
Relatório Final

Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas

Joana Raquel da Silva Paraíso - 4 de Julho de 2019



ÍNDICE

Glossário	3
Introdução	4
Síntese das actividades desenvolvidas	5
1. Medicina Interna	5
2. Cirurgia Geral	6
3. Pediatria	6
4. Ginecologia e Obstetrícia	7
5. Saúde Mental	7
6. Medicina Geral e Familiar	8
7. Opcional – Endocrinologia	9
Reflexão crítica	10
Anexos	12
I – Cronograma do ano lectivo 2018/2019	12
II – Trabalhos realizados no âmbito do estágio profissionalizante	12
III – 6ª Jornadas do Departamento de Cirurgia	14
IV – Curso de Antibioterapia	15
V – 7º CADU: Introdução à abordagem do trauma	16
VI – O coração da diabetes	17
VII – Almada Saudável	18
VIII - Curso TEAM	19
IX – Médico ativo-paciente activo	20
X – Congresso Nacional de Estudantes de Medicina (CNEM)	21
XI – Cursos de Estágios Médicos em Férias (CEMEF)	22

Glossário

BO – Bloco Operatório

CPRE – Colangiopancreatografia Retrógrada Endoscópica

EDA – Endoscopia Digestiva Alta

EDB – Endoscopia Digestiva Baixa

HDE – Hospital D. Estefânia

MCDT – Meio Complementar de Diagnóstico e Terapêutica

MIM – Mestrado Integrado de Medicina

QT – Quimioterapia

SU – Serviço de Urgência

UC – Unidade Curricular

Introdução

Para além de ser um direito de todos os cidadãos, a saúde é um dos principais pilares da sociedade, essencial para que tudo o resto funcione de forma correcta. Assim sendo, é fundamental que os estudantes de Medicina tenham a melhor formação possível, tanto a nível teórico como prático.

O Estágio Profissionalizante do 6º ano do Mestrado Integrado de Medicina (MIM) da Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas (NMS|FCM) tem como objectivo preparar os alunos de forma adequada, neste que é o ano de transição entre o papel de estudante e o de profissional. Requer-se que haja um aperfeiçoamento de técnicas de colheita de história clínica e exame objectivo, bem como uma consolidação de conhecimentos científicos e clínicos adquiridos ao longo destes anos. Pretende-se que se saiba identificar e abordar as patologias mais frequentes na população portuguesa mas sempre sem colocar o bem-estar ou a segurança dos doentes em causa. É também crucial aprofundar conhecimentos de medicina preventiva e competências sociais e de comunicação, pois a base dos bons cuidados de saúde está na prevenção e na relação médico-doente. Paralelamente, como o exercício da medicina não se pratica apenas por um único profissional, é indispensável uma boa capacidade de trabalho em equipa.

O presente relatório pretende descrever de forma sucinta as actividades desenvolvidas ao longo deste ano, nomeadamente dos estágios parcelares profissionalizantes. Posteriormente a essa descrição, será feita uma reflexão crítica final, abordando o cumprimento dos objectivos pessoais e específicos dos estágios. São ainda incluídos alguns anexos relativos a actividades desenvolvidas ao longo do curso, cujo principal objectivo foi complementar o conhecimento geral adquirido no percurso académico e adquirir novos conhecimentos nas minhas áreas de maior interesse.

Síntese das actividades desenvolvidas

1. Medicina Interna

A Unidade Curricular (UC) de Medicina Interna no 6º ano do MIM engloba duas vertentes: uma teórica, constituída por seminários semanais, e uma prática que, no meu caso, decorreu no Serviço de Medicina 2.3 do Hospital de Santo António dos Capuchos. Esta última teve a duração de 8 semanas e durante esse período fui tutorada pela Dra. Sofia Pinheiro.

Sendo a Medicina Interna uma especialidade muito abrangente, tive oportunidade de estar presente na enfermaria, em consultas externas, no SU e em sessões e reuniões hospitalares, o que me permitiu contactar com variadas patologias.

Apesar das diversas vivências hospitalares referidas, foi na enfermaria que decorreu a maior parte do meu período de estágio. Realizei exames objectivos, colhi histórias clínicas, elaborei diários clínicos e notas de alta e participei na discussão de pedidos de MCDTs e estabelecimento de terapêutica. Foi-me também dada a oportunidade de transmitir informações aos familiares acerca do estado de saúde dos doentes, o que contribuiu para melhorar as minhas competências comunicativas. No entanto, apesar da autonomia que me foi dada, esta teve sempre supervisão de especialistas do serviço.

É também importante destacar o contacto com a equipa de enfermagem, fisioterapeutas e assistentes sociais, pois permitiu-me compreender ainda mais a importância que a abordagem multidisciplinar e o contacto eficaz entre os profissionais têm para uma evolução positiva de todos os pacientes.

A passagem pelo SU e pela consulta externa revelou-se fundamental para a minha evolução ao nível do raciocínio clínico, para além de que ainda me permitiu familiarizar a dinâmica e funcionamento destas vertentes.

Como parte integrante da avaliação, realizei uma apresentação para o serviço com o tema “Diarreias crónicas”.

2. Cirurgia Geral

O estágio parcelar de Cirurgia Geral foi coordenado pelo Dr. Rui Maio e teve a duração de 8 semanas: 4 semanas de Cirurgia Geral; 2 semanas de estágio opcional e uma semana no Serviço de Urgência.

Nas semanas de Cirurgia Geral estive sob a tutela do Dr. Diogo Albergaria. A maior parte desse período foi passada no bloco operatório, onde assisti e participei em diversas cirurgias electivas, tanto de patologia colo rectal como de herniorrafias. O facto de permitirem aos alunos desempenhar o papel de segundo ajudante foi extremamente positivo, pois permite-nos compreender melhor todos os gestos técnicos dos procedimentos e também relembrar e praticar o processo de desinfeção cirúrgica. Tive também oportunidade de assistir a consultas pré e pós operatórias, bem como avaliar a evolução dos doentes internados na enfermaria.

No estágio opcional, estive no serviço de Gastreenterologia, cuja responsável era a Dra. Marília Cravo. Neste contexto, assisti a inúmeras consultas de gastreenterologia geral, doença inflamatória intestinal e proctologia. Para além disso, também presenciei a realização de várias EDA, EDB e CPRE.

A semana passada no SU foi bastante positiva, tanto para compreender melhor o seu funcionamento bem como a abordagem inicial a um doente neste contexto.

Relativamente à componente teórica deste estágio parcelar, realizei o curso TEAM e participei no Mini Congresso realizado pelos alunos, onde apresentei juntamente com um colega o tema “Papel da QT intraperitoneal no cancro colorretal”.

3. Pediatria

O estágio parcial de Pediatria teve a duração de 4 semanas e, no meu caso, foi realizado no Hospital de D. Estefânia. A minha orientadora foi a Dra. Catarina Diamantino, cuja área de especialidade é a Endocrinologia Pediátrica. Deste modo, a maior parte deste período de um mês consistiu na observação de consultas de obesidade, diabetes, e endocrinologia geral (que engloba alterações de crescimento, desenvolvimento pubertário, patologia tiroideia, etc.). Tive também oportunidade de assistir a consultas do desenvolvimento e de Imunoalergologia. Pude ainda acompanhar a minha tutora no SU, o que foi bastante positivo e enriquecedor para o meu raciocínio clínico, uma vez que me permitiu participar na colheita da história clínica e na realização de exame objectivo de diversas patologias pediátricas.

Assisti à apresentação e discussão de casos clínicos em reuniões semanais e sessões de formação. No Seminário Final apresentei com outros colegas o tema “Avaliação do Crescimento”.

4. Ginecologia e Obstetrícia

O estágio de Ginecologia e Obstetrícia, sob regência da Dra. Teresa Ventura, decorreu no Hospital de S. Francisco Xavier. Teve a duração de 4 semanas, sendo que 2 foram no âmbito da Ginecologia e as restantes no âmbito da Obstetrícia.

Na vertente da Ginecologia, passei pela consulta externa, enfermaria, ecografia e bloco operatório. Na consulta, acompanhei o seguimento, o diagnóstico e a terapêutica de diversas patologias; assisti e colaborei na recolha de história clínica e na realização do exame objectivo ginecológico. Na enfermaria tive a possibilidade de acompanhar e assistir à visita das doentes internadas, tendo observado e realizado colheita de história clínica, exame objectivo, realização de diário clínico, revisão terapêutica e pedido de exames complementares de diagnóstico. A observação da ecografia ginecológica permitiu-me ter uma melhor percepção da abordagem ecográfica sistematizada da estrutura do aparelho reprodutor feminino e do reconhecimento de situações de anormalidade. O BO é uma vertente muito importante da especialidade, especialmente em patologias que não sucumbem ao tratamento médico. Observei e tive possibilidade de participar em algumas cirurgias, desde histeroscopias a exéreses de lesões polipoides.

Relativamente à Obstetrícia, assisti a bastantes consultas de seguimento de gravidez, onde se realizavam diversos procedimentos como a medição da altura uterina; auscultação de batimentos cardíacos fetais; colheita de exsudado para a pesquisa de *Streptococcus B*; etc. Assisti também a consultas de diagnóstico pré natal e de patologia fetal, o que foi muito positivo para mim pois nunca tinha tido contacto com esta área. De realçar as consultas de apoio à fertilidade, onde a relação médico-doente tem um papel muito importante devido a toda a carga emocional que as utentes apresentam. Para além disso, assisti à realização de ecografias dos vários trimestres da gravidez, tanto em grávidas de baixo como de alto risco.

Numa vertente mais teórica, estive presente nas várias reuniões clínicas e, no final do estágio, juntamente com uma colega, apresentamos o artigo “Inositol for the prevention of gestational diabetes: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials”.

5. Saúde Mental

No âmbito da Saúde Mental, o meu estágio decorreu no internamento de Pedopsiquiatria no Hospital de D. Estefânia. Teve a duração de 4 semanas e estive sob a tutela da Dra. Maria Antónia Silva. Durante esse período, acompanhei a minha tutora e outros médicos especialistas em diversas

actividades, desde a entrevista clínica diária com os doentes às reuniões familiares. Para além disso, foi-me permitido integrar algumas das actividades terapêuticas realizadas durante a semana, como a culinária, a psicoterapia, a psicomotricidade e as reuniões comunitárias. Isto foi muito importante e enriquecedor, pois permitiu-me compreender melhor o funcionamento do serviço bem como a importância que as relações pessoais dentro do internamento têm para a evolução clínica dos doentes.

A Unidade de Internamento de Pedopsiquiatria do HDE tem também a seu cargo a Consulta de Ligação, que tem como função dar apoio pedopsiquiátrico aos serviços de internamento e à consulta externa dos serviços pediátricos. Neste contexto, tive oportunidade de assistir a algumas intervenções, nomeadamente restrições alimentares (por hipóteses diagnóstica de perturbações do comportamento alimentar).

Em alguns dias da semana, médicos, enfermeiros e terapeutas de serviço reuniam-se para discutir, com mais pormenor, 4 casos clínicos previamente definidos. Era abordado o plano terapêutico, bem como a progressão de cada paciente. Estes foram momentos de uma enorme aprendizagem, pois a discussão de todo o processo diagnóstico e terapêutico de cada doente contribuiu para o desenvolvimento do meu raciocínio clínico.

Semanalmente, assisti a aulas do internato médico de Pedopsiquiatria.

6. Medicina Geral e Familiar

O estágio de parcelar de Medicina Geral e Familiar teve a duração de 4 semanas e, no meu caso, ocorreu na USF Cova da Piedade (Almada) sob a tutela da Dra. Marta Marquês.

Durante este período, tive oportunidade de assistir a diversas consultas, nomeadamente consultas de Saúde do Adulto, Saúde Infantil e Juvenil, Saúde Materna, Planeamento Familiar e Consulta Aberta. Nestas últimas, observei utentes de forma autónoma, mas sempre supervisionada, tendo tido a oportunidade de conduzir consultas, desde a realização da anamnese ao exame objectivo. Esta autonomia parcial permitiu-me ganhar alguma confiança na abordagem ao doente, bem como desenvolver as minhas capacidades de comunicação e de raciocínio clínico.

Tive também possibilidade de participar em algumas visitas domiciliárias a utentes que, por algum motivo, não têm possibilidades de se deslocar à USF.

Numa das reuniões semanais da equipa, realizei uma apresentação da Norma de Orientação Clínica (NOC) “Modelo de Intervenção Diferenciada no Luto Prolongado em Adultos”, para os 3 grupos profissionais da equipa, focando os pontos mais importantes que devem ser aplicados à prática clínica de Medicina Geral e Familiar.

7. Opcional – Endocrinologia

Como cadeira opcional do 6º ano, optei por realizar um estágio no serviço de Endocrinologia do Hospital de Braga. Isto porque me identifico bastante com a especialidade em questão e porque tive pouco contacto com a mesma durante o curso.

Durante 2 semanas, acompanhei a actividade clínica da Dra. Maria Joana Santos, acabando por cumprir o meu objectivo de vivenciar o dia-a-dia de um especialista desta área. Assim, assisti a consultas de endocrinologia geral (que englobam patologia tiroideia, supra-renal, diabetes, etc.); consultas de obesidade; consultas de diabetes na gravidez e consulta multidisciplinar de tumores da hipófise. Para além disso, tive oportunidade de assistir às reuniões semanais, onde eram realizadas apresentações teóricas e discussão de doentes.

Reflexão crítica

Finalizado este último ano do MIM, torna-se essencial a realização de uma reflexão final de todos estes anos desafiantes. Considero que cumpro a maioria dos objectivos pessoais e específicos propostos inicialmente, apesar de ter ainda algumas falhas e limitações que necessitam de ser limadas no futuro próximo.

Ao longo de todo o Estágio Profissionalizante, mantive-me motivada e com grande vontade de absorver o máximo de competências e aptidões. Relativamente a competências clínicas, considero que foram os estágios de Medicina Interna e de Medicina Geral e Familiar os que mais contribuíram. Isto porque, apesar de toda a ajuda e acompanhamento dos tutores, foi-me dada uma autonomia que nunca tinha tido. Fui integrada totalmente em ambas as equipas, fui valorizada e ouvida, e tive a sorte de ter o acompanhamento de óptimos profissionais que demonstraram prazer e vontade de me ensinar. Nestes estágios, lidei diariamente com diversas patologias, o que me permitiu treinar e melhorar o meu raciocínio clínico em variadas vertentes. Os estágios de Saúde Mental, de Pediatria e também o de Medicina Geral e Familiar, foram muito importantes para o desenvolvimento de aptidões interpessoais. Em todos eles, a relação com os doentes e com os familiares era a base do sucesso terapêutico. Para além disso, tornou-se ainda mais claro para mim que as condições sociais, económicas e familiares devem ser sempre tidas em conta aquando da abordagem de um doente; é essencial que o profissional de saúde nunca se esqueça que tem à sua frente um ser humano, que tem as suas próprias convicções e crenças, que tem sentimentos. Destaco ainda a realização e apresentação dos vários trabalhos, que me permitiu melhorar nas dificuldades que tenho em comunicar perante um público.

No futuro, principalmente no ano de Formação Geral, pretendo melhorar algumas coisas em específico, nomeadamente a realização do exame neurológico; a correcta indicação de realização de MCDTs; a instituição terapêutica mais adequada e ainda melhor a abordagem ao doente e tornar o meu raciocínio clínico mais estruturado. Quero ainda trabalhar para melhorar a minha confiança e auto-estima, acreditar mais nas minhas capacidades e trabalhar também na vertente comunicativa. Para além disto, vou continuar a instruir-me como ser humano, conhecer novas realidades e ter novas experiências, para assim compreender melhor os doentes e ser capaz de me colocar na posição do outro.

Concluindo, apesar de ter tido um percurso algo tortuoso e com altos e baixos, chego ao fim muito feliz e orgulhosa de tudo o que conquistei. Cada vez estou mais certa de que é este o meu caminho

e estou com uma enorme vontade de continuar a evoluir, de continuar a aprender e investir na minha formação, para assim exercer da melhor forma possível esta arte que é a Medicina.

Anexos

I – Cronograma do ano lectivo 2018/2019

Estágio parcelar	Regente	Período	Local	Tutor
Medicina Interna	Prof. Dr. Fernando Nolasco	10/09/2018 – 02/11/2018	Hospital de Santo António dos Capuchos	Dra. Sofia Pinheiro
Cirurgia Geral	Prof. Dr. Rui Maio	05/11/2018 – 11/01/2019	Hospital Beatriz Ângelo	Dr. Diogo Albergaria
Pediatria	Prof. Dr. Luís Varandas	21/01/2019 – 15/02/2019	Hospital de D. Estefânia	Dra. Catarina Diamantino
Ginecologia e Obstetrícia	Prof. Dra. Teresa Simões	18/02/2019 – 15/03/2019	Hospital S. Francisco Xavier	Dr. Rui Gomes
Saúde Mental	Prof. Dr. Miguel Talina	18/03/2019 – 12/04/2019	Hospital de D. Estefânia	Dra. Maria Antónia Silva
Medicina Geral e Familiar	Prof. Dra. Isabel Santos	22/04/2019 – 17/05/2019	USF Cova da Piedade - Almada	Dra. Marta Marquês
Opcional - Endocrinologia	Prof. José Delgado Alves	20/05/2019 – 31/05/2019	Hospital de Braga	Dra. Maria Joana Santos

II – Trabalhos realizados no âmbito do estágio profissionalizante

Estágio	Tema e autores
Medicina Interna	“Diagnóstico diferencial de diarreias” Joana Paraíso
Cirurgia Geral	“O papel da QT intraperitoneal no Cancro Colorrectal” Joana Paraíso; Ricardo Costa

Pediatria	“Avaliação clínica do crescimento” Andrea Abreu; Catarina Tavares; Joana Paraíso; Ricardo Costa
Ginecologia e Obstetrícia	“Inositol for the prevention of gestational diabetes: asystematic review and meta-analysis of randomized controlled trials” Joana Paraíso; Margarida Castro
Medicina Geral e Familiar	“Luto prolongado: abordagem ao doente” Joana Paraíso

III – 6ª Jornadas do Departamento de Cirurgia



6ªs Jornadas do Departamento de Cirurgia
— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

Hospital da Luz Learning Health
Rua Carlos Alberto da Mota Pinto, 17-9.º
1070-313 Lisboa

NOME

Joana Paraíso

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14363822 0 ZXO

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5bf3ed52e32c9

Evento

6ªs Jornadas do Departamento de Cirurgia
14-12-2018 08:30 → 15-12-2018 18:00

Atualizar conhecimentos acerca do cancro do reto e hepato-bilio-pancreático são os objetivos destas 6ªs Jornadas do Departamento de Cirurgia do Hospital Beatriz Ângelo que se destinam a médicos especialistas, internos da especialidade e enfermeiros.

INSCRIÇÕES



learninghealth.up.ports
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico
Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 62/2003 — European Union Directive 1999/93/CE



IV – Curso de Antibioterapia



10º Curso de Antibioterapia
— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

Hospital da Luz Learning Health Rua Carlos Alberto da Mota Pinto, 17-9. ^a 1070-313 Lisboa	
--	--

NOME

Joana Paraiso

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO	CÓDIGO DE CERTIFICADO
14363822 0 ZXO	C-5beacfe30a879

Evento

10º Curso de Antibioterapia
19-11-2018 08:30 → 20-11-2018 16:00

Nos dias 19 e 20 de novembro realiza-se no auditório do Hospital da Luz a 10ª Edição do Curso de Antibioterapia, um evento clínico que justifica a sua tradição pela qualidade clínica demonstrada ao longo dos anos. Um Curso creditado pela Ordem dos Farmacêuticos com 1 CDP.

DESTINATÁRIOS



V – 7º CADU: Introdução à abordagem do trauma



7º CADU – Módulo 5: Introdução à abordagem do trauma

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

Hospital da Luz Learning Health
Rua Carlos Alberto da Mota Pinto, 17-9.º
1070-313 Lisboa



NOME

Joana Paraíso

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14363822 0 ZXO

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5be9a6a98460c

Evento

7º CADU – Módulo 5: Introdução à abordagem do trauma

13-11-2018 08:15 → 13-11-2018 18:30 - Duração: - 10:15 horas

O Serviço de Urgência Geral do Hospital Beatriz Ângelo organiza no próximo dia 13 de novembro o Módulo 5 do 7º Curso de Abordagem ao Doente Urgente (CADU), dedicado à Introdução da Abordagem do Trauma.

DESTINATÁRIOS



learninghealth.up.pt/events
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico
Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 62/2003 — European Union Directive 1999/93/CE



VI – O coração da diabetes



CERTIFICADO

Joana Raquel da Silva Paraíso

Participou no

2º CORAÇÃO DA DIABETES

que decorreu na Fundação Engenheiro António de Almeida no Porto

nos dias 22 e 23 de Março de 2019.

Professor Doutor José Luís Medina
Presidente da Comissão Organizadora

Dr. José Manuel Raveia
Presidente da Comissão Científica

Professor Doutor João Filipe Raposo
Diretor Clínico da APDP

ORGANIZAÇÃO

NOSCITO

 **apdp**
Associação Portuguesa
dos Diabéticos de Portugal

VII – Almada Saudável



VIII - Curso TEAM



MÉDICO ATIVO PACIENTE ATIVO Certificado de Participação Certifica-se que <u>JOANA PARAISO</u>, esteve presente nas IV Jornadas Médico Ativo - Paciente Ativo que decorreram na Universidade Lusófona em Lisboa, no dia 15 de Novembro de 2014. Responsável da Formação Club Clínica das Conchas  	 Clínica das Conchas Your Family Health Academy
MÉDICO ATIVO PACIENTE ATIVO Certificado de Participação Certifica-se que <u>Joana Paraíso</u>, esteve presente nas V Jornadas Médico Ativo - Paciente Ativo que decorreram na Universidade Lusófona em Lisboa, no dia 21 de Novembro de 2015. Responsável da Formação Club Clínica das Conchas  	 Clínica das Conchas Your Family Health Academy

X – Congresso Nacional de Estudantes de Medicina (CNEM)



**Workshops/Paralelas -
Congresso Nacional de
Estudantes de Medicina**



— *Certificado de Participação* EMITIDO POR:

ANEM - Associação Nacional de Estudantes de Medicina
Alameda Professor Hernâni Monteiro Hospital de São João
4200-319 Porto | Portugal
4200-319 Porto



NOME

Joana Paraíso

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14363822 0 ZXO

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C 59f8e482ceb42

XI – Cursos de Estágios Médicos em Férias (CEMEF)

