

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

Carolina Santos Freire Almeida Calçada | 2014199

Mestrado Integrado em Medicina

NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas – Universidade Nova de Lisboa

Ano Letivo 2019/2020



Regente: Prof. Doutor Rui Maio
Orientador: Prof. Doutor Albino Maia

ÍNDICE

1. Introdução.....	1
2. Estágio Profissionalizante.....	1
2.1. Medicina Interna.....	1
2.2. Cirurgia Geral.....	2
2.3. Medicina Geral e Familiar.....	3
2.4. Pediatria.....	3
2.5. Ginecologia e Obstetrícia.....	4
2.6. Saúde Mental.....	4
3. Estágio Clínico Opcional.....	5
4. Atividades Extracurriculares.....	5
5. Reflexão Crítica.....	5
6. Anexos.....	9

LISTA DE ABREVIATURAS

CEMEF	Curto Estágio Médico em Férias
COVID-19	Coronavirus Disease 2019
HDE	Hospital Dona Estefânia
HFAR	Hospital das Forças Armadas
IFMSA	International Federation of Medical Students' Association
MGF	Medicina Geral e Familiar
NMS-FCM	NOVA Medical School – Faculdade de Ciências Médicas
PNAFE	Prova Nacional de Acesso à Formação Especializada
SOFIA	Sessões de Formação para Internos de Pediatria e Ano Comum
SU	Serviço de Urgência
TEAM	Trauma Evaluation and Management
UCERN	Unidade de Cuidados Especiais Respiratórios e Nutricionais

INTRODUÇÃO

O presente relatório pretende descrever, sucintamente, as atividades desenvolvidas ao longo do Estágio Profissionalizante do 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina da NOVA Medical School - Faculdade de Ciências Médicas (NMS-FCM). Encontra-se organizado em 4 componentes principais: a introdução, que resume os objetivos gerais do mesmo; o corpo do trabalho, onde são descritas as atividades decorridas em cada estágio parcelar, por ordem cronológica da sua realização (Anexo 1); uma reflexão crítica final, que se debruça na análise retrospectiva do trabalho desenvolvido e do cumprimento dos objetivos inicialmente propostos e, por último, os anexos, representativos das atividades extracurriculares nas quais participei.

A formação pré-graduada representa o início de uma aprendizagem constante que se mantém ao longo de toda a carreira médica, de forma a prestar o melhor desempenho profissional e pessoal possíveis. Neste sentido, o Estágio Profissionalizante tem como principal finalidade proporcionar a aplicação prática não só do conhecimento e competências adquiridos ao longo do curso, mas também das atitudes e valores que constituem a vertente humana inerente à prática médica. Desta forma, este representa uma ponte entre a formação pré-graduada e o início da atividade profissional, aproximando o aluno daquilo que será a sua realidade futura, ao adquirir autonomia progressiva de forma tutelada.

Considerando que, desde o início do ano letivo, mantive a motivação e determinação necessárias para retirar o maior proveito de cada estágio parcelar, estabeleci alguns objetivos, dos quais destaco:

- consolidar os conhecimentos e competências adquiridos ao longo do curso, aplicando-os na prática clínica, ganhando novas aptidões através do ensino tutelado;
- desenvolver um raciocínio clínico estruturado e coerente, sendo capaz de formular hipóteses diagnósticas, requisitar os meios complementares de diagnóstico relevantes para a sua investigação e propor um plano terapêutico adequado às necessidades de cada doente;
- melhorar a comunicação com os doentes e respetivos familiares, adotando uma abordagem centrada nos mesmos, inserindo-os no seu contexto biopsicossocial e respeitando os seus valores individuais;
- adquirir autonomia progressiva no desempenho das atividades realizadas, integrando-me ativamente nas equipas de trabalho, sabendo, contudo, reconhecer as minhas limitações;
- aprofundar e complementar a minha formação médica, procurando manter-me atualizada e informada acerca de outras áreas de interesse, através da realização de atividades extracurriculares.

ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

1. MEDICINA INTERNA

A Medicina Interna, pela diversidade de patologias que abrange e pelo seu especial papel na gestão global do doente e das suas comorbilidades, constituiu um excelente ponto de partida para o decorrer do ano letivo. Sendo a principal atividade desenvolvida a observação diária de doentes na enfermaria, defini, além dos objetivos gerais descritos na introdução, a capacidade de identificar e abordar as principais patologias agudas e crónicas frequentes neste contexto, ganhando, subsequentemente, autonomia progressiva na gestão de

cada doente. Pretendi também melhorar a minha capacidade de comunicação e seleção de informação clínica relevante, ao discutir cada doente não só com a minha equipa, mas também na visita clínica semanal e nos momentos de interação com os respetivos familiares.

O estágio contemplou ainda outras atividades, como a participação no Serviço de Urgência (SU) do Hospital de S. José, onde treinei a sistematização e hierarquização probabilística das principais hipóteses diagnósticas, reconhecendo os critérios de gravidade e internamento; a Consulta Externa de Doenças Autoimunes; dois workshops lecionados na NMS-FCM; e aulas teórico-práticas, que considerei relevantes no auxílio da prática clínica. Participei também nas sessões clínicas e *journal clubs* organizados pelo serviço, tendo apresentado o tema “*Neoplasia de Origem Oculta*”, e procurei complementar o estágio ao assistir a 2 workshops intitulados “*Radiologia na Urgência*” (Anexo 5) e “*Emergency Day*” (Anexo 8).

2. CIRURGIA GERAL

A primeira semana do estágio de Cirurgia Geral consistiu em sessões teórico-práticas no Hospital Beatriz Ângelo, nas quais foram abordados temas de interesse cirúrgico, passando também pela gestão e liderança hospitalar e técnicas de comunicação, culminando na realização do curso TEAM (Anexo 7). As seguintes semanas decorreram no Hospital das Forças Armadas (HFAR). Neste estágio, procurei atingir alguns objetivos particulares, como saber utilizar a terminologia cirúrgica, executar as suas técnicas inerentes, avaliar o risco cirúrgico e saber distinguir indicações para cirúrgica eletiva e urgente.

No bloco operatório, participei em várias cirurgias enquanto 1º e 2º ajudante, ficando a par dos materiais e técnicas utilizadas e ambientando-me às regras de conduta do mesmo. No que concerne às técnicas anestésicas, tive também oportunidade de praticar alguns procedimentos como a ventilação com máscara facial e ambu e a colocação de máscara laríngea. Na enfermaria, fiquei responsável por observar doentes quer em contexto pré, quer pós-operatório, assistindo ainda na realização de pensos, remoção de suturas e drenos. Assisti, semanalmente, às sessões clínicas conjuntas com o HFAR - Porto e às Consultas de Decisão Terapêutica, compreendendo a importância de uma abordagem multidisciplinar na obtenção do melhor *outcome* clínico possível. No que se refere ao SU, acompanhei o meu tutor na sua atividade, quer no HFAR, quer no Hospital Nossa Senhora do Rosário, e frequentei a formação “*Curso de Introdução ao Serviço de Urgência*” (Anexo 9). Relativamente à Consulta Externa, além das consultas de Cirurgia Geral, participei em consultas de Senologia, sendo esta uma área mais específica, não tão amplamente disponível.

Atendendo às particularidades de um hospital inserido num campus militar, visitei ainda: o Centro de Treino Fisiológico, destinado à preparação dos voos militares; o Centro de Medicina Hiperbárica, aprendendo a base do funcionamento, as indicações terapêuticas e precauções de utilização de uma câmara hiperbárica; e o Centro de Epidemiologia e Intervenção Preventiva, responsável pela imunização dos militares mediante cada destino da sua missão. No último dia de estágio decorreu o Mini-Congresso, onde apresentei um caso clínico intitulado “*I’ll be (in your) back*”, acerca de um doente diagnosticado com um sarcoma retroperitoneal.

3. MEDICINA GERAL E FAMILIAR

Iniciei o segundo semestre com o estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar (MGF), sendo esta uma especialidade muito abrangente, mas, simultaneamente, muito particular, pela sua intervenção dirigida a uma determinada comunidade, inserindo sempre cada indivíduo no seu contexto biopsicossocial. Representa, assim, a base dos cuidados de saúde primários, tendo o médico de família um papel essencial na gestão das comorbilidades de cada indivíduo e na prevenção de doença em indivíduos saudáveis. A principal meta que delinee para este estágio foi a aquisição progressiva de autonomia na realização de consultas, de forma supervisionada, sendo capaz de identificar e gerir as principais patologias presentes na comunidade, bem como os seus fatores de risco, e adotar medidas de prevenção, promoção e manutenção de saúde. Tentei ainda desenvolver a minha capacidade de comunicação, baseando-me na escuta ativa, praticando uma medicina centrada no doente. Pude participar em vários tipos de consultas, nomeadamente Saúde Infantil e Juvenil e Doença Aguda, tendo a Saúde de Adultos e o Planeamento Familiar representado a grande maioria das mesmas, podendo ainda, no último caso, realizar alguns procedimentos como a citologia cervical e assistir na colocação e remoção de implantes subcutâneos e dispositivos intrauterinos. Por iniciativa própria, no âmbito das ações de consciencialização e informação da comunidade desenvolvidas pela USF, elaborei um folheto informativo sobre a menopausa, através do qual tentei, com uma linguagem simples, educar a população feminina sobre um tema de grande relevância na sua vida.

4. PEDIATRIA

O estágio de Pediatria decorreu no Hospital Dona Estefânia (HDE), tendo, face ao plano de contingência ativado no contexto da pandemia COVID-19, e subsequente interrupção das atividades letivas, terminado 4 dias antes do previsto. Estando a minha tutora dedicada sobretudo à Gastreenterologia Pediátrica, desempenhei a maior parte da minha atividade na Unidade de Cuidados Especiais Respiratórios e Nutricionais (UCERN), onde, diariamente, fiquei responsável por vários doentes, apresentando, no final de cada manhã, um resumo das intercorrências e alterações terapêuticas relevantes, o que melhorou a minha autonomia e capacidade de comunicação. Assisti também a técnicas endoscópicas e participei na Consulta Externa, sendo que ambas me familiarizaram com a patologia digestiva crónica em crianças e adolescentes, reconhecendo a importância de um cumprimento terapêutico regular, que pode ser particularmente difícil nestas faixas etárias. Por último, no SU, contactei com um leque de patologias contrastante relativamente às restantes, tendo estas um carácter mais agudo e diversificado.

Apesar de ter iniciado o estágio em busca de maior conhecimento acerca desta especialidade, dada a faixa etária particular que abrange, reconhecendo e abordando as patologias pediátricas mais prevalentes e aperfeiçoando a comunicação com o doente pediátrico e respetivos cuidadores, senti necessidade de adaptar estes objetivos face ao contexto subespecializado no qual me inseri. Assim, além dos descritos,

procurei aperfeiçoar o exame objetivo dirigido à patologia de foro gastrointestinal, compreender a importância da avaliação nutricional e as indicações e princípios de utilização da nutrição parentérica.

A par das atividades descritas, assisti às reuniões clínicas diárias, às sessões clínicas organizadas pelas diferentes subespecialidades e às Sessões de Formação para Internos de Pediatria e Ano Comum (SOFIA), tendo participado também na Consulta de Imunoalergologia. Ainda com intuito formativo, participei no Workshop de Urgência Pediátrica, baseado no modelo de Simulação Avançada em Pediatria *“Body Interact - Clinical Reasoning Education”*. Estaria prevista para o último dia de estágio uma sessão de apresentação de seminários que, tendo em conta a interrupção repentina do estágio, não se realizou. Ainda assim, cada grupo procedeu à submissão dos mesmos, tendo o meu elaborado o seminário *“Anemia de Células Falciformes - abordagem das complicações a propósito de um caso clínico”*.

5. GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA

O estágio de Ginecologia e Obstetrícia representou o primeiro estágio parcelar decorrido exclusivamente em regime não presencial, dada a interrupção das atividades letivas, prevista no plano de contingência da pandemia COVID-19. Desta forma, os objetivos inicialmente propostos não foram aplicáveis ao novo método de ensino, uma vez que se baseavam em aspetos práticos que careciam da existência de um estágio presencial, restando apenas a possibilidade de rever alguns conceitos e conhecimentos inerentes a esta especialidade. Após a reorganização necessária, este consistiu, em primeiro lugar, num workshop intitulado *“The Woman”*, disponibilizado com a respetiva gravação de vídeo, e que incidiu sobre vários temas relevantes, desde o planeamento pré-concepcional até ao período pós-parto. Este foi um método que nos permitiu rever algum do conhecimento previamente adquirido, fazendo uma abordagem geral sobre os assuntos com maior utilidade para a prática clínica futura, tendo sido também uma ponte para um aprofundamento e estudo mais detalhado, necessário para responder ao segundo constituinte deste estágio - as questões de escolha múltipla, resolvidas em conjunto com os restantes alunos pertencentes a cada local do estágio presencial. Por último, foram organizados grupos de trabalho, aos quais se atribuiu aleatoriamente um tema, com o objetivo de elaborar uma apresentação com gravação de áudio ou vídeo, tendo o meu grupo apresentado *“Infeções Urinárias na Gravidez”*. Na tentativa de complementar este estágio assisti a 3 palestras *online* referentes a esta especialidade, sobre os temas *“Sexualidade na gravidez”* (Anexo 15), *“Infertilidade”* (Anexo 20) e *“Mutilação genital feminina”* (Anexo 21).

6. SAÚDE MENTAL

Também o estágio de Saúde Mental decorreu exclusivamente à distância, tendo sofrido várias alterações, de maneira a adaptar-se da melhor forma possível às novas exigências, tentando colmatar a falta do estágio presencial. Desta forma, para garantir a manutenção do contacto com as patologias psiquiátricas, foram desenvolvidas outras atividades de carácter formativo, através das quais foi possível propor como objetivos:

rever o conhecimento relativo a esta especialidade, sabendo identificar sintomas e comportamentos sugestivos de perturbação psiquiátrica e situar o doente no seu contexto psicossocial ao recolher a informação necessária para obter um diagnóstico global.

A primeira atividade desenvolvida foi a realização de dois seminários *online*, o primeiro com discussão de casos clínicos em contexto de urgência e o segundo sobre o Exame do Estado Mental. Outra atividade implementada foi a criação de 6 vinhetas clínicas, com base nas questões e temas da matriz da Prova Nacional de Acesso à Formação Especializada (PNAFE), com o objetivo de nos preparar para a respetiva prova, mas também de aprofundar o nosso conhecimento relativamente às patologias escolhidas. Por fim, o último elemento consistiu na redação de 2 histórias clínicas, com base nas gravações em vídeo disponibilizadas. Também neste estágio, procurei complementar a minha formação, recorrendo a 3 palestras online sobre os temas “*Burnout Médico*” (Anexo 11), “*Ser médico no hospital prisional*” (Anexo 17) e “*Saúde Mental em tempos de COVID-19*”, organizada pela Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa.

ESTÁGIO CLÍNICO OPCIONAL

Dada a interrupção da atividade letiva presencial em contexto hospitalar, o estágio clínico opcional foi substituído por uma nova Unidade Curricular de Preparação para o Exame de Seriação para o Ingresso nas Especialidades Médicas, que consistiu em aulas *online* baseadas na revisão das questões da PNAFE 2019, por vários assistentes das diferentes especialidades.

ATIVIDADES EXTRACURRICULARES

No decorrer do ano letivo, participei em diversas atividades que considerei complementarem a minha formação médica, entre as quais se incluem os congressos, palestras e workshops descritos em anexo. Acrescentei ainda duas atividades referentes a anos letivos anteriores que marcaram o meu percurso, quer a nível académico, quer pessoal: o Curto Estágio Médico em Férias (CEMEF) em MGF e o Intercâmbio Clínico da *International Federation of Medical Students' Association (IFMSA)* em Medicina Neonatal e Perinatal.

REFLEXÃO CRÍTICA

O Estágio Profissionalizante representa o culminar do meu percurso ao longo dos últimos 6 anos, encarando-o com grande satisfação e sentimento de realização académica e pessoal. De forma geral, faço um balanço bastante positivo deste último ano, considerando que o Estágio Profissionalizante foi, sem dúvida, uma ponte essencial entre a formação pré-graduada e a prática clínica futura, permitindo-me adquirir ferramentas fulcrais para um bom desempenho profissional.

Este foi, certamente, um ano atípico, marcado pela inesperada pandemia COVID-19. Perante a vulnerabilidade do ser humano, reconhecida sobretudo no decorrer deste período, aprendi a dar mais valor não só às minhas conquistas, das quais o completar deste ciclo faz parte, mas também à oportunidade de poder desempenhar uma profissão que tanto admiro e que tanta diferença e importância pode desempenhar na vida de cada indivíduo, também estas particularmente reconhecidas durante esta fase. Sem dúvida que

este acontecimento provocou um grande impacto na minha formação, sobretudo nos estágios do final do ano letivo, no sentido em que me privou de adquirir a experiência prática que constitui a base do Estágio Profissionalizante. Reconheço e congratulo a flexibilidade dos coordenadores de cada estágio parcelar na tentativa de criar alternativas que fossem exequíveis, mas sobretudo úteis, quer para a prova que em breve enfrentaremos, quer para a nossa prática clínica futura. Ainda assim, apesar das medidas tomadas, considero que estas ficaram algo aquém daquilo que seria o aproveitamento e a aprendizagem retirados de um estágio presencial. Apesar do conhecimento teórico ser uma base importante para um bom desempenho, a observação direta e a oportunidade de realização de determinados procedimentos são essenciais na formação médica. Além disso, e tendo em conta a importância da componente social e relacional do ser humano, não posso deixar de salientar o impacto psicológico negativo que o confinamento e isolamento social desempenharam, afetando a minha produtividade e contribuindo para a manutenção constante de uma atitude expectante e de incerteza face a um futuro próximo, tornando-se uma inquietação adicional. Apesar dos aspetos descritos e da obrigatoriedade de um processo de adaptação, construção e utilização de novas ferramentas de ensino, penso que estas podem ser encaradas como benéficas na evolução dos métodos de ensino de uma instituição que sempre prezou e se destacou pela inovação e atualização constantes. Estou em crer que muitas das mesmas, evidentemente não substituindo os estágios presenciais, irão perpetuar como complemento dos mesmos, podendo desempenhar um papel particularmente relevante nos anos pré-clínicos. Ainda como ponto positivo destaco o aproveitamento que fiz durante este período no investimento em atividades extracurriculares, não só como complemento aos estágios, mas também noutras áreas de interesse próprio, incluindo ainda a inscrição como voluntária no apoio aos profissionais e autoridades de saúde, embora o mesmo não se tenha tornado necessário.

À parte desta situação, avaliando retrospectivamente o decorrer do ano letivo, penso ter atingido a maioria dos objetivos gerais e específicos inicialmente propostos, no sentido em que adquiri conhecimentos e competências na abordagem das várias patologias inerentes a cada especialidade, desenvolvi a relação médico-doente, a prática da medicina centrada no mesmo, e consequente capacidade de comunicação, e ganhei autonomia e confiança progressivas. De forma geral, senti-me integrada nas equipas com as quais trabalhei, destacando a importância do rácio tutor/aluno de 1:1 na maior proximidade e aquisição de conhecimento ao criar mais oportunidades de realização de procedimentos práticos, constituindo este o verdadeiro sentido da palavra profissionalizante.

O estágio de **Medicina Interna** constituiu um ponto de partida fulcral para o restante ano letivo, sendo que neste adquiri o maior grau de autonomia, segurança e responsabilidade pela minha conduta e contactei com um leque mais variado de patologias. Atendendo à sua duração, consegui relacionar-me vincadamente com as equipas nas quais estive inserida, sentindo-me parte integrante das mesmas, experienciando uma maior evolução no que toca ao desenvolvimento de um raciocínio clínico estruturado e sistematizado, tendo ainda

oportunidade de acompanhar os doentes desde o início do internamento até à alta. O facto de ter mudado de equipa durante o estágio criou uma quebra na minha rotina, que, se por um lado me obrigou a adaptar a uma nova dinâmica, por outro permitiu-me lidar com novos profissionais e aprender novas formas de atuação na prática clínica, através da diferente organização e métodos de trabalho da mesma.

Relativamente ao estágio de **Cirurgia Geral**, por ter ocorrido num hospital de menores dimensões e com menor número de alunos, permitiu-me participar de forma mais ativa e ter um contacto mais próximo com todas as suas valências, criando maior oportunidade de praticar determinados procedimentos, proporcionando, subseqüentemente, uma melhor formação e amplificando a vertente prática do Estágio Profissionalizante. Por outro lado, por ser um hospital com pouca afluência de doentes, a variedade de patologias que observei não foi muito vasta, não tendo tido, por exemplo, oportunidade de assistir a nenhuma intervenção cirúrgica em contexto de urgência. Outro ponto que destaco negativamente foi o facto de algumas das aulas decorridas no Hospital Beatriz Ângelo, embora inicialmente planeadas, não terem sido lecionadas, ficando alguns temas importantes por abordar. Contudo, de forma geral, penso ter tido uma boa evolução no que toca aos objetivos definidos, tendo ficado positivamente surpreendida com o crescente interesse que demonstrei por esta especialidade que, anteriormente, considerava relativamente diminuto.

Com o estágio de **MGF** aprendi a valorizar o papel dos cuidados de saúde primários na promoção e manutenção da saúde de uma determinada comunidade, adotei uma visão holística de cada doente, inserindo-o no seu contexto biopsicossocial e pratiquei uma medicina centrada no doente. Apesar de ter contactado com um variado número de patologias, com várias faixas etárias e de ter melhorado a minha capacidade de comunicação, gostaria de ter tido oportunidade de assistir a consultas de Saúde Materna e domiciliárias e de ter tido mais autonomia na realização de consultas, uma vez que, durante o período de estágio, contei sempre com a presença de uma médica interna de 1º ano da especialidade a quem era, naturalmente, dada prioridade nas oportunidades que surgiam de pôr em prática o seu conhecimento.

Quanto ao estágio de **Pediatria**, sendo o HDE um hospital exclusivamente pediátrico, implicando uma organização em subespecialidades, considero que traria maior benefício a aquisição de uma visão mais generalista das patologias pediátricas mais prevalentes, ao invés de patologias específicas mediante o serviço onde decorre cada estágio. Contudo, a participação no SU e a necessidade de colaboração de outras subespecialidades na abordagem clínica de alguns doentes da UCERN, permitiram colmatar, parcialmente, este aspeto, permitindo-me igualmente desenvolver maior segurança na abordagem das mesmas, melhorando a capacidade de comunicação com os cuidadores, que muitas vezes pode ser desafiante.

Sendo a **Ginecologia e Obstetrícia** uma área que desperta particularmente o meu interesse, estava com bastante expectativa relativamente a este estágio, lamentando, por isso, a impossibilidade da sua realização de forma presencial. Penso que as metodologias alternativas utilizadas, embora reconhecendo a sua rápida implementação, não abordaram equitativamente as duas vertentes desta especialidade, dando primazia a

conteúdos de Obstetrícia, em detrimento de Ginecologia. Além disso, as mesmas não me permitiram cumprir a maioria dos objetivos inicialmente propostos, tendo em conta que se trata de uma especialidade com bastantes procedimentos práticos específicos. Ainda assim, os temas abordados não deixaram de ser do meu interesse, considerando que a realização do workshop, das questões e do trabalho de grupo permitiram e incentivaram o cumprimento do objetivo que se destinava a rever e aprofundar o estudo nesta área, apesar de não ter tido oportunidade de assistir às restantes apresentações, que poderia ter sido uma mais-valia.

Por último, relativamente ao estágio de **Saúde Mental**, penso que as soluções apresentadas foram suficientes para rever bastantes conceitos e conhecimentos relativos a várias patologias desta especialidade, ajudando a cumprir parte dos objetivos estabelecidos e auxiliando os alunos na preparação para a PNAFE, permanecendo igualmente a falta de um estágio presencial para os poder aplicar na prática.

Quanto à substituição do estágio opcional pela nova **Unidade Curricular de Preparação para o Exame de Seriação para o Ingresso nas Especialidades Médicas**, admito ter sido uma decisão sensata, mas que, não deixando de compreender a sua necessidade e de reconhecer a sua utilidade na preparação para a PNAFE, privou os alunos de realizar um estágio à sua escolha, na área de seu maior interesse.

Embora fora do âmbito do Estágio Profissionalizante, mas de extrema importância para a minha formação, gostaria de salientar a participação em várias atividades extracurriculares, das quais destaco o Intercâmbio Clínico de Medicina Neonatal e Perinatal, em Riga, Letónia, que, apesar de não ter sido realizado durante o presente ano letivo, constituiu um período determinante no meu crescimento académico e pessoal, ganhando independência e segurança face às adversidades com as quais me deparei e reconhecendo as diferenças inerentes aos serviços e práticas de saúde entre os diferentes países.

Concluindo, chego ao fim destes 6 anos grata por todo este percurso, tendo-me proporcionado um grande desenvolvimento académico e pessoal. Penso ter cumprido a grande maioria dos objetivos propostos, procurando complementar a minha formação académica sempre que possível. Reconheço a minha evolução progressiva no que toca à confiança e autonomia com as quais lido perante as diferentes situações clínicas e à comunicação com os restantes profissionais de saúde, realçando a importância de saber trabalhar em equipa. Todo o conhecimento e experiência que adquiri constituirão os alicerces da minha prática clínica futura, mas tão ou mais importantes são os valores éticos e humanos, o respeito e a responsabilidade que levo comigo e que me motivarão a ser sempre a melhor profissional possível. Estou consciente das minhas lacunas e dos desafios que se avizinham, mas sinto-me preparada para os enfrentar e superar, acreditando que o percurso ainda é longo e contará com muita evolução e aprendizagem.

Termino com um sincero e profundo agradecimento aos meus familiares e colegas pelo apoio que sempre me proporcionaram e a todos os docentes, assistentes, tutores e profissionais de saúde com quem me cruzei e partilharam comigo não só o seu conhecimento, mas as atitudes e valores que me ajudaram a evoluir pessoal e profissionalmente até à pessoa que sou hoje.

1. Organização dos Estágios Parcelares.....	10
2. Curtos Estágios Médicos em Férias (CEMEF).....	11
3. Intercâmbio Clínico - <i>International Federation of Medical Students' Association</i>	12
4. Mesa Redonda - Emergências Éticas.....	13
5. Workshop de Radiologia na Urgência - Tórax a Abdômen.....	14
6. iMed Conference 11.0.....	15
7. Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management).....	16
8. Emergency Day.....	17
9. Curso de Introdução ao Serviço de Urgência.....	18
10. Choque Frontal - Privatização do Ensino Médico.....	19
11. Burnout em Medicina.....	20
12. FutureMD - Frente a Frente com o Futuro.....	21
13. Medicina de Emergência e Catástrofe.....	22
14. Neuroradiologia.....	23
15. Sexualidade na Gravidez.....	24
16. Medicina Baseada na Evidência.....	25
17. Ser Médico no Hospital Prisional.....	26
18. Controvérsias na Abordagem Terapêutica da COVID-19.....	27
19. Comunicação Não Verbal em Saúde.....	28
20. Infertilidade.....	29
21. Mutilação Genital Feminina.....	30
22. Urgências ORL.....	31

1. ORGANIZAÇÃO DOS ESTÁGIOS PARCELARES

ANO	MÊS	ESTÁGIO PARCELAR	LOCAL	COORDENADOR	TUTOR	
2019	Setembro	Medicina Interna (9 Setembro 2019 a 1 Novembro 2019)	Hospital de Santo António dos Capuchos – Medicina 2.5	Prof. Doutor Fernando Nolasco	Dr.ª Marta Moitinho Dr.ª Maria José Goes	
	Outubro					
	Novembro	Cirurgia Geral (4 Novembro 2019 a 10 Janeiro 2020)	Hospital das Forças Armadas	Prof. Doutor Rui Maio	Dr. Pedro Maurício	
	Dezembro					
2020	Janeiro	Medicina Geral e Familiar (20 Janeiro 2020 a 14 Fevereiro 2020)	USF Arco Íris	Prof.ª Doutora Isabel Santos	Dr.ª Mara Carvalho	
	Fevereiro					
	Março	Pediatria (17 Fevereiro 2020 a 13 Março 2020)	Hospital D. Estefânia - UCERN	Prof. Doutor Luís Varandas	Dr.ª Sara Nóbrega	
	Março					
	Abril	Ginecologia e Obstetrícia (16 Março 2020 a 17 Abril 2020)	-	Prof.ª Doutora Teresinha Simões	-	
	Abril					
	Maio	Saúde Mental (20 Abril 2020 a 15 Maio 2020)	-	Prof. Doutor Miguel Talina	-	
	Maio					
	Junho	UC de Preparação para o Exame de Seriação para o Ingresso nas Especialidades Médicas			Prof. Doutor Palma dos Reis	

2. CURTOS ESTÁGIOS MÉDICOS EM FÉRIAS (CEMEF)

Código de Certificado / Certificate PIN		1710Bj	Pesquisar na base de dados pública em http://151.235.60.17/certificados
Emitido por Issued by	ANEM - Associação Nacional de Estudantes de Medicina Faculdade de Medicina da Universidade do Porto Alameda Prof. Hernâni Monteiro, 4200-319 Porto		
Identificação do Aluno Student Identity	Carolina Santos Freire Almeida Calçada BI: 15086661		
Atividade com participação certificada Certified Activity	CEMEFs - Curtos Estágios Médicos em Férias Os CEMEFs são estágios organizados pela ANEM e realizados em unidades de Saúde de todo o país, que pretendem proporcionar aos estudantes a possibilidade de um estágio que venha contribuir para a sua formação prática enquanto futuros médicos. Os estágios têm a duração de 10 dias úteis. ERRATA: onde se lê "Data da atividade" deve ler-se "Data da emissão"		
Data da Actividade Date of activity	11 / 12 / 2017		
Outras Actividade Other Activities	Realizou o seu estágio no serviço de MGF no Centro de Saúde de Vila Real de Sto. António em 2017, integrado nos Estágios Nacionais em Férias, organizados pela ANEM.		

Documento Processado por Computador. A emissão do certificado electrónico não carece de assinatura. Este documento é válido desde que a informação nele contida seja coincidente com a apresentada na Base de dados Pública (identificação do aluno, Atividade com Participação Certificada e a Data da Actividade).

Electronic Document. The issuing of electronic certificates does not require a signature. This document is legitimate so long as the information it contains is subject to validation in the Public Database (e.g., Student Identity, Certified Activity and Date of Activity).



IFMSA
International Federation of
Medical Students' Associations



SCOPE
Professional Exchange

Certificate

This is to certify that the medical student

CAROLINA SANTOS FREIRE ALMEIDA CALÇADA
full name

from **PORTUGAL**
country

has successfully completed their professional exchange program.

The student worked in the department of

NEONATAL/PERINATAL MEDICINE
department

at the **PAULS STRADINS CLINICAL UNIVERSITY HOSPITAL**
name of hospital

LATVIA during the period
country

30/07/18-24/08/18 under the supervision of
period

Dr. SANDRA VITINA
name of supervisor

The student has fulfilled the requirements for a professional exchange according to the regulations of the Standing Committee on Professional Exchange of the International Federation of Medical Students Associations (IFMSA). The IFMSA Exchange Programs are endorsed by the World Federation for Medical Education, who agrees that they are very professionally organised, with good academic outcomes.



Tutor/Institution



Hosting National/Local
Exchange Officer



Associação de Estudantes da NOVA Medical School
Faculdade de Ciências Médicas
Arad S.

Sending National/Local
Exchange Officer

4. MESA REDONDA – EMERGÊNCIAS ÉTICAS

MESA REDONDA
EMERGÊNCIAS ÉTICAS

40 ANOS
AEFCM

DIA 8 DE OUTUBRO | 18H
No CEDOC

Moderador
Prof. Dr. Diogo Pais

Oradores
Prof. Dr. Jorge Soares
Dr. Miguel Oliveira da Silva
Dr. Luís Duarte Madeira

NOVA NOVA SIM

Mesa Redonda: Emergências Éticas

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5d96535172d46

Evento

Mesa Redonda: Emergências Éticas

08-10-2019 18:00 → 08-10-2019 19:30 - Duração: 1 horas

Sabes como diagnosticar qualquer doença, mas as questões éticas ainda são difíceis de gerir? Senteste preparado para lidar com estas questões sem teres tempo de consultar legislação?

E se a questão ética for emergente e tiveres de a resolver em apenas alguns instantes?

Não fiques para trás e vem descobrir tudo sobre Emergências Éticas!

aefcm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico



Workshop Radiologia na Urgência - Tórax a Abdomén 4º,5º e 6ºanos

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5919xp805cw0s

Evento

Workshop Radiologia na Urgência - Tórax a Abdomén 4º,5º e 6ºanos

09-10-2019 15:00 → 09-10-2019 19:00 - Duração: 4 horas

AEFCM | Workshop Radiologia na Urgência

EXCLUSIVO para alunos 4º, 5º e 6ºanos



iMed Conference® 11.0 Lisbon 2019

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5d8a6d664f1be

Evento

iMed Conference® 11.0 Lisbon 2019

16-10-2019 13:30 → 20-10-2019 14:00

The iMed Conference® 11.0 | Lisbon 2019 will take place between the 16th and 20th of October at Teatro Camões and NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas.

Prepare for groundbreaking lectures, practical workshops, challenging competitions and an immersive social programme.





Emergency Day 4º,5º e 6ºanos

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5dc34fdb87cb

Evento

Emergency Day 4º,5º e 6ºanos

13-11-2019 15:00 → 13-11-2019 17:00 - Duração: - 2 horas

Emergency Day 15h

Rotações (30 minutos em cada WS):

Workshop 1 (30 min): Alterações hidroeletrólíticas - Água, sódio e soros de ressuscitação

Workshop 2 (30 min): Abordagem da hipotensão e hipoperfusão

Workshop 3 (30 min): Insuficiência Respiratória Aguda



MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL
HOSPITAL DAS FORÇAS ARMADAS
POLO DE LISBOA

SECÇÃO DE ENSINO, FORMAÇÃO E TREINO

CERTIFICADO

Certifica-se que a/o **CAROLINA SANTOS FREIRE ALMEIDA CALÇADA**, no âmbito do Internato Médico de Formação Geral, participou nas ações de formação relacionadas com o módulo de ***“Introdução ao serviço de urgência, incluindo a abordagem das situações emergentes médicas e cirúrgicas, nomeadamente o trauma”***, realizadas no Hospital das Forças Armadas, Polo de Lisboa nos dias 14 e 15 de novembro de 2019, com a duração total de 15 horas.

Lumiar, 25 de novembro de 2019

A Secção de Ensino, Formação e Treino

Henrique Silva Sousa
Maj Med



IV Choque Frontal | Privatização do Ensino Médico

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5de81ee1928e5

Evento

IV Choque Frontal | Privatização do Ensino Médico

11-12-2019 18:30 → 11-12-2019 20:30 - Duração: 2 horas

A FRONTAL traz até ti o IV Choque FRONTAL. O tema deste ano será a "Privatização do Ensino Médico", e contamos contigo para mais uma edição!

Temos, por isso, encontro marcado no dia 11 de dezembro, pelas 18h30, na NMSIFCM. As

inscrições abrem no dia 4 de dezembro, no UpEvents.

FRONTAL I A informar os médicos do futuro.

aebcm.up.events

Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico



Burnout em Medicina

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5e9d69ad124e9

Evento

Burnout em Medicina

24-04-2020 18:00 → 24-04-2020 19:30 - Duração: 1 horas

Os estágios param, mas a medicina continua.

Aulas, testes, trabalhos e orais a levar as nossas capacidades ao limite. Nunca a esquecer o privilégio que é termos acesso a tanta educação, mas sem saber até onde é que podemos ir. É assim que chegamos ao Burnout, uma realidade tão presente e próxima de nós.

Dia 24 de Abril, o Dr. Miguel Carneiro, interno de psiquiatria, vai abordar este tema connosco, no Zoom pelas 18h. Uma conversa sobre Burnout em medicina e como fazer o que está ao nosso alcance para evitar este destino.

Inscrições abrem hoje, dia 18 de Abril, às 14h no UpEvents. Até lá!



FutureMD- Frente a frente com o futuro

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ea1f421df5c6

Evento

FutureMD- Frente a frente com o futuro

24-04-2020 20:30 → 17-05-2020 23:00

Achavas que este ano não iria existir FutureMD? Temos preparada uma edição muito especial do congresso que te põe Frente a Frente com o Futuro! Esta segunda edição vai desenrolar-se online e vai dividir-se em dois momentos:

- **Plenárias** em formato vídeo no nosso site às quartas-feiras.
- **Paralelas**, em direto, na plataforma Zoom, às sextas-feiras.

Para conseguires ver as plenárias só tens de aceder ao nosso site, mas para acederes às paralelas tens de te inscrever no congresso na plataforma UpEvents da AEFCM. A primeira Paralela, em Zoom, é já dia 24 às 21h!

Junta-te a nós e ficarás Frente a Frente com o Futuro!



Medicina de Catástrofe e Emergência

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ea1e59827939

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.

Inscreve-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!



Palestra de Neurorradiologia

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5eb4366cada1e

Evento

Palestra de Neurorradiologia

07-05-2020 21:00 → 07-05-2020 23:00 - Duração: 2 horas

A área de neurorradiologia suscita-te interesse?

Olhas para exames radiológicos, mas sem perceber o que estás a ver?



Sexualidade na Gravidez

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5eac2ac458523

Evento

Sexualidade na Gravidez

08-05-2020 21:00 → 08-05-2020 22:30 - Duração: 1:30 horas

As mudanças físicas, hormonais e mentais pelas quais a mulher passa durante a gravidez são reais, e estas alterações podem levar a mulher a questionar a sua sexualidade! Para além disso, a par de tantas mudanças, há também uns tantos mitos e um vasto desconhecimento.

Queres saber mais sobre as alterações que acontecem durante o puerpério e o pós-parto? Quais os indicadores da depressão pós-parto? Como é que a amamentação influencia a sexualidade?



Medicina Baseada na Evidência

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5eb43640ddaf7

Evento

Medicina Baseada na Evidência

09-05-2020 21:00 → 09-05-2020 22:15 - Duração: - 1:15 horas

Tens ouvido falar cada vez mais em práticas médicas alternativas e com pouco fundamento científico? Gostavas de perceber melhor em que consiste a Medicina Baseada na Evidência?

Não percas a palestra do Professor António Vaz Carneiro, autor do livro Mitos e Crenças na Saúde.



Ser médico no hospital prisional

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5eaffdfcedb5

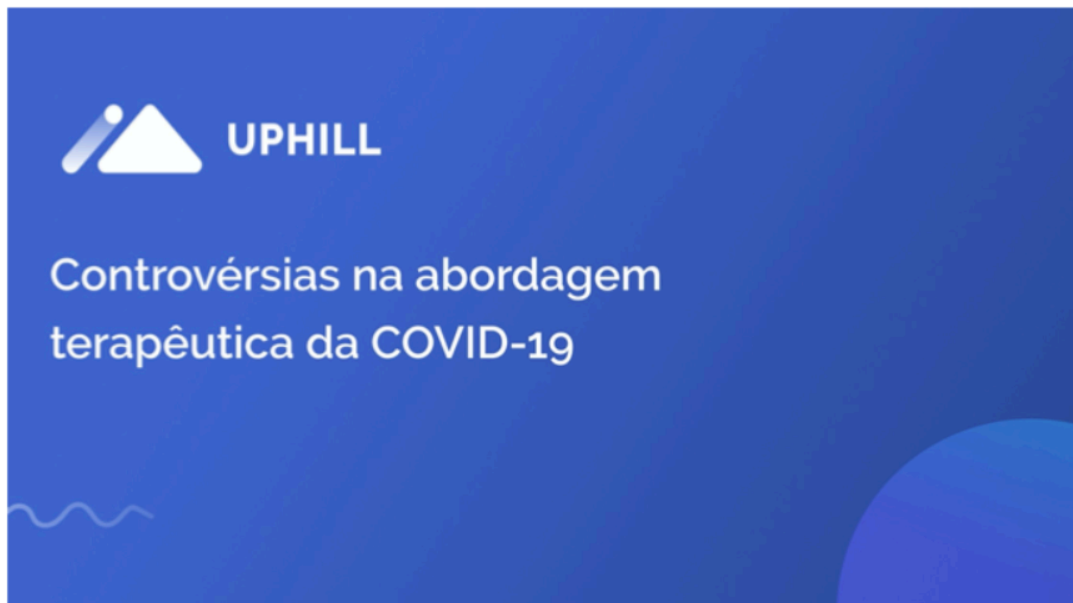
Evento

Ser médico no hospital prisional

11-05-2020 19:00 → 11-05-2020 20:15 - Duração: - 1:15 horas

Como será trabalhar num hospital prisional enquanto médico?

No dia 11 vem descobrir mais sobre a rotina, desafios e oportunidades de trabalhar neste contexto. Esperamos por ti às 19h!



Controvérsias na abordagem terapêutica da COVID-19

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

UpHill Health
Tec Labs — Centro de Inovação Campus da FCUL, Campo Grande
1749-016 Lisbon



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ec2a01fc8a7a

Evento

Controvérsias na abordagem terapêutica da COVID-19 (Webinar)

18-05-2020 18:00 → 18-05-2020 19:00 - Duração: - 1 horas

A UpHill, Hospital da Luz, Hospital de São Francisco Xavier e Hospital Curry Cabral partilham as suas abordagens protocolares na resposta ao diagnóstico e tratamento da COVID-19.

Painel:



Comunicação não verbal em saúde

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ec2a19145af9

Evento

Comunicação não verbal em saúde

22-05-2020 18:00 → 22-05-2020 19:00 - Duração: - 1 horas

Que importância tem a comunicação não verbal para um profissional de saúde?

Desenvolvemos automatismos de olhar, voz, postura e respiração que constituem os nossos padrões pessoais na forma de nos expressarmos ao mundo.

Estamos conscientes deles? Do impacto que têm nos outros?

A Nobox veio para nos ajudar e tem encontro marcado contigo no dia 22 às 18h. Fica atento e inscreve-te a partir de amanhã às 21h no Upevents.

Faz mais de ti.



Infertilidade

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ec58ff038649

Evento

Infertilidade

23-05-2020 18:00 → 23-05-2020 20:00 - Duração: 2 horas

Sabias que a infertilidade é uma doença que afeta cerca de 15% da população? E que apresenta forte impacto a nível físico, social, psicológico e económico?

Para ficares a saber mais sobre este tema, trazemos-te um webinar que irá abordar vários temas desde o diagnóstico aos principais tratamentos disponíveis. Dia 23 de Maio, às 18h na plataforma Zoom!

Inscrições abertas dia 20 a partir das 21h no Upevents!

Até já!



Mutilação Genital Feminina

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ec954e2e4aeb

Evento

Mutilação Genital Feminina

25-05-2020 18:00 → 25-05-2020 19:30 - Duração: 1:30 horas

"Tod@s já percebemos que temos um ponto C: qualquer toque, conversa ou leitura desencadeia o nosso ponto C - Corona ou COVID põem o nosso corpo e sentidos em atenção. Ativos. Tal como o ponto G, que não é um local preciso de estimulação. É mental, entra em ação desencadeado pelo toque, pelo som, por todos os nossos sentidos e memórias."

A Dr. Lisa Vicente, especialista em Obstetrícia e Ginecologia, vem esclarecer o impacto das representações e imposições sociais no modo de pensar e viver a vulva e a vagina, através do exemplo da mutilação genital feminina (MGF). A MGF é um ato de violência sexual que faz parte de um conjunto de práticas nefastas que ultrapassa a questão física ou anatómica, mudando a forma como a mulher vive, pensa e sente.

aefcm.up.events

Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico



Urgências em ORL

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Carolina Santos Freire Almeida Calçada

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15086661

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ecae783e79aa

Evento

Urgências em ORL

28-05-2020 18:00 → 28-05-2020 20:00 - Duração: 2 horas

Urgências em ORL

Dia 28 de maio às 18h terá a oportunidade de assistir a um workshop com a Dra Cristina Caroça, otorrinolarigologista, que vai abordar as urgências mais comuns em ORL, e serão discutidos vários casos clínicos.