



RELATÓRIO FINAL

ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA

MARIANA CRISTINA HENRIQUES CARVALHO | 2019389

**ORIENTADORA: PROFESSORA DOUTORA CATARINA SALVADO
REGENTE: PROFESSOR DOUTOR RUI MAIO**

ANO LETIVO 2024-2025

***"The only person who is educated is the one who has
learned how to learn and change"***

Carl Rogers

*(O único homem que se educa é aquele que aprendeu
como aprender)*

AGRADECIMENTOS

À minha mãe, por ser o pilar da minha vida e por me apoiar de forma incansável.

À Catarina, a irmã que o curso me deu, e a melhor parte desta jornada.

À minha irmã, pela cumplicidade, e por me acompanhar em cada passo.

Aos meus avós, pelo amor incondicional e por serem a base segura que sempre me amparou.

Ao meu pai, por, à sua maneira, estar presente em momentos importantes e por acreditar em mim.

Ao João, primo e amigo, pelos seus conselhos sábios, pelo apoio incansável na concretização dos meus sonhos, e por celebrar as minhas conquistas como se fossem as suas.

À Joana, pelas suas palavras sensatas, sempre no momento certo.

À Sofia e Caroline, que me abraçam como família e me apoiam em cada passo desta caminhada.

A todos os meus amigos e família, pelo amor, apoio e presença ao longo de todo o caminho.

A todos, o meu sincero obrigada!

ÍNDICE

LISTA DE SIGLAS	5
INTRODUÇÃO	6
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	6
Estágio Parcelar De Medicina Interna – <i>Hospital Cuf Descobertas/ Hospital Cuf Tejo</i>	6
Estágio Parcelar De Cirurgia Geral – <i>Hospital Da Luz Lisboa</i>	7
Estágio Parcelar De Pediatria – <i>Universitätsklinikum Heidelberg</i>	8
Estágio Parcelar De Ginecologia E Obstetrícia – <i>Universitätsklinikum Heidelberg</i>	8
Estágio Parcelar De Saúde Mental – <i>Hospital Júlio De Matos</i>	9
Estágio Parcelar De Medicina Geral E Familiar – <i>USF Rainha D. Leonor</i>	9
Estágio Opcional – <i>Hospital De Dia Para Doenças Do Comportamento Alimentar - Clínica Psiquiátrica De S. José, Irmãs Hospitaleiras</i>	10
ELEMENTOS VALORATIVOS	10
REFLEXÃO CRÍTICA	11
BIBLIOGRAFIA	14
APÊNDICES	15
Apêndice 1 – Cronograma Dos Estágios Parcelares e Estágio Opcional	15
Apêndice 2 – Aspetos Positivos e Negativos de cada Estágio Parcelar	16
Apêndice 3 - Objetivos propostos para o Estágio Profissionalizante do 6º ano e respetiva autoavaliação	17
Apêndice 4 – Trabalhos desenvolvidos em cada Estágio Parcelar	18
Apêndice 5 – Análise Casuística dos Estágios Parcelares	19
<i>Gráfico 1 – Número de doentes observados, por valência, nos vários Estágios Parcelares</i>	19
<i>Gráfico 2 – Contribuição de cada Estágio Parcelar para o alcance dos Objetivos Gerais definidos</i>	20
<i>Gráfico 3 – Distribuição dos tipos de parto observados no Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia (Heidelberg, Alemanha)</i>	21
<i>Gráfico 4 – Patologias observadas no Estágio Parcelar de Pediatria (Neurologia Pediátrica) por faixa etária (Heidelberg, Alemanha)</i>	21
ANEXOS	22
Anexo 1 – Certificado: Curso TEAM	22
Anexo 2 – Certificado: Sessões de Simulação <i>Luz Learning Health</i>	23
Anexo 3 – Certificado: Conferências do Estoril	24
Anexo 4 – Certificado: Seminário RIPA (Resposta Integrada para as Perturbações Alimentares)	25
Anexo 5 – Boletim de Reconhecimentos Académicos: Programa Erasmus + Estudos	26
Anexo 6 – Boletim de Reconhecimentos Académicos: Programa Erasmus + Estágio	27
Anexo 7 – Certificado de Língua: Nível B2 de Alemão	28

LISTA DE SIGLAS

ADC: Adenocarcinoma

AINEs: Anti-inflamatórios Não Esteroides

ATM: Articulação Temporomandibular

CDT: Consulta de Decisão Terapêutica

CG: Cirurgia Geral

COPC: Carcinoma De Pequenas Células Do Ovário

CTG: Cardiotocografia

DM1: Diabetes Mellitus Tipo 1

DM2: Diabetes Mellitus Tipo 2

ER: Estrogen Receptor (Recetor De Estrogénios)

GO: Ginecologia E Obstetrícia

HER2: Human Epidermal Growth Factor Receptor 2 (Recetor Tipo 2 Do Fator De Crescimento Epidérmico Humano)

HTA: Hipertensão Arterial

IC: Insuficiência Cardíaca

IR: Insuficiência Respiratória

MCDT: Meios Complementares De Diagnóstico E Terapêutica

MGF: Medicina Geral e Familiar

MI: Medicina Interna

MIM: Mestrado Integrado em Medicina

NMS: Nova Medical School

PAC: Pneumonia Adquirida Na Comunidade

PEM: Prescrição Eletrónica De Medicamentos

RIPA: *Resposta Integrada para Perturbações Alimentares*

RPM: Rotura Prematura De Membranas

SM: Saúde Mental

SOP: Síndrome Dos Ovários Poliquísticos

SU: Serviço de Urgência

TEAM: *Trauma Evaluation and Management*

USF: Unidade De Saúde Familiar

INTRODUÇÃO

O plano de estudos do Mestrado Integrado em Medicina (MIM) da Nova Medical School (NMS) dita para o último ano do ciclo de estudos a realização de seis Estágios Parcelares: Medicina Interna, Cirurgia Geral, Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia, Saúde Mental e Medicina Geral e Familiar. O Estágio Profissionalizante constitui a etapa final do percurso formativo pré-graduado, assumindo um papel central na preparação para o ingresso no internato médico. Este período visa a consolidação, integração e aplicação, em contexto clínico real, dos conhecimentos e competências adquiridos ao longo do curso. Representa, assim, um elo estruturante de transição entre a formação académica e o exercício profissional autónomo da medicina. Neste enquadramento, e tomando como referência o documento “*O Licenciado Médico em Portugal*”¹ defini um conjunto de objetivos orientadores, a concretizar progressivamente ao longo dos diferentes Estágios Parcelares: **1)** Ser capaz de utilizar o conhecimento das ciências básicas e clínicas na análise e solução dos problemas clínicos comuns; **2)** Ser capaz de efetuar uma história clínica abrangente e um exame objetivo detalhado, sabendo identificar os resultados anormais no exame físico; **3)** Solicitar os meios complementares de diagnóstico adequados e definir um plano terapêutico adequado para as situações clínicas mais relevantes e prevalentes na população; **4)** Utilizar uma abordagem biopsicossocial abrangente na avaliação e tratamento dos doentes; **5)** Demonstrar conhecer os conceitos fundamentais da prevenção da doença e promoção da saúde a nível do doente individual e das populações; **6)** Otimizar estratégias de comunicação com os doentes, famílias e cuidadores.

O presente relatório visa apresentar de forma sucinta as principais atividades desenvolvidas durante os Estágios Parcelares realizados no ano letivo de 2024/2025, bem como uma breve descrição do Estágio Opcional que realizei. Incluo também uma referência às atividades extracurriculares e valorativas que considero mais significativas para o meu percurso formativo pré-graduado e termino com uma reflexão crítica sobre a minha trajetória como estudante de Medicina ao longo do curso. Em anexo, apresento o cronograma dos Estágios Parcelares que realizei (Apêndice 1), os aspetos que considere positivos e negativos em cada um (Apêndice 2), a minha autoavaliação com base nos objetivos que defini (Apêndice 3), uma breve descrição dos trabalhos que realizei (Apêndice 4) e uma análise casuística dos Estágios Parcelares, onde incluo gráficos estatísticos relativos aos dados mais significativos (Apêndice 5). Remeto ainda em anexo os certificados de cursos, seminários e programas nos quais participei.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA INTERNA – Hospital CUF Descobertas/ Hospital CUF Tejo

O Estágio Parcelar de Medicina Interna (MI) teve a duração de 8 semanas e dividiu-se em duas partes. A primeira, de 3 semanas, decorreu no Serviço de Oncologia do Hospital CUF Descobertas sob orientação da Prof.^a Doutora Isabel Fernandes. A segunda, de 5 semanas, teve

lugar no Serviço de Medicina Interna do Hospital CUF Tejo, orientada pela Prof.^a Doutora Fátima Grenho. Como objetivos específicos, defini para este estágio: **1)** Proceder de forma autónoma ao interrogatório e exame físico de qualquer doente; **2)** Proceder ao pedido de exames auxiliares e à sua interpretação; **3)** Proceder ao diagnóstico das situações clínicas mais importantes no doente adulto; **4)** Identificar as propostas terapêuticas apropriadas e propor a sua aplicação.

Na primeira parte, estive sobretudo na Consulta Externa, onde acompanhei o seguimento de doentes oncológicos e a monitorização de efeitos secundários da terapêutica oncológica. Passei também pelo Hospital de Dia, onde acompanhei a administração de quimioterapia, imunoterapia e terapêuticas de suporte. Tive ainda a oportunidade de contactar com Ensaio Clínicos em Dermatologia, que me proporcionou um primeiro contacto com a vertente investigacional da prática médica.

Na segunda parte, na CUF Tejo, integrei a equipa do serviço de Medicina Interna, tendo o internamento ocupado a maior fração do meu estágio. Neste, acompanhava diariamente a minha tutora nas suas funções, sendo também responsável por um a dois doentes, aos quais realizava de forma autónoma a anamnese, o exame físico, os registos clínicos, e a interpretação de MCDTs, sempre sob supervisão médica. No Serviço de Urgência, participei na abordagem clínica de doentes com patologia aguda, num contexto mais desafiante, dado que tinha que agir e tomar decisões de forma mais rápida. Assisti ainda a consultas externas, incluindo primeiras consultas e consultas de seguimento, onde observei doentes com múltiplas patologias crónicas. Por fim, elaborei três Histórias Clínicas e apresentei um trabalho sobre “*Pneumonia adquirida na Comunidade (PAC)*”, cujo resumo apresento sucintamente no Apêndice 4.

ESTÁGIO PARCELAR DE CIRURGIA GERAL – *Hospital da Luz Lisboa*

O Estágio Parcelar de Cirurgia Geral teve a duração de 8 semanas e decorreu no Hospital da Luz de Lisboa, sob a tutoria da Doutora Susana Ourô. Como objetivos específicos, defini para este estágio: **1)** Conhecer as principais síndromes cirúrgicas, a sua etiopatogenia e a sua semiologia; **2)** Saber distinguir as situações clínicas com indicação cirúrgica eletiva e urgente; **3)** Praticar procedimentos de pequena cirurgia.

A maior parte do estágio decorreu no Bloco Operatório, onde assisti a cirurgias do aparelho gastrointestinal e hepatobiliar, tendo observado abordagens por via aberta, laparoscópica e robótica. A Consulta Externa, que acompanhei semanalmente, teve um papel fundamental na compreensão dos critérios que orientam a escolha dos procedimentos cirúrgicos. Realizei também duas semanas de Estágio Opcional em Anestesiologia, onde observei diversas técnicas anestésicas em diferentes tipos de cirurgias. Além disso, assisti semanalmente às sessões clínicas de tumores gastrointestinais (CDTs), espaços de discussão multidisciplinar. Não tive contacto com a Pequena Cirurgia, nem com o Serviço de Urgência. Ao longo do estágio, realizei ainda o curso TEAM e participei nas sessões de simulação *Luz Learning Health*, cujos certificados deixo em anexo (Anexos 1 e 2, respetivamente). Finalmente, participei no Mini-

congresso de Cirurgia, no qual apresentei juntamente com os meus colegas um trabalho sobre um caso de carcinoma de pequenas células do ovário (COPC), o qual intitulamos de “*A surprise guest: Ovarian Cancer crashes the pregnancy party – Caso clínico*” (Apêndice 4).

ESTÁGIO PARCELAR DE PEDIATRIA – *Universitätsklinikum Heidelberg*

O Estágio Parcelar de Pediatria teve a duração de 4 semanas e decorreu no âmbito do Programa Erasmus+ Estágios, no serviço de Neurologia Pediátrica do Hospital Universitário de Heidelberg, na Alemanha (<https://www.klinikum.uni-heidelberg.de>), no qual estive sob orientação da Doutora Elisabeth Schuler. Os objetivos específicos que defini para este estágio foram: **1)** Ser capaz de realizar uma anamnese e exame objetivo adaptados às especificidades das diferentes idades pediátricas; **2)** Consolidar os conhecimentos teóricos adquiridos anteriormente; **3)** Desenvolver uma comunicação eficaz com a criança ou adolescente e respetiva família.

Durante o estágio, estive exclusivamente no internamento, no qual acompanhei crianças com diversas patologias neurológicas, em particular epilepsia, doenças neurometabólicas e neurodegenerativas e doenças neuromusculares. O dia iniciava-se com a reunião clínica de equipa, onde se discutiam os casos dos doentes internados. Seguia-se a visita clínica, onde acompanhava os médicos e enfermeiros na visita aos doentes, monitorizando o seu estado geral. Eram-me depois atribuídos os doentes pelos quais ficava responsável. As minhas funções eram sobretudo práticas, nomeadamente a realização do exame físico focado no sistema neurológico, colheita de sangue e colocação de acessos venosos. Tive ainda participação assídua na realização de procedimentos diagnósticos e terapêuticos, como a punção lombar.

ESTÁGIO PARCELAR DE GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA – *Universitätsklinikum Heidelberg*

O Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia teve a duração de 5 semanas e decorreu no âmbito do Programa Erasmus+ Estágios, no Serviço de Ginecologia e Obstetrícia do Hospital Universitário de Heidelberg, na Alemanha (<https://www.klinikum.uni-heidelberg.de>). Os objetivos específicos que defini para este estágio foram: **1)** Contactar com as várias valências da especialidade; **2)** Executar o exame objetivo ginecológico e obstétrico; **3)** Identificar e gerir situações de emergência na grávida e não grávida; **4)** Realizar a auscultação da frequência cardíaca fetal; **5)** Identificar e resolver problemas comuns na gravidez normal.

Durante o estágio, contactei com as diversas áreas do Serviço de Ginecologia e Obstetrícia, tendo a consulta representado uma parte significativa do meu estágio. Nas consultas de obstetrícia acompanhei sobretudo grávidas no terceiro trimestre, participando ativamente na avaliação ecográfica fetal de termo e no planeamento do parto. Na consulta de Ginecologia observei principalmente patologia benigna do foro ginecológico, tendo realizado igualmente ecografias ginecológicas, sempre sob supervisão. No Serviço de Urgência, local onde mantive uma presença regular e ativa, acompanhei sobretudo a abordagem inicial de grávidas com sinais de trabalho de parto e participei na interpretação de CTGs. Observei também mulheres com sintomatologia aguda no âmbito ginecológico, nomeadamente hemorragia uterina anómala

e complicações de quistos anexiais, colaborando na realização de exames físicos dirigidos, ecografias transabdominais e endovaginais. Já no internamento, acompanhei grávidas de risco e mulheres no pós-parto imediato em casos de parto com complicações. Aqui realizei autonomamente exames físicos dirigidos, colheitas analíticas, ecografias obstétricas à cabeceira e monitorização do bem-estar fetal através do CTG. Finalmente, no bloco operatório, assisti e participei em cesarianas eletivas e urgentes, miomectomias e em procedimentos minimamente invasivos, como a excisão de quistos ováricos.

ESTÁGIO PARCELAR DE SAÚDE MENTAL – *Hospital Júlio de Matos*

O Estágio Parcelar de Saúde Mental teve a duração de 4 semanas e decorreu no Serviço de Internamento de doentes agudos da Clínica 3, do Hospital Júlio de Matos, sob a tutoria do Doutor Miguel Nascimento. Para este estágio, defini como objetivos específicos: **1)** Contactar com patologias agudas, desenvolvendo competências clínicas para o seu diagnóstico e gestão eficaz; **2)** Avaliar o doente de forma completa, situando-o no seu contexto social, laboral e familiar; **3)** Desenvolver a capacidade de comunicar eficazmente com doentes em contexto psiquiátrico.

A maior parte do meu estágio decorreu no serviço de internamento, onde acompanhei doentes portadores de doenças psiquiátricas agudas, como Esquizofrenia, Perturbação Esquizoafetiva, Perturbação Afetiva Bipolar e perturbações relacionadas com o consumo de substâncias psicoativas. Acompanhei diariamente a equipa médica nas suas funções, participei nas reuniões diárias com a equipa de enfermagem para atualizar o estado clínico dos doentes, e realizei entrevistas clínicas entre dois a três doentes por dia, com foco na avaliação do seu estado emocional, dificuldades vividas durante o internamento e expectativas face ao tratamento. Acompanhei ainda a Doutora Miriam Garrido nas consultas de Sexologia, tendo sido a minha primeira exposição com este campo da psiquiatria, que se revelou muito interessante e o qual pretendo aprofundar. Semanalmente foi também lecionada uma aula teórico-prática pelo Prof. Doutor Pedro Rodrigues, totalizando três aulas, cujos temas foram: Sinais e Sintomas em Psiquiatria; História Clínica; Apresentação da História Clínica. Finalmente, elaborei e apresentei uma história clínica, cujo resumo apresento sucintamente no Apêndice 4.

ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR – *USF Rainha D. Leonor*

Durante as quatro semanas do meu estágio em Medicina Geral e Familiar, integrei a equipa da USF Rainha D. Leonor, nas Caldas da Rainha, sob orientação da Doutora Paula Oliveira. Para este estágio, defini como objetivos específicos: **1)** Realizar autonomamente um exame objetivo dirigido; **2)** Fazer a interpretação dos exames auxiliares de diagnóstico e orientar o doente de acordo com os resultados dos mesmos; **3)** Prescrever corretamente os medicamentos mais utilizados; **4)** Identificar grupos de pessoas vulneráveis e fatores de risco para os problemas de saúde mais comuns, sabendo aplicar medidas de prevenção e de diminuição de risco; **5)** Adquirir gradualmente independência na realização de consultas e procedimentos clínicos; **6)**

Otimizar estratégias de comunicação com os doentes, utilizando o método clínico centrado no paciente.

Neste estágio, tive a oportunidade de assistir a diversas consultas, incluindo as de Saúde do Adulto, Saúde Infantil e Juvenil, Saúde Materna, Planeamento Familiar e Consulta Aberta. Durante as consultas, fui responsável pela realização do exame objetivo a todos os doentes, e participei de forma ativa na discussão e planeamento das estratégias terapêuticas e de seguimento dos doentes. Realizei ainda Consultas Abertas com autonomia parcial, o que me permitiu desenvolver competências práticas e consolidar conhecimentos clínicos. Por fim, apresentei um caso clínico, cujo resumo apresento sucintamente no Apêndice 4.

ESTÁGIO OPCIONAL – *Hospital de Dia para Doenças do Comportamento Alimentar - Clínica Psiquiátrica de S. José, Irmãs Hospitaleiras*

Realizei o Estágio Opcional no Hospital de Dia de Doenças do Comportamento Alimentar da Clínica Psiquiátrica de S. José – Irmãs Hospitaleiras, durante duas semanas, sob a orientação da Doutora Dulce Bouça. Neste, contactei de forma próxima com doentes diagnosticadas com anorexia nervosa, bulimia nervosa e compulsão alimentar, uma área pela qual nutro enorme interesse. Acompanhei a equipa multidisciplinar em consultas, reuniões clínicas e atividades terapêuticas, observando a importância da abordagem integrada nestes quadros clínicos. Assisti ainda a consultas de doenças do comportamento alimentar, onde pude observar a abordagem clínica destes casos. Por fim, estive presente no Seminário RIPA (Anexo 4), no qual foi apresentado o projeto RIPA - um projeto dedicado ao acompanhamento de pessoas com perturbações do comportamento alimentar.

ELEMENTOS VALORATIVOS

Desde o início do meu percurso académico que procuro crescer não só enquanto futura médica, mas também enquanto pessoa, explorando interesses para além do currículo obrigatório.

O ensino constituiu, desde cedo, uma das minhas principais áreas de interesse e realização pessoal. Ao longo da minha formação académica, dei explicações de várias disciplinas, com especial destaque para a Matemática. Considero que ensinar é um meio de desenvolvimento de empatia e de capacidade de comunicação, competências essenciais no exercício da prática clínica.

Simultaneamente, o exercício físico tornou-se um pilar basilar da minha vida. A frequência diária do ginásio e a prática de corrida representam um momento fundamental do meu dia, promovendo não só o meu bem-estar físico e mental, mas também a organização e disciplina que levo para outras áreas da vida. Com base nesta experiência pessoal, e por reconhecer os

efeitos positivos que o exercício físico me proporciona, a sua prescrição será certamente uma parte incontornável da minha prática clínica.

Iniciei também o estudo da língua alemã no meu 5º ano de curso, tendo concluído o nível B2 e obtido a respetiva certificação oficial no prazo de um ano (Anexo 7). Considero que o estudo de uma nova língua, sobretudo com um nível de exigência elevado como o alemão, exige perseverança, organização e motivação, qualidades que foram reforçadas ao longo deste processo.

Realizei ainda dois programas de mobilidade Erasmus+ que se revelaram profundamente enriquecedores. No âmbito do programa Erasmus+ Estudos (Anexo 5), frequentei um semestre em Kosice, na Eslováquia, uma experiência que me permitiu conhecer um sistema de ensino diferente e contactar com pessoas de diversas nacionalidades. Posteriormente, tive a oportunidade de realizar dois estágios em Heidelberg, na Alemanha, ao abrigo do programa Erasmus+ Estágio (Anexo 6). Esta experiência teve um impacto notável no meu percurso académico, permitindo-me crescer de forma significativa tanto a nível pessoal, como profissional. Trabalhar em contexto internacional exigiu uma adaptação constante a uma nova cultura e a diferentes abordagens clínicas e formas de pensar a medicina, constituindo um momento de grande aprendizagem e transformação.

Em suma, o meu percurso académico foi pautado por uma procura consistente de equilíbrio entre a formação médica e o desenvolvimento pessoal. Ao longo deste processo, percebi que conciliar diferentes áreas da vida não compromete o foco no objetivo principal; pelo contrário, enriquece o percurso, desde que sustentado por compromisso e responsabilidade. Considero que esta diversidade de experiências tem desempenhado um papel fundamental na construção de uma preparação mais sólida, completa e humana para o exercício da Medicina.

REFLEXÃO CRÍTICA

Com a conclusão do MIM, impõe-se uma reflexão crítica e abrangente sobre o percurso académico realizado, em particular durante este último ano. Nesta reflexão procuro visitar criticamente o meu percurso ao longo do Estágio Profissionalizante, avaliando o cumprimento dos objetivos definidos, identificando aprendizagens significativas e reconhecendo áreas de dificuldade.

Relativamente ao meu **1º objetivo geral**, destaco o estágio de MI, cuja diversidade de patologias complexas e multisistémicas desafiou-me a aplicar, de forma integrada, conhecimentos de fisiopatologia, farmacologia e semiologia no processo diagnóstico. De forma semelhante, o estágio de MGF contribuiu igualmente para o cumprimento deste objetivo, na medida em que facilitou a integração do conhecimento teórico com a prática clínica na gestão de doenças frequentemente observadas em cuidados de saúde primários. Por fim, o estágio de CG teve também um papel relevante no cumprimento deste objetivo, pela oportunidade de

assistir a intervenções cirúrgicas variadas e de acompanhar consultas externas, nas quais pude compreender a clínica subjacente às decisões cirúrgicas.

No que diz respeito ao meu **2.º objetivo geral**, que tenho por plenamente alcançado, destaco os estágios de MGF, MI e SM, nos quais realizei histórias clínicas abrangentes, tendo reforçado a capacidade de recolher informação de forma estruturada, identificando os sinais e sintomas relevantes para a formulação de hipóteses diagnósticas.

Quanto ao meu **3º objetivo geral**, considero tê-lo cumprido apenas parcialmente. De forma transversal a todos os estágios, deparei-me com dificuldades na elaboração de propostas terapêuticas, sobretudo em doentes com múltiplas comorbilidades, cuja complexidade exige uma avaliação cuidadosa para evitar interações medicamentosas e efeitos adversos. Além disso, confrontei-me com desafios na seleção adequada de meios complementares de diagnóstico perante sintomas inespecíficos, onde a interpretação clínica rigorosa é essencial para evitar exames desnecessários e garantir uma abordagem eficiente para o doente.

No que concerne ao meu **4.º objetivo geral**, destaco especialmente os estágios de MGF e de SM, que foram essenciais para a sua concretização. Durante o estágio de MGF, deparei-me com uma realidade bastante diferente daquela que conhecia em Lisboa, marcada por uma menor oferta de serviços de saúde. Esta experiência proporcionou-me uma compreensão profunda do impacto que os contextos social, familiar e económico exercem na saúde dos utentes, sublinhando a importância de uma abordagem integrada e personalizada. De forma semelhante, o estágio de SM permitiu-me reconhecer a influência do contexto familiar e das experiências adversas na apresentação clínica, aplicando de forma eficaz a abordagem biopsicossocial na avaliação e gestão dos doentes.

No que diz respeito ao alcance do meu **5.º objetivo geral**, destaco especialmente o estágio de MGF, cuja ênfase na prevenção e promoção da saúde, pilares centrais desta especialidade, permitiram a realização de intervenções educativas junto dos utentes. Nestas, abordei temas cruciais como a alimentação equilibrada, a prática regular de exercício físico, e a gestão de stress, fornecendo exemplos práticos e orientações personalizadas, tornando a promoção da saúde mais eficaz e acessível para todos.

Finalmente, no que toca ao cumprimento do meu **6º objetivo geral**, importa destacar a experiência internacional ao abrigo do programa Erasmus+ Estágio, que veio acrescentar uma nova dimensão à minha formação, confrontando-me com uma realidade clínica e cultural distinta. Observei diferentes modelos de prestação de cuidados, sistemas de registo clínico e organização hospitalar, o que se traduziu numa aprendizagem transversal ao nível da adaptação e flexibilidade. A barreira linguística constituiu um desafio inicial, limitando a comunicação e o envolvimento pleno nas atividades clínicas. Contudo, a progressiva adaptação ao sistema e idioma alemão e aperfeiçoamento contínuo da comunicação em ambiente hospitalar, permitiram uma participação mais ativa e proveitosa do estágio e contribuíram para o cumprimento deste objetivo. Por sua vez, o estágio de SM foi também fundamental para o

cumprimento deste objetivo, dado que exigiu uma comunicação empática, clara e adaptada à fragilidade emocional e cognitiva dos doentes. Neste contexto, desenvolvi competências comunicacionais essenciais, como a escuta ativa e a comunicação não verbal, o que facilitou a compreensão das necessidades dos doentes e a criação de um ambiente de confiança. Adicionalmente, o Estágio Opcional complementou de forma relevante o Estágio Parcelar de SM. Aqui, tive contacto com patologias distintas, nomeadamente quadros clínicos de evolução mais prolongada, com forte componente psicossocial. Foi neste contexto que senti de forma mais clara o impacto da comunicação, não só na relação médico-doente, em que o desenvolvimento progressivo de uma relação de confiança se mostrou fulcral na adesão ao tratamento, mas também na relação com as famílias, que desempenhavam um papel ativo no processo terapêutico.

Para além das especificidades de cada um destes estágios, destaco uma limitação comum: a reduzida exposição à realização de procedimentos técnicos. Em particular, teria gostado de realizar gasimetrias no estágio de MI, bem como a colheita de colpocitologias em MGF. No caso de CG, a ausência de contacto com a pequena cirurgia, que teria sido uma excelente oportunidade para praticar suturas, representou uma lacuna semelhante. Por outro lado, os estágios realizados em mobilidade destacaram-se dos demais neste aspeto. O estágio de Pediatria foi fulcral no desenvolvimento da minha autonomia e competência prática, dado ter realizado regularmente procedimentos técnicos, como colheitas de sangue e colocação de acessos venosos. Contudo, a ausência de rotação noutras valências para além do internamento e a frequência com que desempenhei tarefas mais próximas do âmbito da enfermagem revelou-se discrepante face aos objetivos que tracei para este estágio. Por sua vez, o estágio de GO respondeu de forma mais completa aos objetivos definidos, dado que participei ativamente em várias áreas da especialidade, o que me proporcionou uma visão abrangente da mesma. Destaco positivamente ter realizado ecografias obstétricas e ginecológicas de forma autónoma, o que contribuiu significativamente para a consolidação das minhas competências técnicas.

Por último, tendo em conta a experiência acumulada nos diferentes estágios, considero que a prática clínica permanece muito centrada na doença instalada, com reduzido investimento em estratégias de prevenção primária. Assim, identifico como prioritária uma aposta mais consistente na prevenção da doença e na promoção ativa de estilos de vida saudáveis, defendendo a integração na prática médica de medidas como a prescrição formal de exercício físico, contribuindo para uma abordagem mais holística e proativa da saúde.

Em suma, concluo o Estágio Profissionalizante e o Mestrado Integrado em Medicina com um profundo sentimento de gratidão. Sinto-me preparada para iniciar o Internato Médico munida de bases sólidas, pensamento crítico e motivação constante para aprender. Esta etapa marca o início de uma nova fase que espero trilhar com dedicação, rigor e sentido de propósito.

BIBLIOGRAFIA

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

APÊNDICES

Apêndice 1 – Cronograma Dos Estágios Parcelares e Estágio Opcional

Estágio	Local	Tutor	Período	Duração
MI	Hospital Cuf Descobertas e Hospital Cuf Tejo	Prof. ^a Doutora Isabel Fernandes; Prof. ^a Doutora Fátima Grenho	09/09/2024 a 01/11/2024	8 semanas
CG	Hospital da Luz Lisboa	Dr. ^a Susana Ourô	04/11/2024 a 20/12/2024 e 06/01/2025 a 10/01/2025	8 semanas
Pediatria	Universitätsklinikum Heidelberg	Dr. ^a Elisabeth Schuler	13/01/2025 a 07/02/2025	4 semanas
GO	Universitätsklinikum Heidelberg	Dr. ^a Eva Schöndorf- Holland; Dr. ^a Anna Bülow; Dr. ^a Lea Müller; Dr. Philipp Romar	10/02/2025 a 14/03/2025	5 semanas
SM	Hospital Júlio de Matos	Dr. Miguel Nascimento	17/03/2025 a 11/04/2025	4 semanas
MGF	USF Rainha D.Leonor	Dr. ^a Paula Oliveira	22/04/2025 a 16/05/2025	4 semanas
Opcional	Clínica Psiquiátrica de São José - Irmãs Hospitaleiras	Dr. ^a Dulce Bouça	19/05/2025 a 30/05/2025	2 semanas

Apêndice 2 – Aspetos Positivos e Negativos de cada Estágio Parcelar

Estágio	Aspetos Positivos	Aspetos Negativos
MI	– Plano de estágio muito organizado; – Familiarização com as plataformas informáticas; – Contacto com Ensaios Clínicos em Dermatologia; – Estágio no serviço de oncologia; – Realização extensa do exame objetivo a vários doentes; – Contacto com a consulta externa; – Hospital privado, que me permitiu observar os doentes com menor pressão assistencial.	– Menor autonomia do que a esperada; – Ausência da realização de procedimentos práticos, como gasimetrias.
CG	– Observação de uma grande diversidade de cirurgias e técnicas cirúrgicas; – Possibilidade de observar cirurgia robótica; – Contacto com a consulta externa.	– Ausência de contacto com a Pequena Cirurgia e SU; – Estágio predominantemente observacional.
Pediatria	– Elevado grau de autonomia e sentido de responsabilidade; – Contacto com casos clínicos complexos e interessantes.	– Ausência de contacto com consulta externa; – Contacto com doentes com patologias neurológicas complexas, não tendo tido contacto com pediatria geral; – Funções centradas no âmbito da enfermagem; – Barreira Linguística; – Carga horária elevada.
GO	– Contacto com várias valências da especialidade; – Contacto equilibrado entre ginecologia e obstetrícia; – Oportunidade de realizar ecografias obstétricas; – Possibilidade de participar em cirurgias, como cesarianas; – Elevado grau de autonomia e sentido de responsabilidade; – Rácio Tutor: Aluno de 1:1; – Excelente ambiente de equipa e de entreajuda.	– Barreira Linguística; – Carga horária elevada.
SM	– Contacto com patologia aguda; – Acompanhamento de casos complexos e desafiantes; – Aulas teórico-práticas muito pertinentes; – Ambiente propício ao esclarecimento de dúvidas; – Excelente ambiente de equipa e de entreajuda.	– Ausência de contacto com o Serviço de Urgência;
MGF	– Plano de estágio muito organizado; – Flexibilidade de horários; – Excelente ambiente de equipa e de entreajuda na USF; – Rácio Tutor:Aluno de 1:1; – Familiarização com as plataformas informáticas, nomeadamente a PEM; – Realização autónoma do exame objetivo a todos os doentes observados; – USF localizada fora da área metropolitana de Lisboa, o que me permitiu experienciar os cuidados de saúde primários num contexto com menor acesso a serviços especializados e num ambiente de maior proximidade com a comunidade.	– Menor autonomia do que a esperada; – Pouca oportunidade de realizar procedimentos, como colpocitologias.

Apêndice 3 - Objetivos propostos para o Estágio Profissionalizante do 6º ano e respetiva autoavaliação

Objetivos	Nível de Concretização
Gerais	
1) Ser capaz de utilizar o conhecimento das ciências básicas e clínicas na análise e solução dos problemas clínicos comuns;	Atingido
2) Ser capaz de efetuar uma história clínica abrangente e um exame objetivo detalhado, sabendo identificar os resultados anormais no exame físico;	Atingido
3) Solicitar os meios complementares de diagnóstico adequados e definir um plano terapêutico adequado para as situações clínicas mais relevantes e prevalentes na população;	Parcialmente atingido
4) Utilizar uma abordagem biopsicossocial abrangente na avaliação e tratamento dos doentes;	Atingido
5) Demonstrar conhecer os conceitos fundamentais da prevenção da doença e promoção da saúde a nível do doente individual e das populações;	Atingido
6) Otimizar estratégias de comunicação com os doentes, famílias e cuidadores;	Atingido
Medicina Interna	
1) Proceder de forma autónoma ao interrogatório e exame físico de qualquer doente;	Atingido
2) Proceder ao pedido de exames auxiliares e à sua interpretação;	Parcialmente atingido
3) Proceder ao diagnóstico das situações clínicas mais importantes no doente adulto;	Atingido
4) Identificar as propostas terapêuticas apropriadas e propor a sua aplicação;	Parcialmente atingido
Cirurgia Geral	
1) Conhecer as principais síndromes cirúrgicas, a sua etiopatogenia e a sua semiologia;	Atingido
2) Saber distinguir as situações clínicas com indicação cirúrgica eletiva e urgente;	Atingido
3) Praticar procedimentos de pequena cirurgia;	Não atingido
Pediatria	
1) Ser capaz de realizar uma anamnese e exame objetivo adaptados às especificidades das diferentes idades pediátricas;	Atingido
2) Consolidar os conhecimentos teóricos adquiridos em anos anteriores;	Parcialmente atingido
3) Desenvolver uma comunicação eficaz com a criança ou adolescente e respetiva família.	Atingido
Ginecologia e Obstetrícia	
1) Contactar com as várias valências da especialidade;	Atingido
2) Executar o exame objetivo ginecológico e obstétrico;	Parcialmente atingido
3) Identificar e gerir situações de emergência na grávida e não grávida;	Atingido
4) Realizar a auscultação da frequência cardíaca fetal;	Atingido
5) Identificar e resolver problemas comuns na gravidez normal;	Parcialmente atingido
Saúde Mental	
1) Contactar com patologias agudas, desenvolvendo competências clínicas para o seu diagnóstico e gestão eficaz;	Atingido
2) Avaliar o doente de forma completa, situando-o no seu contexto social, laboral e familiar;	Atingido
3) Desenvolver a capacidade de comunicar eficazmente com doentes em contexto psiquiátrico.	Atingido
Medicina Geral e Familiar	
1) Realizar autonomamente um exame objetivo dirigido;	Atingido
2) Fazer a interpretação dos exames auxiliares de diagnóstico e orientação do doente, de acordo com os resultados dos mesmos;	Parcialmente atingido
3) Prescrever corretamente os medicamentos mais utilizados;	Parcialmente atingido
4) Identificar grupos de pessoas vulneráveis e fatores de risco para os problemas de saúde mais comuns, sabendo aplicar medidas de prevenção e de diminuição de risco;	Atingido
5) Adquirir gradualmente independência na realização de consultas e procedimentos clínicos;	Parcialmente atingido
6) Otimizar estratégias de comunicação com os doentes, utilizando o método clínico centrado no paciente.	Atingido

Apêndice 4 – Trabalhos desenvolvidos em cada Estágio Parcelar

Estágio	Título do Trabalho	Resumo	Autores
MI	<i>História Clínica</i>	História Clínica de doente de 51 anos, sexo masculino, que inicia quadro de astenia e fraqueza muscular, acompanhado de mialgias generalizadas, espessamento cutâneo palmar bilateral, poliartralgias dos cotovelos, joelhos e ATM, edema das articulações metacarpo-falângicas e edema periférico distal, que se encontra internado para estudo diagnóstico.	Mariana Carvalho
	<i>História Clínica</i>	História Clínica de doente de 51 anos, sexo feminino, com nódulo mamário detetado em mamografia de rastreio, cuja realização posterior de biópsia confirmou o diagnóstico de carcinoma invasivo da mama, subtipo hormonal ER-positivo. Foi submetida a tumorectomia e esvaziamento axilar, encontrando-se no momento da colheita da História Clínica a realizar tratamento adjuvante com quimioterapia e radioterapia.	Mariana Carvalho
	<i>História Clínica</i>	História Clínica de doente de 33 anos, sexo feminino, que apresentou uma massa palpável na mama esquerda, cuja biópsia revelou o diagnóstico de carcinoma ductal invasivo da mama, HER2 positivo e recetor hormonal negativo. Foi submetida a mastectomia radical com esvaziamento axilar, encontrando-se no momento da colheita da História Clínica a realizar tratamento adjuvante com quimioterapia e terapêutica alvo dirigida anti-HER2.	Mariana Carvalho
	<i>PAC: Pneumonia Adquirida na Comunidade</i>	Revisão teórica sobre Pneumonia adquirida na Comunidade, no que toca à sua classificação, epidemiologia, etiopatogenia, diagnóstico, tratamento e prognóstico	Mariana Carvalho; Luís Nunes
CG	<i>A surprise guest: Ovarian Cancer crashes the pregnancy party - Caso Clínico</i>	Apresentação de um caso clínico de neoplasia de pequenas células do ovário do tipo hipercalcémico IIC na grávida. Foi realizada uma breve introdução teórica sobre o tema, explicação da cirurgia realizada e caracterização detalhada dos períodos do pré e pós-operatório.	Beatriz Duarte; Mariana Carvalho; Miriam Riacho; Luís Nunes
MGF	<i>Apresentação de Caso Clínico</i>	Retrato de uma consulta de saúde do adulto centrada num doente com neoplasia da próstata em tratamento adjuvante com radioterapia, que apresenta também insuficiência renal crónica devido ao uso prolongado e não supervisionado de AINEs. O caso destaca o papel fundamental dos Cuidados de Saúde Primários na gestão integrada de comorbididades, na promoção da adesão terapêutica e na vigilância de riscos iatrogénicos. Realça ainda a importância dos rastreios e exames de rotina no diagnóstico precoce, com impacto positivo no prognóstico. É também destacado o papel central do médico de família na coordenação dos cuidados de saúde primários e na prevenção de complicações evitáveis.	Mariana Carvalho
SM	<i>História Clínica</i>	História Clínica de doente de 28 anos, sexo feminino, com antecedentes de episódios depressivos, internada devido a um quadro agudo de sintomas psicóticos, incluindo delírios persecutórios e eretomaníacos, além de alterações importantes no humor, que se manifestam por fases de agitação, aumento da autoestima e diminuição da necessidade de sono, alternando com períodos de tristeza profunda e isolamento social.	Mariana Carvalho

Apêndice 5 – Análise Casuística dos Estágios Parcelares

Gráfico 1 – Número de doentes observados, por valência, nos vários Estágios Parcelares

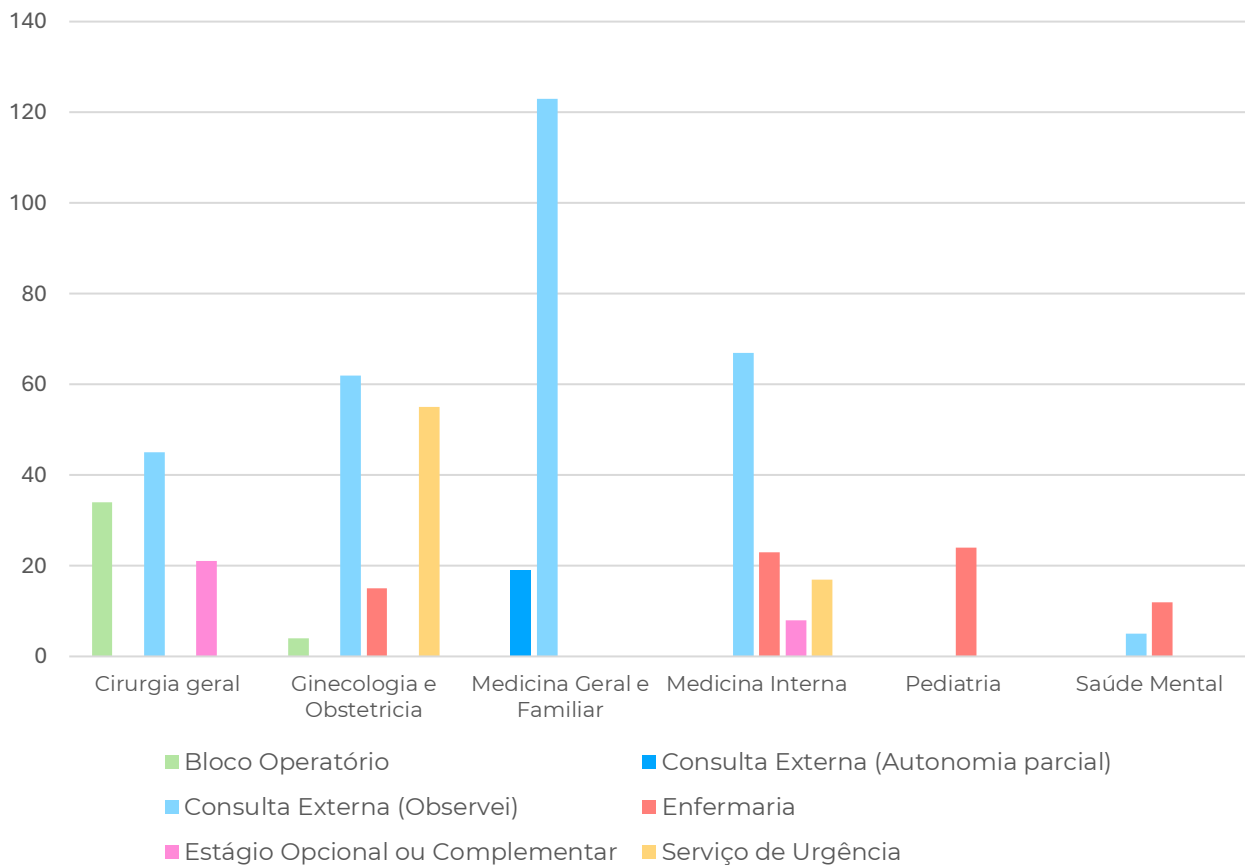
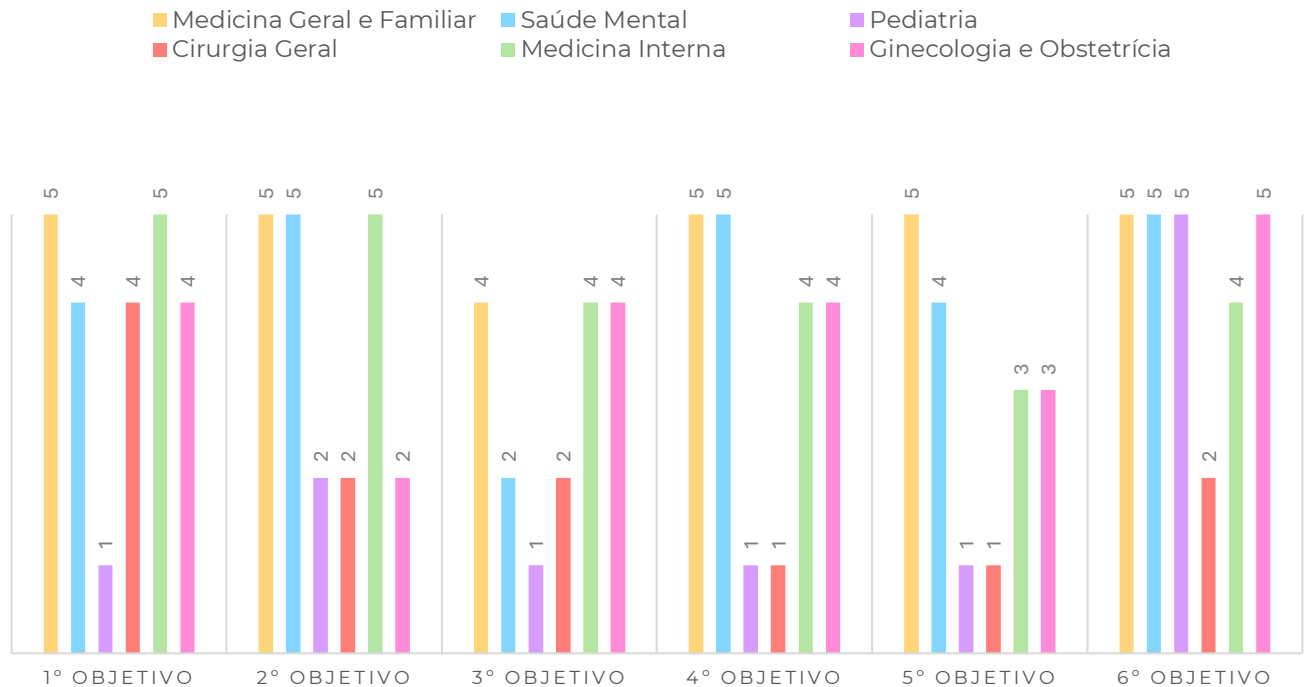


Gráfico 2 – Contribuição de cada Estágio Parcelar para o alcance dos Objetivos Gerais definidos



Legenda: **1** - Contribuição mínima; **2** - Contribuição baixa; **3** - Contribuição moderada; **4** - Contribuição elevada; **5** - Contribuição muito elevada.

Gráfico 3 – Distribuição dos tipos de parto observados no Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia (Heidelberg, Alemanha)

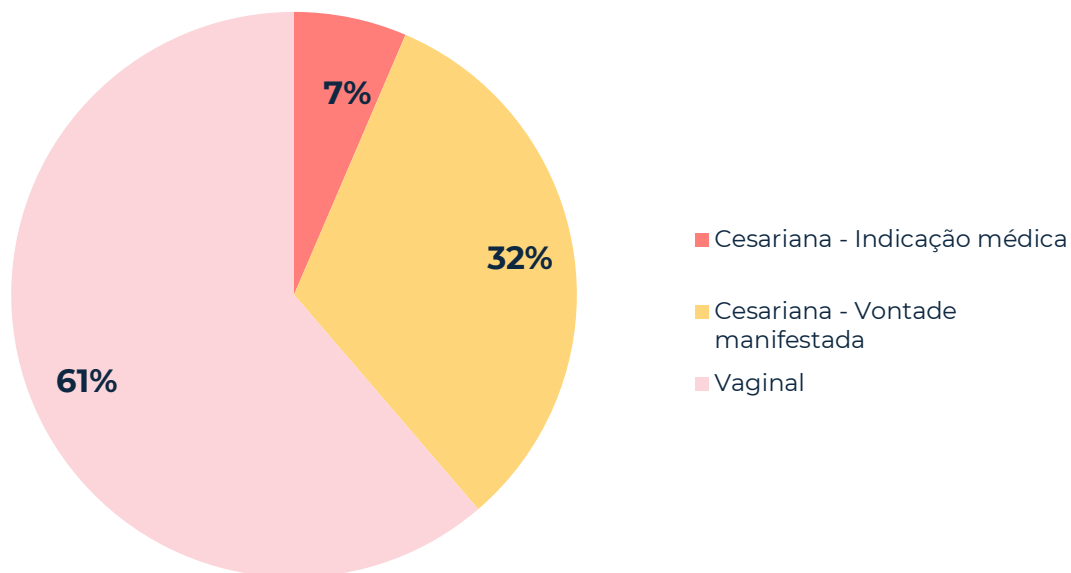
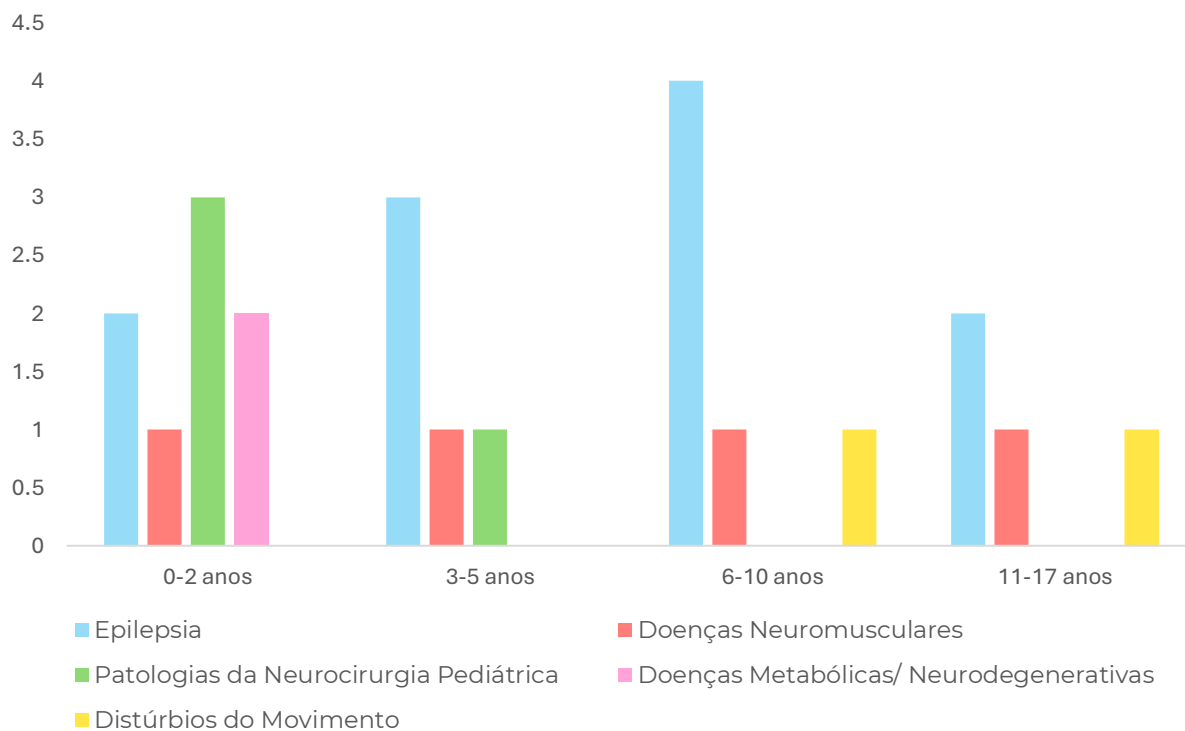


Gráfico 4 – Patologias observadas no Estágio Parcelar de Pediatria (Neurologia Pediátrica) por faixa etária (Heidelberg, Alemanha)



ANEXOS

Anexo 1 – Certificado: Curso TEAM



Certificado

Pelo presente se certifica que

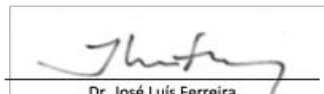
MARIANA CRISTINA HENRIQUES CARVALHO

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 07 e 08 de Novembro de 2024.

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

Anexo 2 – Certificado: Sessões de Simulação Luz Learning Health



Certificado de
participação

Mariana Carvalho

Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Novembro 2024

Presencial | 12 de Novembro de 2024 | 3 horas

Código de certificado: C-670f85300a848

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 – Certificado: Conferências do Estoril

**ESTORIL
CONFERENCES**
A FUTURE OF HOPE

TIME TO
RETHINK

CERTIFICATE

For due effects, it is certified that **Mariana Henriques Carvalho**, ID 15347246, attended the 9th Edition of the **Estoril Conferences** on October 24 and 25 of 2024 onsite, held by [Nova](#)

[School of Business & Economics](#), [NOVA Medical School](#), [Municipality of Cascais](#)

[Tourism of Portugal](#) and [Digital Data Design Institute at Harvard](#)

in Carcavelos Campus in Cascais, Portugal.

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

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

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

Yours sincerely,

Estoril Conferences Team

PLANET PEACE POLICIES AI & TECH HEALTH & LONGEVITY

ORGANIZATION



MORE AT

WWW.ESTORILCONFERENCES.ORG

SOCIAL MEDIA

[Facebook](#) [Instagram](#) [LinkedIn](#) [Twitter](#) [YouTube](#)

Anexo 4 – Certificado: Seminário RIPA (Resposta Integrada para as Perturbações Alimentares)



Anexo 5 – Boletim de Reconhecimentos Académicos: Programa Erasmus + Estudos



SERVIÇO ACADÉMICO
NÚCLEO DE MOBILIDADE

BOLETIM DE RECONHECIMENTOS ACADÉMICOS

Informo que o(a) aluno(a) Mariana Cristina Henriques Carvalho, N° 2019389 que frequentou a *Pavol Jozef Safarik University in Kosice* (ESLOVÁQUIA), de 12/02/2024 a 26/06/2024, ano letivo 2023/2024 ao abrigo do Programa Erasmus Estudos obteve aproveitamento nas unidades curriculares que constavam no *Learning Agreement*, pelo que deverá ser-lhe atribuída creditação às seguintes unidades curriculares do Plano de Estudos do Mestrado Integrado em Medicina da NOVA Medical School|Faculdade de Ciências Médicas:

107046 - ESPECIALIDADES MÉDICAS 2 - 12 ECTS

107047 - ESPECIALIDADES MÉDICAS 3 - 9 ECTS

107040 - MECANISMOS MOLECULARES DA DOENÇA - 3 ECTS

107045 - O DOENTE COM CANCRO - 6 ECTS

O Coordenador dos Programas de Mobilidade:


NOVA Medical School
Faculdade de Ciências Médicas
Universidade NOVA de Lisboa

Prof. Doutor Paulo Paixão

Lisboa, 08/07/2024

Anexo: 2 Página(s) de Certificados de Nota originais

Anexo 6 – Boletim de Reconhecimentos Académicos: Programa Erasmus + Estágio



SERVIÇO ACADÉMICO
NÚCLEO DE MOBILIDADE

BOLETIM DE RECONHECIMENTOS ACADÉMICOS

Informo que a aluna **Mariana Cristina Henriques Carvalho**, n.º de estudante **2019389**, que frequentou a *Medizinische Fakultät Heidelberg* (DE) de 13/01/2025 a 14/03/2025, no ano letivo 2024/2025, ao abrigo do Programa Erasmus+ Estágios (SMP), obteve aproveitamento nas Unidades Curriculares que constavam no *Learning Agreement*, pelo que deverá ser-lhe atribuída creditação às seguintes Unidades Curriculares do Plano de Estudos do Mestrado Integrado em Medicina da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas:

107050 - PEDIATRIA (ESTÁGIO PARCELAR) - 7 ECTS

10700103 - GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA (ESTÁGIO PARCELAR) - 6 ECTS

107049 - PREPARAÇÃO PARA A PRÁTICA CLÍNICA - 3 ECTS

O Coordenador dos Programas de Mobilidade:


NOVA Medical School
Faculdade de Ciências Médicas
Universidade NOVA de Lisboa

Lisboa, 12/06/2025

Anexo: 6 página(s) de Certificados de Nota originais.

Anexo 7 – Certificado de Língua: Nível B2 de Alemão

telc
LANGUAGE TESTS

Zertifikat

telc Deutsch B2
Europaratsstufe B2 · Council of Europe level B2

Henriques Carvalho	Mariana Cristina
Name	Vorname
09.06.2000	Lissabon / PT
Geburtsdatum	Geburtsort

Schriftliche Prüfung	169,5 / 225 Punkte
• Leseverstehen	67,5 / 75 Punkte
• Sprachbausteine	24,0 / 30 Punkte
• Hörverstehen	45,0 / 75 Punkte
• Schriftlicher Ausdruck	33,0 / 45 Punkte
Mündliche Prüfung	75,0 / 75 Punkte
• Präsentation	25,0 / 25 Punkte
• Diskussion	25,0 / 25 Punkte
• Problemlösung	25,0 / 25 Punkte
Summe	244,5 / 300 Punkte

Prädikat	Gut
Datum der Prüfung	15.11.2024
Teilnehmernummer	4678386
Datum der Ausstellung	21.11.2024

 
Geschäftsführer


Eloquia GmbH
www.eloquia.com


Scannen Sie den Code, um die Echtheit des Zertifikats zu verifizieren.
<https://results.telc.net>