidade, acompanhando a minha tutora na gestão dos assuntos médicos e hospitalares.

Em GO tive um estágio parcelar desorganizado. Ao não acompanhar diretamente a tutora e não ter tarefas claramente definidas, tive de procurar diariamente atividades junto de outros profissionais de saúde, o que resultou numa enorme perda de tempo e de oportunidades. Assim, não pude treinar técnicas de exame objetivo e anamnese que um aluno do 6.º ano do MIM deveria ser capaz de realizar. Para colmatar estas falhas, inscrevi-me num estágio opcional na MAC. Aqui pude treinar diferentes aspetos do exame objetivo, técnicas da área da Ginecologia e da Obstetrícia e acompanhar vários tutores nas suas tarefas. Em 2 semanas consegui ver e fazer muito mais do que no estágio parcelar de 4 semanas.

Constrangido pela baixa componente clínica, o estágio de Saúde Mental contribuiu pouco para o treino de competências práticas, apesar de ter fomentado o meu raciocínio clínico, em especial na identificação de situações com necessidade de atuação urgente. Ainda assim, tive contacto próximo com os profissionais, com as suas tarefas e preocupações. Consegui compreender algumas lacunas na prestação de cuidados pedopsiquiátricos. Poderiam ser criados programas de acompanhamento parental e centros de dia para jovens com PCA para, a partir de uma determinada etapa terapêutica, poderem ir para casa ao fim do dia.

Feita esta análise, considero ter cumprido, ao longo de todos os estágios, os objetivos gerais e específicos a que me propus. As palestras a que assisti alargaram os meus horizontes. O voluntariado e as visitas domiciliárias mostraram-me a importância da proximidade com as populações. As conferências em que participei fomentaram a minha curiosidade e sentido de camaradagem. Ainda assim, o elemento que mais valorizou o meu percurso foi o trabalho na *Charité*, que serviu de base para estes estágios. Este foi um ano repleto de estudo, de aperfeiçoamento de competências e de aprendizagens. Foi também um ano de felicidade, de esperança e de saudade. A faculdade acabou. Termino o 6.º ano com a sensação de que todo o tempo é pouco para aprender. Agora, mais que nunca, o meu futuro vai depender de mim. Farei todos os possíveis para corresponder às expectativas da sociedade em que me insiro, e às minhas. Constato, com satisfação, que a minha faculdade me preparou bem. Que, apesar de ocasionais incertezas e lacunas no conhecimento que só o tempo, estudo e prática vão ajudar a colmatar, me sinto capacitada para continuar os meus estudos no Internato de Formação Geral.

Anexo 1 – Trabalhos realizados

Estágio Parcelar	Trabalhos realizados	Contextualização	Co-autores
Saúde Mental	2 Histórias Clínicas 6 Vinhetas Clínicas	Ensino remoto	-/-
Medicina Geral e Familiar	“Caso Clínico – SSJ”	Doente seguida em consulta com Síndrome de <i>Schwartz-Jampel</i>	-/-
Pediatria	“Complicações da Sinusite Aguda – Caso Clínico”	Doente internado com suspeita de Tumor de <i>Potts</i>	Beatriz Alves, Cláudia Figueiredo, Samanta Alves
Ginecologia e Obstetrícia	“Hemorragias no 3.º Trimestre”	Importância de reconhecimento e gestão destas emergências obstétricas	Diogo da Silva de Campos
Cirurgia	“Colangite Aguda – Quando o Inesperado Acontece”	Doente internado com Síndrome de <i>Lemmel</i>	Margarida Palermo, Vilma Saruga
Medicina Interna	“Abordagem prática ao doente com AVC isquémico”	Abordagem ao AVC isquémico com especial foco no contexto de internamento no Hospital de Egas Moniz	Beatriz Alves, Samanta Alves

Anexo 2 – Atividades Complementares de Cirurgia



Certificado

Pelo presente se certifica que

LAURA CARLOTTA SILVA PLÄHN

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 19 e 20 de Janeiro de 2023.

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



Certificado de
participação

Laura Carlotta Silva Plähn

Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Janeiro 2023

Presencial | 24 de Fevereiro de 2023 | 3 horas

Código de certificado: C-63baaddf04267

Hospital da Luz Learning Health • hospitaldaluz.pt/learninghealth
Avenida Lusitana, 100, Edifício C, Piso -1 • 1500-650 Lisboa • Portugal
T. +351 217 104 544 • M. +351 967 072 745 • E. learninghealth@hospitaldaluz.pt

LUZ SAÚDE

Anexo 3 – Atividades Complementares de Medicina Interna



Certificado

Certificamos que **Laura Carlotta Silva Plähn, N° 2017274**, participou no Workshop intitulado *Alterações do equilíbrio ácido base*, no dia 29 de março de 2023, pelo Professor Doutor Pedro Póvoa, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Professor Doutor Pedro Póvoa



Certificado

Certificamos que **Laura Carlotta Silva Plähn, n° 2017274**, participou no Workshop intitulado *Decisões de Fim de Vida*, no dia 19 de abril de 2023 pela Dra. Camila Tapadinhas, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Dra. Camila Tapadinhas

Anexo 4 – Estágio Opcional de Ginecologia e Obstetrícia



FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

Mestrado Integrado em Medicina

Unidade Curricular Estágio Clínico Opcional – 6.º ano

Nome do Aluno:

Laura Carlotta Silva Plähn

Serviço de:

Ginecologia e Obstetrícia – Maternidade Dr. Alfredo de Costa

Data	Atividade Realizada	Rúbrica do Tutor
<u>15/05/2023</u>	<u>Consulta Ginecologia</u>	
<u>16/05/2023</u>	<u>Consulta de Oncologia</u>	
<u>17/05/2023</u>	<u>Cirurgia Robótica</u>	
<u>18/05/2023</u>	<u>Serviço de Urgência</u>	
<u>19/05/2023</u>	<u>Consulta de Oncologia</u>	
<u>22/05/2023</u>	<u>Puerpério</u>	
<u>23/05/2023</u>	<u>Consulta de Gravidez de alto risco (gémeos)</u>	
<u>24/05/2023</u>	<u>Enfermaria de Obstetrícia</u>	
<u>25/05/2023</u>	<u>Consulta de Gravidez Indesejada</u>	
<u>26/05/2023</u>	<u>Serviço de Urgência</u>	

Observações:

31 de Maio de 2023

(assinatura)

NOVA Medical School
Faculdade de Ciências Médicas
Universidade NOVA de Lisboa

6º Ano Mestrado Integrado em Medicina

UC Ginecologia e Obstetrícia

Campo Mártires da Pátria, 130
1169-056 Lisboa - Portugal

www.nms.unl.pt

ECTS - European Community Course Credit Transfer System Transcript Of Records

NAME OF INSTITUTION:	Charité International Cooperation
Faculty/Department of	Charité - Universitätsmedizin Berlin A joint institution of the Humboldt-Universität zu Berlin and the Freie Universität Berlin
Departmental Coordinator:	Prof. Dr. Geraldine Rauch
Institutional Coordinator:	Mr. Lutz Steiner

NAME OF STUDENT:	Laura Carlotta Silva Plähn
Date and place of birth:	10.11.1999 in Stuttgart, Germany
Sending Institution:	Universidade Nova de Lisboa
Matriculation date:	01.04.2022 – 22.07.2022

Module code	Course title or clinical clerkship	Number of ECTS credits	Local Grade	ECTS Grade
F	Clinical Elective in Hematology & Oncology	6,0		
F	Clinical Elective in Anesthesiology	6,0		
F	Clinical Elective in Dermatology	6,0		
F	Clinical Elective in Nephrology	6,0		

Total: 24,0

A clinical elective takes 8 hrs/day (1 h = 60min).
Diploma/degree awarded:None

Berlin, 27.07.2022

L. Steiner


Signature of Institutional Coordinator
Stamp of Institution

EMERGÊNCIAS MÉDICAS HOSPITALARES



Emergências Hospitalares Médicas

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

NOME

Laura Carlotta Silva Plähn

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15004737 1ZZ7

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6165e9b2d6817

Evento

Emergências Hospitalares Médicas

14-10-2021 18:30 → 14-10-2021 20:00 - Duração: 1:30 horas

Gostas de imenso trauma? Mal podes esperar por passar noites inteiras no SU? Se és aluno do 3º-6º ano, esta palestra é para ti!

Convidamos o Professor Doutor Oliveira Martins para nos apresentar casos clínicos sobre as emergências médicas mais frequentes com as quais te podes deparar no estágio!

Anexo 7 – Palestra: “Medicina de Catástrofe e Emergência”



Medicina de Catástrofe e Emergência

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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

NOME

Laura Carlotta Silva Plähn

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15004737 1ZZ7

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ea2f494859e7

Evento

Medicina de Catástrofe e Emergência

27-04-2020 18:30 → 27-04-2020 20:30 - Duração: 2 horas

Guerra, terrorismo biológico, pandemias e agora?

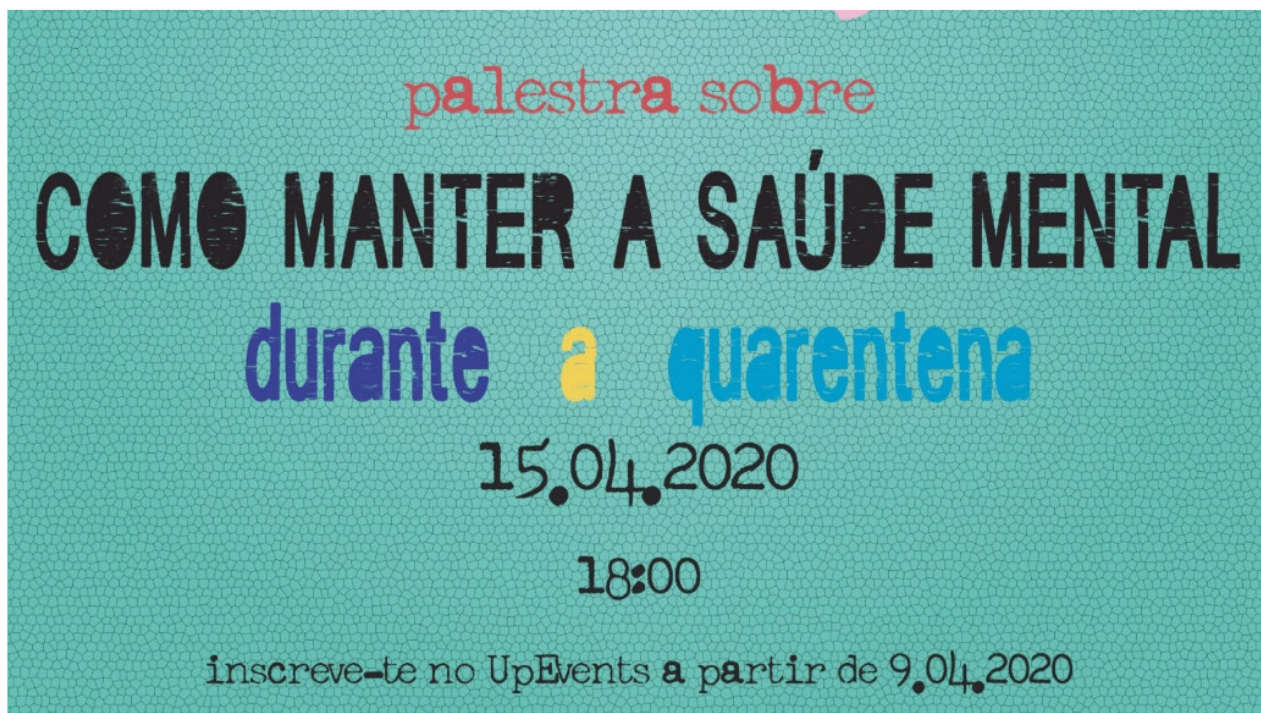
Perante a situação COVID-19, tenho a certeza que o teu interesse pela gestão de recursos humanos e hospitalares em situações de emergência aumentou.

Para respondermos a esse interesse e esclarecermos as tuas dúvidas apresentamos esta palestra, que vai abordar não só a situação atual como também situações de guerra, de fenómenos naturais e atentados com agentes biológicos.

Vamos poder contar com a presença e o conhecimento do Dr. Rui Moreno, médico na Unidade de Cuidados Intensivos Neurocríticos e Trauma no CHULC, no dia 27 de Abril às 18h30 na plataforma Zoom.

Inscribe-te no Upevents dia 23 de Abril a partir das 14h e, no dia da palestra, irás receber um email com o link para o Zoom!

Anexo 8 – Palestra: “Como Manter a Saúde Mental durante a Quarentena?”



Como manter a Saúde Mental durante a Quarentena?

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

NOME

Laura Carlotta Silva Plähn

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15004737 1ZZ7

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5e8f302b559fc

Evento

Como manter a Saúde Mental durante a Quarentena?

15-04-2020 18:00 → 15-04-2020 19:30 - Duração: 1:18 horas

[Into the Mind - Como manter a saúde mental durante a quarentena?]



SOU MÉDICO/A! E agora?

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

NOME

Laura Carlotta Silva Plähn

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15004737 1ZZ7

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6398b3ff07452

Evento

SOU MÉDICO/A! E agora?

13-12-2022 17:30 → 13-12-2022 19:00 - Duração: 1:30 horas

- Quantos anos tem o curso de Medicina?
- 6 anos!

Anexo 10 – Palestra: “Cancro do Ovário: a Importância de Ihe dar Voz”



Cancro do Ovário: a Importância de Ihe dar Voz

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

NOME

Laura Carlotta Silva Plähn

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15004737 1ZZ7

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6463bb56baf5a

Evento

Cancro do Ovário: a Importância de Ihe dar Voz

17-05-2023 18:30 → 17-05-2023 19:30 - Duração: 1 horas

No próximo dia 17 de maio, **quarta-feira**, vamos poder contar com a presença da Dra. Cláudia Fraga, fundadora do **Movimento Oncológico Ginecológico (MOG)**, que irá partilhar connosco o seu testemunho de luta contra o Cancro do Ovário e a criação da primeira associação em Portugal dedicada ao aumento da visibilidade e combate dos cancros ginecológicos.

A palestra terá lugar na sala S2.08 às 18h30.



[MEDICINA] - 22º Hospital da Bonecada Main Event NOITE - GERAL



— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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

NOME

Laura Carlotta Silva Plähn

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15004737 1ZZ7

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-642dd38537cf2

Anexo 12 – Conferência iMED 14.0 + Workshops



iMed Conference® 14.0 Lisbon 2022 | Lectures + Workshops *Early Bird



— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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

NOME

Laura Carlotta Silva Plähn

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15004737 1ZZ7

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-626d8ccab5fe0

Evento

iMed Conference® 14.0 Lisbon 2022 | Lectures + Workshops *Early Bird

12-10-2022 14:00 → 16-10-2022 14:30

iMed Conference® 14.0 Lisbon 2022 | Lectures + Workshops *Early Bird

The iMed Conference® 14.0 | Lisbon 2022 will take place between the 12th and 16th of October at NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas and Teatro Camões.

Atividades frequentadas

Stitching the future, by Johnson

12-10-2022 14:00 → 12-10-2022 18:30

Come learn or perfect your stitching skills with the guidance of general surgeons.

Atividades frequentadas

Popping Babies

13-10-2022 14:15 → 13-10-2022 18:00

In this workshop we will give you insight on what to do during a delivery and make sure you're ready should you have to assist a vaginal delivery yourself



FutureMD 5.0 - Early Tickets

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

NOME

Laura Carlotta Silva Plähn

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15004737 1ZZ7

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-641b6c6c3c7b6

Evento

FutureMD 5.0 - Early Tickets

05-05-2023 15:30 → 07-05-2023 19:00

O FutureMD é um congresso da AENMS cujo principal objetivo é dar-te a conhecer algumas opções para o teu futuro. Neste congresso apresentamos as diferentes carreiras que estão ao teu alcance no fim do curso, nomeadamente diferentes especialidades, carreira como Gestor Hospitalar e até como médico no INEM. Além disso, procuramos sempre abordar temas fraturantes e grandes questões que nos apoquentam como "Onde fazer o Internato de Formação Geral?" ou "Como enfrentar a PNA?". Apresentamos-te também o mundo além fronteiras, para que possas conhecer sobre as possibilidades de especialização no estrangeiro. Espera-se que no fim do evento estejas mais informado sobre a tua formação após a conclusão do Mestrado em Medicina e as várias opções profissionais de que dispões.

O bilhete inclui: Sessões Paralelas (a decorrer no Edifício Sede da NMS); Sessões Plenárias; Sessões de Formação Médica no Estrangeiro; Mesa Redonda; Programa Social.