

MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA



RELATÓRIO FINAL

ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

REGENTE: PROFESSOR DOUTOR RUI MAIO
ORIENTADORA: PROF.^a DOUTORA CATARINA SALVADO



"Medicine, law, business, engineering, these are all noble pursuits, and necessary to sustain life. But poetry, beauty, romance, love, these are what we stay alive for." - Dead Poets Society

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais, por me terem dado a mão em cada passo e por moverem mundos por mim. Não existe na minha memória uma notícia feliz ou um dia difícil em que a primeira chamada não fosse, invariavelmente, para um deles. Obrigada por me terem sempre dado as condições para que fosse uma pessoa feliz e realizada, dentro e fora do curso. É um privilégio ser vossa filha. Devo-vos tudo o que sou.

Aos meus avós Nilza e Idorindo, que muito me ajudaram nestes últimos 6 anos de curso e 26 de vida. Lisboa foi sempre um bocadinho mais casa com a comida da avó.

À minha avó Odete, a pessoa mais bem disposta que conheço, e que, com o seu bom-humor, tantas vezes me contagiou. Avó, és um exemplo de vida e uma companheira de viagens para sempre.

Ao meu irmão, que sempre me apoiou, estando perto ou longe. Coisa 1, acho que foi a ser tua cobaia de lutas de wrestling que aprendi a ser forte. Todos os dias me surpreendes e me ensinas a crescer. Obrigada.

Aos meus tios Luís, Guida, Carla e aos meus primos Ana, Tiago e Bruno, obrigada por serem sempre um porto de abrigo. Ainda bem que a família não se escolhe, que eu acho que não teria atingido este jackpot tão certo.

Ao Gonçalo, o meu apoio incontestável e que me ensina a levar a vida menos a sério. Obrigada por seres a causa mais frequente do meu sorriso e por me dares sempre o empurrão que preciso.

À Mariana, que a faculdade me trouxe e que eu levo para a vida inteira. Obrigada por me ensinares a viver da forma certa e por me lembrares o que realmente importa no meio de todo o ruído. És especial.

À Leonor, a minha primeira amiga, a minha irmã mais nova. Obrigada por seres casa em todos os momentos e por seres a minha cheerleader pessoal. Ao Afonso, para quem as palavras não são suficientes. O meu ombro amigo da faculdade e da vida, que é um exemplo de superação e coragem. Adoro-vos mais do que consigo expressar. À Marta, por ser o melhor abraço da NMS. Por me encantar com a sua voz e me aconchegar com as suas palavras.

À Bia, que sabe sempre o que estou a sentir mesmo antes de eu própria o saber. A que me perguntava “estás a sentir luz negra?” quando eu chegava a casa e me deixava ser tão esquisita quanto ela (porque quem é que diz que sente uma luz?). À Kika, Marga e Inês, por darem sempre mais cinco e serem parceiras de dança para a vida toda.

Às minhas “pessoas de Coimbra em Lisboa” por todos os planos e todas as escaladas que ficaram por combinar.

À Maiva, Mafalda, Moura, Leonor, Catarina, Marta, Rafa, Joana, por serem uma constante na minha vida - obrigada por me mostrarem o que é amizade real.

Aos meus tutores e professores, principalmente os que me encorajaram a continuar e que me passaram o amor que tinham pela Medicina, obrigada por serem a razão que continuo e sigo em frente. Aos doentes que nos permitem aprender, obrigada.

Por fim, agradeço à NOVA Medical School, pelos ensinamentos, pelas pessoas e pela realização de um sonho.

OBRIGADA

1. Introdução e objetivos.....	7
2. Atividades desenvolvidas	7
Saúde Mental	7
Medicina Geral e Familiar	8
Pediatria.....	8
Ginecologia e Obstetrícia.....	9
Cirurgia Geral	9
Medicina Interna.....	10
Estágio Opcional - Psiquiatria da Infância e da Adolescência	11
3. Elementos valorativos	11
4. Reflexão crítica.....	12
5. Apêndices.....	15
APÊNDICES A - GERAL.....	15
APÊNDICE A1 - Cronograma Estágio Profissionalizante.....	15
APÊNDICE A2 - Trabalhos realizados nos estágios parcelares	15
APÊNDICE A3 - OBJETIVOS ESPECÍFICOS DOS ESTÁGIOS PARCELARES.....	16
APÊNDICE A4 - PONTOS POSITIVOS E NEGATIVOS DOS EP.....	20
APÊNDICE A5 - Casuística geral dos doentes observados nos Estágios Parcelares	21
APÊNDICE B - CASUÍSTICA SAÚDE MENTAL	21
APÊNDICE B1 - Número de doentes observados	21
APÊNDICE B2 - Prevalência de patologias observadas	21
APÊNDICE C - CASUÍSTICA MGF.....	22
APÊNDICE C1 - Número de consultas observadas e realizadas em autonomia parcial.....	22
APÊNDICE C2 - Prevalência problemas observados em consulta	22
APÊNDICE C3 - Principais gestos/procedimentos executados.....	22
APÊNDICE D - CASUÍSTICA PEDIATRIA	23
APÊNDICE D1 - Número de doentes observados.....	23
APÊNDICE D2 - Prevalência de patologias no internamento	23
APÊNDICE D3 - Principais motivos de ida ao atendimento permanente.....	23
APÊNDICE E - CASUÍSTICA GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA	24
APÊNDICE E1 - Número de doentes observadas.....	24
APÊNDICE E2 - Número de consultas observadas	24
APÊNDICE E3 - Número de ecografias observadas	24
APÊNDICE E4 - Principais motivos de ida ao SU.....	24
APÊNDICE F - CASUÍSTICA CIRURGIA GERAL	25
APÊNDICE F1 - Número de doentes observados	25
APÊNDICE F2 - Cirurgias observadas.....	25
APÊNDICE F3 - Principais patologias/motivo de internamento na enfermaria de CG.....	25
APÊNDICE G - CASUÍSTICA MEDICINA INTERNA	26
APÊNDICE G1 - Número de doentes observados.....	26
APÊNDICE G2 - Prevalência de patologias observadas no internamento (MI).....	26
APÊNDICE G3 - Prevalência de patologias observadas em consulta de Oncologia Médica	26

6. Anexos - certificados	27
ANEXO 1 - COMISSÃO ORGANIZADORA MARCAMUNDOS (2023)	27
ANEXO 2 - COMISSÃO ORGANIZADORA MARCAMUNDOS (2024)	27
ANEXO 3 - MEDONTOUR.....	28
ANEXO 4 - JORNADAS DE PEDOPSIQUIATRIA, PSIQUIATRIA E PSICOLOGIA (CUF DESCOBERTAS)	28
ANEXO 5 - PRIMEIRO CONGRESSO PORTUGUÊS DE MEDICINA E LITERATURA (FMUL).....	29
ANEXO 6 - CONGRESSO DE PEDIATRIA (3ª EDIÇÃO - HOSPITAL DA LUZ)	29
ANEXO 7 - CURSO DE ANTIBIOTERAPIA (HOSPITAL DA LUZ)	30
ANEXO 8 - COLABORAÇÃO DIOSCOPE	30
ANEXO 9 - PROJETO DANÇAR COM PARKINSON	31
ANEXO 10 - SESSÃO DIA MUNDIAL DA DOENÇA DE PARKINSON	31
ANEXO 11 - ESTORIL CONFERENCES	32
ANEXO 12 - WORKSHOP “ELETROCARDIOGRAFIA” (NOVA MEDICAL SCHOOL)	32
ANEXO 13 - WORKSHOP “EQUILÍBRIO ÁCIDO-BASE” (NOVA MEDICAL SCHOOL)	33
ANEXO 14 - “SNS E CARREIRA MÉDICA: QUE RUMO?”	33
ANEXO 15 - PALESTRA BURNOUT EM MEDICINA	34
ANEXO 16 - iMED CONFERENCE - GROWING UP CARING FOR CHILDREN AND TEENS	34
ANEXO 17 - TRAUMA EVALUATION AND MANAGEMENT	35
ANEXO 18 - SESSÕES SIMULAÇÃO UC CIRURGIA	35

GLOSSÁRIO

ACOS - Asthma-Copd Overlap Syndrome
AP - Atendimento Permanente
BGS – Biópsia de Gânglio Sentinela
BO - Bloco Operatório
CG – Cirurgia Geral
CiNTRA - Centro Integrado de Tratamento e Reabilitação em Ambulatório
CO - Comissão Organizadora
CP - Cuidados Paliativos
CSP - Cuidados de Saúde Primários
CTG - Cardiotocografia
EDA - Endoscopia Digestiva Alta
EO – Exame Objetivo
EP - Estágio Parcelar
GEA - Gastroenterite Aguda
HC - História Clínica
HFAR - Hospital das Forças Armadas
HJM - Hospital Júlio de Matos
HSJ - Hospital de São José
HUA - Hemorragia Uterina Anómala
MCDTs – Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêutica
MGF – Medicina Geral e Familiar
MI – Medicina Interna
OMA - Otite Média Aguda
PAB - Perturbação Afetiva Bipolar
PDM - Perturbação Depressiva Major
PEG - Gastrostomia Percutânea Endoscópica
PNA - Prova Nacional de Acesso
PUA - Perturbação do Uso de Álcool
PUS - Perturbação do Uso de Substâncias
SM – Saúde Mental
SU - Serviço de Urgência
UCA - Unidade de Cirurgia Ambulatória
UCICA - Unidade de Cuidados Intermédios da Criança e do Adolescente
USF – Unidade de Saúde Familiar

1. Introdução e objetivos

Ao dar início ao meu último ano nesta Faculdade, dei por mim a pensar várias vezes: “**Que tipo de médica quero ser?**” e, sempre, “Como é que ainda posso crescer?”. Estas e tantas outras questões ocupavam espaço constante no meu pensamento. Recusei-me a tomar como verdade absoluta as vozes que, em eco, antecipavam um sexto ano angustiante. Decidi encarar este último ano como um **percurso de compromisso e crescimento académico, pessoal e humano**. Quis dedicar-me ao estudo com disciplina e consistência, mas sem abdicar do equilíbrio: ambicionei crescer como aluna e futura médica, sem para isso descurar de aproveitar os momentos com amigos, rir, descansar, viver. Desejei que os estágios fossem enriquecedores em termos técnicos, mas também leves na sua essência, permitindo-me consolidar aprendizagens sem me perder de mim mesma. Estruturando os **objetivos**, no **plano académico**, defini como prioridades aprofundar e consolidar os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo do curso, através de um estudo regular e metódico, procurando sempre uma articulação com a prática clínica diária. Quis desenvolver competências técnicas, com especial interesse por ter mais participação nos procedimentos cirúrgicos e de pequena cirurgia, tornar-me autónoma na técnica de colheita de gasimetrias e na realização de um exame objetivo completo, sistemático e rigoroso. Além disso, estabeleci como meta aproveitar os períodos extracurriculares para aprofundar as áreas da Medicina que mais despertam o meu interesse e entusiasmo, assim como para preencher lacunas no meu conhecimento, sobretudo em temas que reconheço como essenciais para a minha formação. No **plano pessoal e humano**, quis crescer como pessoa para poder também crescer enquanto médica. Tracei como objetivos melhorar a minha comunicação com doentes, familiares e profissionais de saúde; assumir mais autonomia e responsabilidade nas minhas tarefas; encontrar um equilíbrio saudável entre a vida académica e o cuidado do meu bem-estar mental. Assim, comprometi-me a não abandonar as minhas paixões, aquelas que me proporcionam felicidade e que são, simultaneamente, fonte de equilíbrio e inspiração, tornando-me mais capaz e produtiva no âmbito académico. São as que me definem enquanto pessoa e me permitem ser a Maria João que conheço: o ballet, a leitura e o desenho. Este relatório apresenta uma descrição das atividades realizadas ao longo dos seis estágios parcelares e estágio opcional, bem como os objetivos definidos para cada um. De seguida, menciono os elementos valorativos do meu percurso, desenvolvendo depois uma reflexão crítica sobre o Estágio Profissionalizante. A análise pormenorizada de cada objetivo está disponível nos apêndices e nos anexos incluo os certificados que considero relevantes para o meu percurso formativo.

2. Atividades desenvolvidas

Saúde Mental

No dia 9 de setembro de 2024, iniciei o meu 6º ano e primeiro estágio parcelar. Durante 4 semanas integrei a equipa da clínica 6 (serviço de internamento de agudos) do Hospital Júlio de Matos, sob a tutoria da Drª Emília Pereira. Iniciei este estágio com elevadas expectativas, dado o meu gosto pela área, traçando alguns objetivos,

como: (1) adotar uma atitude proativa no estágio, desenvolvendo competências de comunicação imprescindíveis à especialidade de psiquiatria; (2) familiarizar-me com o atendimento psiquiátrico no contexto de SU; (3) aprofundar o entendimento sobre as atribuições e responsabilidades de um médico psiquiatra, familiarizando-me com as suas rotinas e práticas diárias; (4) contrariar o estigma associado aos serviços de saúde mental. A minha atividade prática distribuiu-se entre o internamento, componente central do estágio, onde acompanhei de perto a gestão contínua dos doentes, predominando diagnósticos como Esquizofrenia e a PAB; o SU do HSJ, onde, numa tarde, contactei com vários quadros psiquiátricos, incluindo doentes com PUA e PUS, episódio inaugural de hipomania num doente com diagnóstico de PDM, esquizofrenia, perturbação depressiva com ideação suicida e défice cognitivo ligeiro; e ainda uma manhã no CiNTRA, que me permitiu observar a abordagem em consulta de doentes com Esquizofrenia. Durante o mês de estágio, tivemos ainda a oportunidade colher uma história clínica e de integrar vários seminários teórico-práticos, com os temas “Urgências em Psiquiatria”, “Sinais e Sintomas em Psiquiatria” e “História Clínica em Psiquiatria”. Encontra-se no apêndice B a casuística deste EP.

Medicina Geral e Familiar

O meu estágio parcelar de MGF teve lugar na USF Inovar, sob a orientação da Dr^a Diana Coelho. Durante estas semanas, propus-me a alcançar vários objetivos, entre os quais destaco: (1) aprender a conduzir consultas de forma eficiente, sabendo identificar prioridades; (2) melhorar os meus conhecimentos do funcionamento dos sistemas informáticos utilizados; (3) sistematizar o plano terapêutico das doenças mais comuns em CSP; (4) incorporar dados psicossociais, culturais e familiares no plano do doente.

Ao longo do estágio tive a oportunidade de contactar com as várias vertentes da prática em MGF, incluindo saúde do adulto, saúde infantil e juvenil, saúde materna, planeamento familiar e doença aguda (consulta aberta). No total, estive presente em 122 consultas, das quais 6 foram realizadas em autonomia parcial. As principais patologias observadas foram hipertensão arterial, excesso de peso e dislipidemia. Na última semana de estágio pude ainda apresentar um caso clínico observado em contexto de consulta, de um possível síndrome de sobreposição DPOC/asma (ACOS), o que me permitiu abordar problemas prevalentes no contexto de CSP, num caso de fraca adesão terapêutica. Encontra-se no apêndice C a casuística deste EP.

Pediatria

O meu EP de Pediatria teve a orientação da Dr^a Mariana Nogueira, na CUF Descobertas, e dos objetivos que estabeleci para este estágio, destaco: (1) adquirir estratégias para uma boa relação médico-doente e para a realização adequada de exame objetivo em crianças e adolescentes (2) conhecer as principais patologias da criança e adolescente em Portugal; (3) saber os princípios gerais da atuação nas doenças mais comuns da criança e adolescente, incluindo urgências e emergências pediátricas; (4) adquirir estratégias na gestão das expectativas dos cuidadores. Ao longo do estágio tive a possibilidade de contactar com diversas patologias da

especialidade, maioritariamente em contexto de internamento, mas também em AP pediátrico e consulta. Em contexto de internamento e UCICA acompanhei diferentes elementos da equipa médica, não só de forma a poder maximizar o número de doentes e patologias observadas, como também ter contato com diferentes abordagens na avaliação e gestão do doente pediátrico. Na consulta de Pediatria o foco incidiu no desenvolvimento da criança, o seu crescimento e rotinas. Pude ainda assistir a uma manhã de consultas de Ortopedia Pediátrica, que reforçaram o meu conhecimento sobre a patologia ortopédica mais comum em pediatria e os principais sinais de alerta para esta. No AP predominaram os quadros de patologia infecciosa aguda, nomeadamente Doença Mão-Pé-Boca, infeção respiratória alta, OMA e GEA, bem como traumatismos diversos. O estágio prático foi complementado com duas aulas teóricas, de cardiologia e ortopedia pediátrica. Na última semana de estágio, em conjunto com as minhas colegas, apresentei um trabalho sobre “Infeções Osteoarticulares na Pediatria”. Encontra-se no apêndice D a casuística deste EP.

Ginecologia e Obstetrícia

Integrei o serviço de GO do Hospital de Cascais sob a tutoria da Dr^a Catarina Gueifão e como objetivos específicos para este EP, propus-me a: (1) observar, pelo menos, um parto eutócico, um distócico e uma cesariana; (2) realizar de forma autónoma procedimentos, tanto ginecológicos como obstétricos (ex: exame objetivo ginecológico; auxiliar durante um parto); (3) identificar sinais de alarme durante a gravidez; (4) melhorar o meu conhecimento e interpretação de diferentes tipos de CTG; (5) desenvolver as minhas competências ecográficas. Particpei nas diferentes valências do serviço: no SU acompanhei a avaliação de patologias ginecológicas e obstétricas agudas, aprendi a interpretar um CTG, a avaliar o bem-estar fetal, e assisti à realização de exames ecográficos, familiarizando-me com a manipulação do ecógrafo e interpretação das imagens. Neste contexto, contactei com casos de HUA, início de trabalho de parto e sinais de alarme na gravidez, bem como situações de maior sensibilidade, como morte fetal intrauterina e aborto retido. No bloco de partos assisti a 3 partos distócicos e 1 eutócico, enquanto que no BO observei uma miomectomia e uma histerectomia laparoscópica. Na enfermaria de puérperas desenvolvi competências na vigilância de complicações pós-parto e nos cuidados essenciais à recuperação materna. Acompanhei consultas de pré-parto, diagnóstico pré-natal e diabetes na gravidez, bem como ecografias obstétricas. Particpei ainda em consultas de ginecologia, onde observei histeroscopias e colposcopias e ecografias ginecológicas. Para complementar a vertente prática, assisti ao workshop “The woman” e apresentei um trabalho sobre o tema “Hemorragia Uterina Anómala”. Encontra-se no apêndice E a casuística deste EP.

Cirurgia Geral

No Hospital das Forças Armadas - Polo de Lisboa, sob a tutoria da Dr^a Sara Brás, procurei ter um estágio de CG com uma forte componente prática, estabelecendo como principais objetivos pessoais: (1) retirar pontos, agrafos e drenos nas consultas de pós-operatório; (2) dominar a técnica de assépsia, nomeadamente na

desinfecção das mãos para entrada na sala de BO; (3) participar como ajudante nas cirurgias; (4) desenvolver capacidades na prática de procedimentos de pequena cirurgia.

No BO acompanhei um total de 23 cirurgias, participando ativamente em 10 como 2ª ajudante, o que me permitiu compreender de forma integrada o percurso do doente, do pré ao pós-operatório. Em consulta externa, participei sobretudo na vigilância pós-operatória e em consultas de 1ª vez, estas maioritariamente por hérnias inguinais sintomáticas. Colaborei no processo diagnóstico e definição do plano terapêutico, realizando algumas consultas em autonomia parcial. Assisti ainda a consultas de Senologia, onde tive a oportunidade de treinar técnicas de inspeção e palpação mamária. Na UCA realizei 4 pequenas cirurgias como 2ª ajudante, aprendendo técnicas de dissecação e encerramento de feridas. A passagem pela enfermaria constituiu um momento-chave da formação, onde fui responsável pela vigilância dos doentes, registos clínicos, pedidos e interpretação de exames, ajustes terapêuticos e preparação de notas de alta. Acompanhei ainda uma manhã de técnicas de Gastroenterologia, onde assisti à realização de uma EDA, uma colonoscopia e uma PEG. Como complemento ao estágio, uma das semanas decorreu no serviço de Cirurgia Vascular, onde participei em consultas e na abordagem terapêutica de úlceras com a equipa de enfermagem, para além disso participei ativamente como 2ª ajudante em duas cirurgias de ablação térmica com flebectomia de colaterais varicosos.

Como parte do estágio no HFAR pudemos visitar o Centro de Medicina Subaquática e Hiperbárica, o Centro de Epidemiologia e Intervenção Preventiva e o Centro de Treino Fisiológico. Paralelamente, a componente teórico-prática materializou-se no curso TEAM, nas Sessões de Simulação de técnicas cirúrgicas do Hospital da Luz, e na apresentação de um trabalho sobre a abordagem cirúrgica da parede abdominal, no Minicongresso de Cirurgia. Encontra-se no apêndice F a casuística deste EP.

Medicina Interna

Este EP foi dividido entre a CUF Descobertas, no serviço de Oncologia Médica, e a CUF Tejo, no serviço de Medicina Interna. Das metas estabelecidas por mim para este estágio, saliento: (1) integrar-me plenamente no quotidiano do serviço de Medicina Interna e na articulação entre profissionais de saúde; (2) acompanhar doentes de forma autónoma, incluindo anamnese e exame objetivo; (3) elaborar notas clínicas, como entradas, diários e altas; (4) executar procedimentos invasivos, como gasimetrias e punções venosas periféricas, de forma autónoma e eficiente.

Durante o estágio em Oncologia Médica, predominantemente observacional, tive a oportunidade de assistir a consultas de patologias oncológicas e hematológicas, tendo contacto direto com a incerteza, sofrimento e complexidade humana características desta especialidade. Para mim, este período reforçou a importância da dimensão empática e humana no cuidado ao doente oncológico. Frequentei também o hospital de dia, de forma a compreender o seu funcionamento no acompanhamento destes doentes. O estágio foi complementado com o curso “ICH Boas Práticas Clínicas E6 (R2)”, realizado com a equipa de ensaios clínicos,

com obtenção de certificado e, ainda, com a participação numa reunião da equipa de Cuidados Paliativos, que contou com a presença de uma médica de MI, uma enfermeira, uma psicóloga e do Pe. Pedro (capelão hospitalar).

No estágio de MI, foi na enfermaria que encontrei o verdadeiro centro da prática clínica, local onde decorreu a maior parte do meu EP. No dia a dia, integrava a dinâmica da equipa médica, colaborando na distribuição dos doentes e assumindo a responsabilidade direta por 1 a 2 casos simultaneamente. Durante as 5 semanas de estágio procurava, sempre que possível, manter-me responsável pelos mesmos doentes em dias consecutivos, garantindo assim a continuidade e permitindo-me acompanhar de forma mais próxima a sua evolução clínica. As minhas funções incluíam a avaliação clínica dos doentes, com anamnese dirigida e exame objetivo, consulta dos registos clínicos e intercorrências, articulação com outros profissionais de saúde, requisição de exames complementares, definição dos respetivos planos terapêuticos e elaboração da documentação clínica necessária. Para além da atividade no internamento, pude ainda acompanhar profissionais do serviço nas suas consultas externas. Destaco ainda a valência de SU, onde era responsável pela colheita de HC, realização de EO e pedido de MCDTs, com posterior discussão com o elemento da equipa responsável. Tanto no internamento como no SU, tive a oportunidade de realizar gasimetrias e punções venosas de forma autónoma. Como complemento ao estágio de MI, participei nos workshops “Alterações do equilíbrio ácido-base” e “Eletrocardiografia”, lecionados pelo Professor Dr. Pedro Póvoa e pelo Dr. Vítor Mendes, respetivamente. Encontra-se no apêndice G a casuística deste EP.

Estágio Opcional - Psiquiatria da Infância e da Adolescência

Como estágio opcional, decidi acabar o meu 6º ano na cidade que me viu nascer e na área que mais interesse me suscitou durante o curso: serviço de Psiquiatria da Infância e da Adolescência, no Hospital Pediátrico de Coimbra. O estágio teve uma componente maioritariamente observacional, nas consultas externas, onde tive a oportunidade de contactar na sua maioria com crianças com diagnóstico de Perturbação do Desenvolvimento Intelectual, muitas delas institucionalizadas e com o diagnóstico concomitante de Perturbação de Oposição e Desafio - uma realidade com a qual, até então, ainda não tinha tido contacto. Para além das consultas, assisti ainda a duas formações de internos, uma sobre a avaliação clínica na primeira entrevista e outra que incidiu no tema de terapia ocupacional, e a reuniões da equipa de psiquiatria de ligação do HP.

3. Elementos valorativos

Ao longo do meu percurso em Medicina, esta ocupou um papel de destaque, mas não exclusivo. De forma a poder sentir-me mais realizada enquanto estudante e pessoa, procurei, ao longo dos 6 anos, envolver-me em atividades extracurriculares que me enriquecessem tanto a nível académico como humano. No meu 3º ano integrei o **MedOnTour**, projeto de rastreios populacionais de HTA, diabetes e obesidade. Na mesma vertente,

foi no 4º ano que me apaixonei pelo projeto **MarcaMundos** fazendo parte da CO como membro do departamento de Imagem e Comunicação no 4º ano e como responsável desse mesmo departamento, no 5º ano. Pude participar em inúmeros rastreios populacionais, formações e, fazendo parte do departamento criativo, pude dar asas à minha imaginação e criar uma imagem de marca para o projeto - criei o *Munditos* (desenhado na capa do relatório), mascote do projeto pelo qual tive todo o prazer de “vestir a camisola”, literalmente. Durante o 6º ano participei nas **Jornadas de Pedopsiquiatria, Psiquiatria e Psicologia** (CUF) no **Congresso Português de Medicina e Literatura** (FMUL) e na **3ª Edição do Congresso de Pediatria** (Hospital da Luz). Decidi ainda, durante este ano, ingressar no **Curso de Antibioterapia** do Hospital da Luz, constituído por 29 temas e um teste final de avaliação, no qual obtive 17 valores.

Fora da instituição, integrei a equipa da **Dioscope** (entidade formadora certificada em Medicina, com plataforma de apoio à decisão médica) durante o meu 4º e 5º ano do curso, ao realizar a **moderação no curso “Step-by-step” de Dermatologia**, colaborar na **edição do livro “Psiquiatria Step by Step”** e ao auxiliar na **edição de algoritmos de apoio à decisão médica** da plataforma.

A título pessoal, procurei conciliar a Medicina com o Ballet, que pratico desde os 3 anos, integrando o projeto **“Dançar com Parkinson”**, aulas de dança para pessoas com Parkinson, familiares e cuidadores. O projeto iniciou-se recentemente em Coimbra, na minha escola de Ballet, onde continuo a participar e onde pretendo, no futuro, obter formação como professora do projeto. Ao longo dos meus anos na NMS, mantive sempre a prática regular de **Ballet** em Coimbra e a participação nos espetáculos da escola, algo que muito prezo e que representa um motivo de orgulho pessoal.

4. Reflexão crítica

Chegando ao final deste ano cabe-me olhar para trás e refletir...mas é difícil encontrar as palavras certas para descrever esta jornada construída em torno do sonho da Medicina. A Maria João de 2017 saía do secundário a sonhar ser médica; a de 2018 ingressou em Engenharia Biomédica achando “talvez Medicina não seja para mim”; e vejo ainda, como se fosse ontem, a de 2019 a chorar de felicidade ao saber da entrada na NMS. O curso que sempre ambicionei, numa cidade que não era casa - tudo agora a terminar. O 6º ano foi, sem dúvida, o ponto alto desta viagem e o culminar de desafios, de tropeços, de conquistas e de muito crescimento.

Iniciei o 6º ano com o EP de **Saúde Mental**, área pela qual nutro particular interesse. Destaco a possibilidade de acompanhar de perto a relação estabelecida entre médicos e doentes, pautada pela empatia, escuta e frequentemente pela delicada tarefa de confrontar o doente com percepções ou crenças desalinhas com a realidade, sem comprometer a relação terapêutica. Destaco também as entrevistas familiares a que assisti, que reforçaram a importância de compreender o contexto e funcionamento do doente psiquiátrico para a sua reabilitação. Como aspetos menos positivos saliento o contacto limitado com o SU e a ausência de rotatividade

no estágio. Teria sido enriquecedor poder assistir a um maior número e diversidade de consultas, bem como ter tido a oportunidade de acompanhar atividades no hospital de dia e em terapia ocupacional.

Revedo o estágio de **Medicina Geral e Familiar**, na USF Inovar, destaca-se o ambiente vivenciado ao longo do mês, marcado pelo respeito, acolhimento e extrema eficácia. Destaco a particularidade desta USF, onde as consultas de Saúde Materna e Infantil são conduzidas por enfermeiras especialistas, com o apoio médico em regime de 'back office'. A presença apenas a meio tempo da minha tutora levou a um maior acompanhamento destas consultas, o que se revelou uma oportunidade valiosa de aprendizagem pela proximidade com profissionais experientes, que me confiaram tarefas como o exame objetivo ao recém-nascido e interpretação de sinais e sintomas. Ainda que esta experiência tenha evidenciado a importância do trabalho multidisciplinar nos CSP, limitou a possibilidade de realizar um maior número de consultas médicas em autonomia parcial, aspeto que gostaria de ter desenvolvido mais.

Seguiu-se o EP de **Pediatria**, onde destaco positivamente a organização do estágio e a rotatividade proporcionada, que permitiu o contacto com toda a equipa médica, sempre disponível e interessada em ensinar, sem exceção. No internamento, tive a oportunidade de vivenciar o ambiente na UCICA, o que possibilitou o contacto com casos de maior complexidade. Igualmente relevante foi o contacto com Ortopedia e Cardiologia Pediátrica, não só através de sessões teóricas, mas também pela observação de consultas. No entanto, como ponto menos positivo, o facto do estágio ter sido uma experiência algo limitada do ponto de vista formativo, uma vez que teve um carácter maioritariamente observacional, sem grande espaço para participação autónoma em atividades como elaboração de registos clínicos, realização de exame objetivo e condução de consultas, quer na consulta externa ou no AP.

De seguida, desloquei-me até ao Hospital de Cascais, para realizar o meu EP de **Ginecologia e Obstetrícia**. Considero que este foi um estágio bem organizado, permitindo-me contacto com as diversas áreas da especialidade. Embora sem muita autonomia na prática clínica, tive a oportunidade de observar um número significativo de doentes nas várias valências. Destaco a enfermaria de puérperas, por ter sido a única valência onde me foi concedida uma autonomia quase total, permitindo-me realizar o exame objetivo e elaborar os respetivos registos de forma independente, discutindo os casos posteriormente com a médica responsável.

Iniciei o meu 2º semestre com o estágio de **Cirurgia Geral** no HFAR. Neste EP tenho de destacar a valiosa oportunidade de dedicar tempo produtivo ao BO. Esta participação ativa permitiu-me uma perceção muito mais clara da sequência e lógica de cada procedimento, desde a preparação do doente até ao pós-operatório. Fui envolvida em várias etapas do processo cirúrgico, tendo a oportunidade de algaliar com o apoio da enfermagem, ventilar e entubar doentes com os médicos anestesistas, assim como manipular instrumentos laparoscópicos, e aplicar agrafos para encerramento da ferida operatória. Da mesma forma, na UCA foi-me concedida a oportunidade de realizar pequenas cirurgias, podendo suturar com total autonomia. A destacar também a passagem pelos serviços de cirurgia vascular e gastroenterologia, assim como as consultas de senologia. Estes momentos foram, sem dúvida, um complemento essencial ao estágio.

Por último, terminei com o EP de **Medicina Interna** e a expectativa de me integrar verdadeiramente na equipa de profissionais de saúde e de ver o meu contributo refletido no acompanhamento dos doentes foi plenamente correspondido neste estágio. Desde o início fui desafiada a pensar de forma autónoma, a propor hipóteses diagnósticas, discutir esquemas terapêuticos e sugerir exames complementares, o que reforçou a minha confiança enquanto estudante e futura médica. O contacto quase diário com a enfermaria e com a diversidade de quadros clínicos proporcionou não só o desenvolvimento de competências técnicas, mas também uma compreensão mais abrangente da organização do serviço. Foi das poucas vezes este ano, como espelhado neste relatório, em que me senti parte verdadeiramente ativa de uma equipa médica, cuja disponibilidade e exigência criaram um ambiente de aprendizagem estimulante. De realçar também as diversas oportunidades que tive de realizar procedimentos invasivos, como gasimetrias e punções venosas. Destaco ainda, como ponto alto deste estágio, a reunião com a equipa de CP, na CUF Descobertas, onde pude ter contacto com a valorização da componente humana, psicológica, emocional e espiritual que pesam em cada diagnóstico.

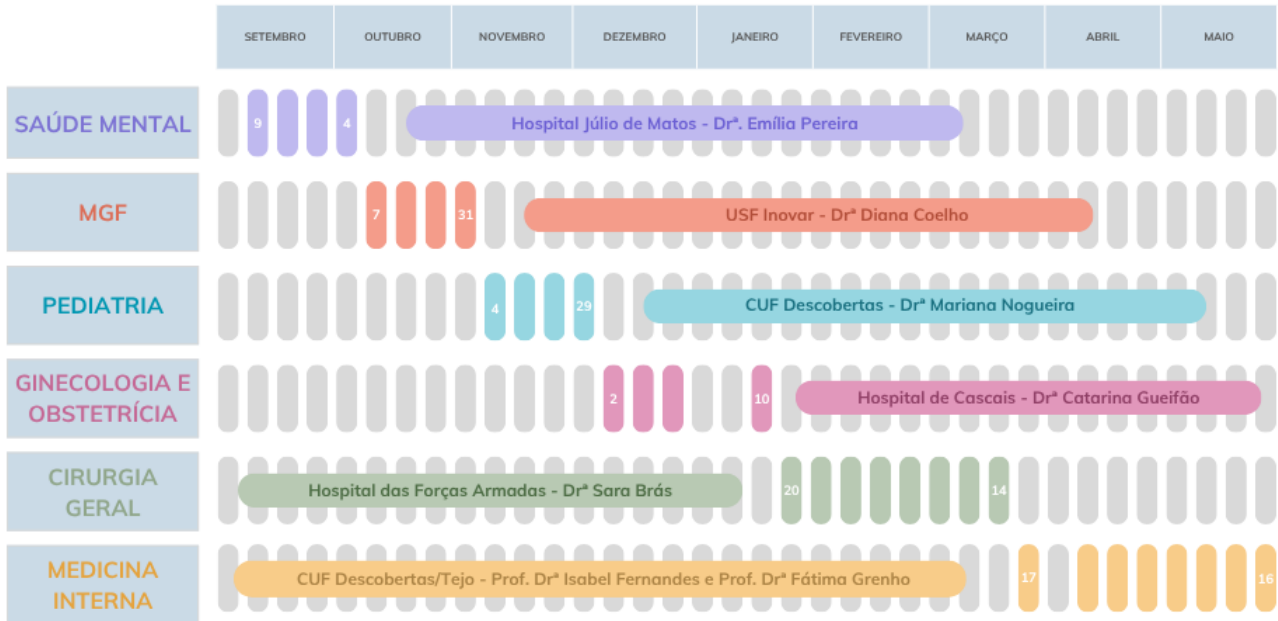
Termino o Estágio Profissionalizante com a certeza de que consegui atingir, em grande parte, os **objetivos** que estabeleci para este ano. O estudo regular, que consegui organizar em todos os 6 estágios de forma a coincidir o bloco de estudo teórico para a PNA com o respetivo EP, aliado à prática clínica diária, permitiu-me consolidar conhecimentos e integrar eficazmente a teoria na prática. A participação ativa no estágio de **CG**, tanto no BO como na UCA, contribuiu para o desenvolvimento das técnicas cirúrgicas que desejava adquirir. Na colheita de gasimetrias e punções venosas, no estágio de **MI**, atingi a independência técnica que pretendia. Aperfeiçoei também a realização do exame objetivo, procurando ser sistemática e rigorosa, objetivo que consegui cumprir principalmente nos estágios de **MGF** e **MI**. Aproveitei os períodos extracurriculares do ano para aprofundar áreas do meu interesse, participando nas atividades mencionadas nos elementos valorativos e, como forma de preencher lacunas no meu conhecimento, realizei o curso de Antibioterapia do Hospital da Luz.

Na comunicação, a experiência em **SM** foi fundamental para desenvolver uma atitude empática e uma escuta ativa. No entanto, em estágios como o de **Pediatria**, senti que poderia ter aprofundado mais esta competência. A autonomia e responsabilidade nas tarefas foram progressivamente assumidas, destacando-se a autonomia quase total na enfermaria de puérperas em **GO** e o papel ativo na gestão dos doentes em **MI**. Por fim, o equilíbrio entre a vida académica e o cuidado do meu bem-estar mental foi um desafio constante, mas superado, não só com a prática regular de ballet e o envolvimento em projetos como o “Dançar com Parkinson”, como também por ter deixado sempre espaço para ler os meus livros, pintar, ir a concertos, bailados e teatros, estar com os meus amigos e simplesmente viver - porque, para mim, ser uma boa médica começa, antes de tudo, por se ser uma pessoa completa e humana.

5. Apêndices

APÊNDICES A - GERAL

APÊNDICE A1 - Cronograma Estágio Profissionalizante



APÊNDICE A2 - Trabalhos realizados nos estágios parcelares

Estágio Parcelar	Saúde Mental	MGF	Pediatria	Ginecologia e Obstetrícia	Cirurgia Geral	Medicina Interna
Tema	História Clínica	Caso Clínico	Infeções Osteoarticulares na Pediatria	Hemorragia Uterina Anómala	Abordagem cirúrgica da Parede Abdominal	Infeções associadas aos Cuidados de Saúde
Co-autores	Samanta Silva		Mariana Rocha Mariana Ribas	Mariana Rocha Luísa Macedo Carolina Relvas	Mariana Rocha Telmo Moreira	Mariana Ribas M ^a Isabel Cordovil

APÊNDICE A3 - OBJETIVOS ESPECÍFICOS DOS ESTÁGIOS PARCELARES

Estágio	Objetivo	Estratégias	Estado
SAÚDE MENTAL	Adotar uma atitude proativa no estágio, desenvolvendo competências de comunicação imprescindíveis à especialidade de psiquiatria;	Observar e aprender com diferentes estilos de comunicação dos médicos durante as entrevistas clínicas; treinar a escuta ativa e a empatia nas interações com os doentes.	Atingido
	Familiarizar-me com o atendimento psiquiátrico no contexto de serviço de urgência;	Participar ativamente no SU, observando a triagem, avaliação e encaminhamento dos casos	Parcialmente atingido
	Aprofundar o entendimento sobre as atribuições e responsabilidades de um médico psiquiatra, familiarizando-me com as suas rotinas e práticas diárias;	Acompanhar o tutor nas diferentes valências (consultas externas, internamento, SU, equipa de ligação)	Parcialmente atingido
	Contrariar o estigma, muitas vezes inconsciente e internalizado, associado aos serviços de saúde mental especializados.	Refletir sobre os meus preconceitos e estigmas pessoais em relação à doença mental; manter um diário de estágio para analisar as minhas reações e evolução	Atingido
MEDICINA GERAL E FAMILIAR	Aprender a conduzir consultas de forma eficiente, sabendo identificar prioridades;	Observar a tutora durante as consultas para reconhecer formas eficazes de estruturação; praticar a condução da entrevista clínica com supervisão; refletir após cada consulta sobre o que correu bem e o que poderia ser melhorado.	Parcialmente atingido
	Melhorar os meus conhecimentos do funcionamento dos sistemas informáticos utilizados (Sclínico, PEM, SiMA);	Explorar as funcionalidades básicas e avançadas de cada sistema com apoio do tutor ou colegas; realizar registos clínicos supervisionados para ganhar autonomia;	Atingido
	Sistematizar o plano terapêutico das doenças mais comuns em cuidados de saúde primários;	Rever guidelines atualizadas e protocolos institucionais; elaborar resumos ou esquemas terapêuticos das patologias mais frequentes	Atingido
	Saber gerir um doente com múltiplas comorbilidades;	Observar e analisar a gestão de casos complexos durante as consultas;	Atingido

		identificar interações medicamentosas e prioridades terapêuticas	
	Incorporar dados psicossociais, culturais e familiares no plano do doente.	Explorar estes aspetos durante a anamnese, com perguntas dirigidas; refletir sobre o impacto do contexto de vida do doente na adesão terapêutica	Atingido
PEDIATRIA	Adquirir estratégias para uma boa relação médico-doente e para a realização adequada de exame objetivo em crianças e adolescentes	Observar e praticar técnicas de comunicação adaptadas à faixa etária e ao desenvolvimento da criança; aprender formas lúdicas e não invasivas de realizar o exame objetivo.	Parcialmente atingido
	Conhecer as principais patologias da criança e adolescente em Portugal;	Estudar as patologias mais prevalentes durante o estágio, com base na prática clínica observada	Atingido
	Saber os princípios gerais da atuação nas doenças mais comuns da criança e adolescente, incluindo urgências e emergências pediátricas;	Participar ativamente nas consultas e, se possível, no serviço de urgência pediátrica; observar e registar as abordagens a situações agudas e crónicas	Parcialmente atingido
	Adquirir estratégias na gestão das expectativas dos cuidadores.	Observar como os médicos abordam dúvidas, ansiedades e exigências dos pais; praticar a escuta ativa e a comunicação clara com os cuidadores; refletir com o tutor sobre abordagens eficazes para promover confiança e cooperação.	Atingido
GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA	Observar, pelo menos, um parto eutócico, um distócico e uma cesariana;	Estar presente nos turnos de sala de partos e bloco operatório; manifestar interesse à equipa assistente para ser chamada aos partos	Parcialmente atingido
	Realizar de forma autónoma procedimentos, tanto ginecológicos como obstétricos (ex: exame objetivo ginecológico; auxiliar durante um parto);	Pedir para realizar procedimentos sob supervisão; praticar a abordagem respeitosa e comunicativa com as utentes; ganhar confiança através da repetição orientada e feedback imediato.	Parcialmente atingido

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA	Identificar sinais de alarme durante a gravidez;	Rever os sinais de risco nas diferentes fases da gravidez	Atingido
	Melhorar o meu conhecimento e interpretação de diferentes tipos de CTG;	Observar a análise de CTG em tempo real durante as consultas e partos; praticar a leitura de traçados com supervisão; estudar os critérios de normalidade, suspeição e patologia com exemplos clínicos.	Atingido
	Desenvolver as minhas competências ecográficas.	Observar ecografias com diferentes finalidades (ginecológicas, obstétricas); pedir para praticar a manipulação da sonda e a leitura de imagens;	Parcialmente atingido
CIRURGIA GERAL	Retirar pontos, agrafos e drenos nas consultas de pós-operatório;	Estar presente nas consultas pós-operatórias e manifestar disponibilidade para realizar estes procedimentos; pedir supervisão inicial e depois executar com crescente autonomia;	Atingido
	Dominar a técnica de assepsia, nomeadamente na desinfeção das mãos para entrada na sala de bloco operatório;	Observar e repetir o procedimento de desinfeção segundo as normas do bloco; pedir correções à técnica sempre que necessário	Atingido
	Participar como ajudante, quando possível, nas cirurgias;	Estar disponível nos períodos de bloco e mostrar interesse junto da equipa cirúrgica; conhecer previamente os procedimentos cirúrgicos agendados	Atingido
	Desenvolver capacidades na prática de procedimentos de pequena cirurgia	Observar e praticar procedimentos simples, como suturas, drenagem de abscessos ou pequenas excisões, sob supervisão; rever indicações, contra-indicações e técnica para cada procedimento; ganhar autonomia progressiva com feedback do tutor.	Atingido
MEDICINA INTERNA	Integrar-me plenamente no quotidiano do serviço de Medicina Interna e na articulação entre profissionais de saúde;	Participar nas rondas clínicas, reuniões de equipa e discussões multidisciplinares; observar a dinâmica entre médicos, enfermeiros e outros profissionais; mostrar disponibilidade para colaborar nas tarefas do dia-a-dia do serviço.	Atingido

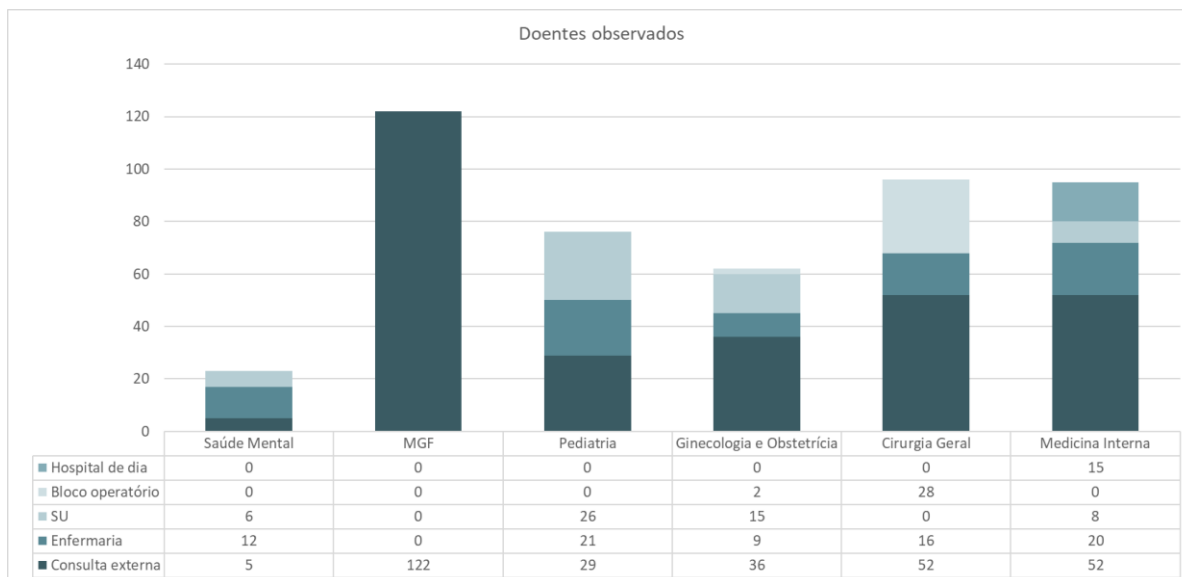
MEDICINA INTERNA	Acompanhar doentes de forma autónoma, incluindo anamnese e exame objetivo;	Selecionar doentes atribuídos pelo tutor para acompanhamento contínuo; realizar anamnese e exame físico de forma sistemática; discutir os casos com o tutor para afinar raciocínio clínico e abordagem	Atingido
	Elaborar notas clínicas, como entradas, diários e altas;	Redigir notas clínicas com supervisão direta inicialmente, seguindo o modelo do serviço; rever a estrutura e linguagem médica adequada; pedir feedback e ir ganhando autonomia na escrita clínica	Atingido
	Executar procedimentos invasivos, como gasometrias e punções venosas periféricas, de forma autónoma e eficiente.	Aproveitar oportunidades para praticar estes procedimentos sempre que possível; pedir orientação e supervisão inicial até ganhar segurança; repetir os procedimentos com atenção à técnica e à segurança do doente.	Atingido

APÊNDICE A4 - PONTOS POSITIVOS E NEGATIVOS DOS EP

ESTÁGIO	Pontos positivos	Pontos negativos
SAÚDE MENTAL	<ul style="list-style-type: none"> - primeiro contacto com psiquiatria de adulto e respetivas patologias - entrevistas familiares 	<ul style="list-style-type: none"> - sem autonomia - ausência de rotatividade por diferentes valências da especialidade - pouco tempo de SU - apenas uma manhã de consultas
MGF	<ul style="list-style-type: none"> - oportunidade de realizar vários gestos e procedimentos, assim como realizar consultas em autonomia parcial - excelente ambiente da USF Inovar 	<ul style="list-style-type: none"> - gostaria de ter realizado mais consultas em autonomia parcial - considero um estágio curto para a sua importância no SNS
PEDIATRIA	<ul style="list-style-type: none"> - passagem por ortopedia e cardiologia pediátrica - estruturação e organização do estágio 	<ul style="list-style-type: none"> - pouco prático - pouca autonomia
GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA	<ul style="list-style-type: none"> - estágio organizado - diversidade de áreas 	<ul style="list-style-type: none"> - falta de experiência no BO - integração limitada dos alunos na dinâmica do serviço
CIRURGIA GERAL	<ul style="list-style-type: none"> - autonomia - participação rotativa no BO com os meus colegas - organização do estágio - muito incentivo por parte da equipa (médicos, enfermeiros, técnicos) 	<ul style="list-style-type: none"> - sem contacto com o SU

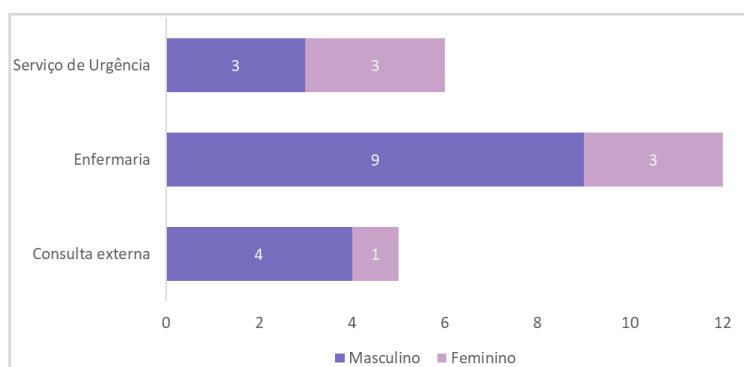
MEDICINA INTERNA	<ul style="list-style-type: none">- autonomia- ambiente propício à aprendizagem- contacto com Cuidados Paliativos- oportunidade de realizar procedimentos de forma autónoma	<ul style="list-style-type: none">- teria preferido 2 meses exclusivos de Medicina Interna, reconhecendo, no entanto, a relevância de Oncologia Médica
-----------------------------	--	--

APÊNDICE A5 - Casuística geral dos doentes observados nos Estágios Parcelares

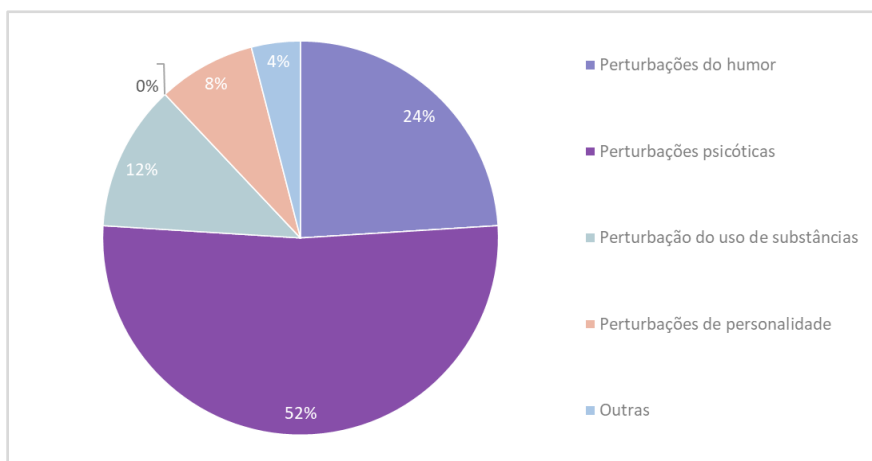


APÊNDICE B - CASUÍSTICA SAÚDE MENTAL

APÊNDICE B1 - Número de doentes observados

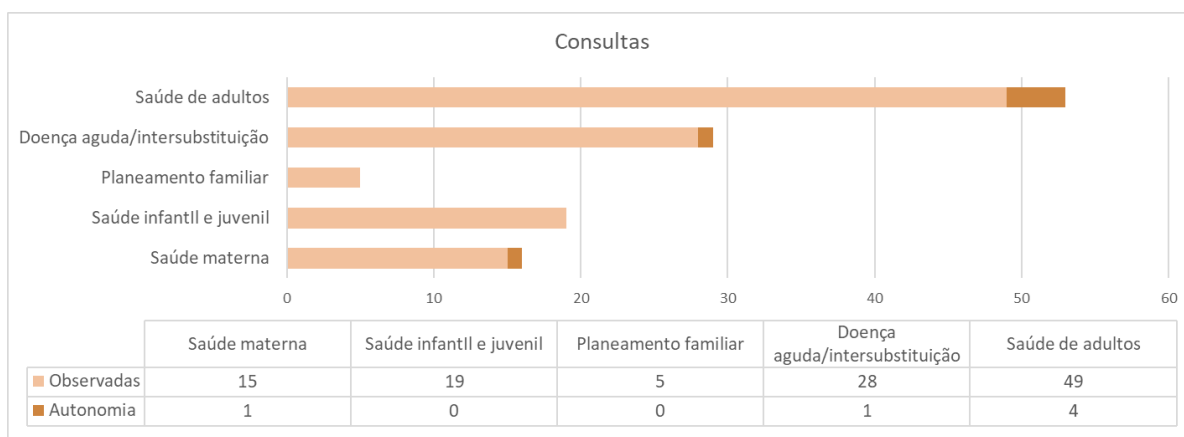


APÊNDICE B2 - Prevalência de patologias observadas

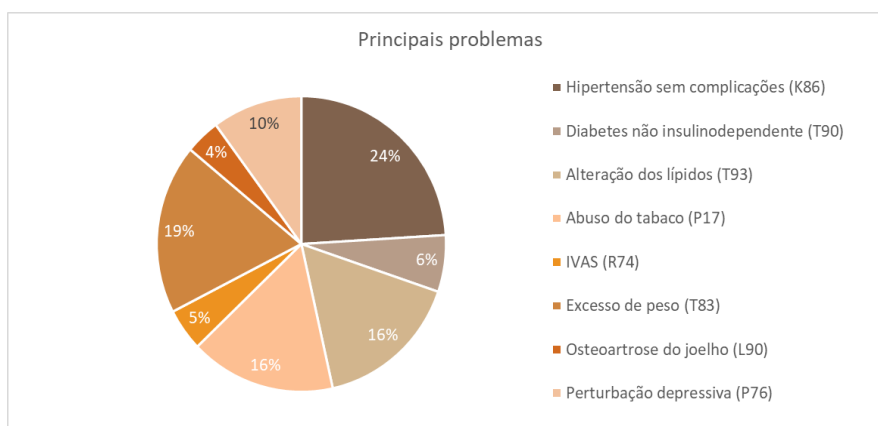


APÊNDICE C - CASUÍSTICA MGF

APÊNDICE C1 - Número de consultas observadas e realizadas em autonomia parcial



APÊNDICE C2 - Prevalência problemas observados em consulta

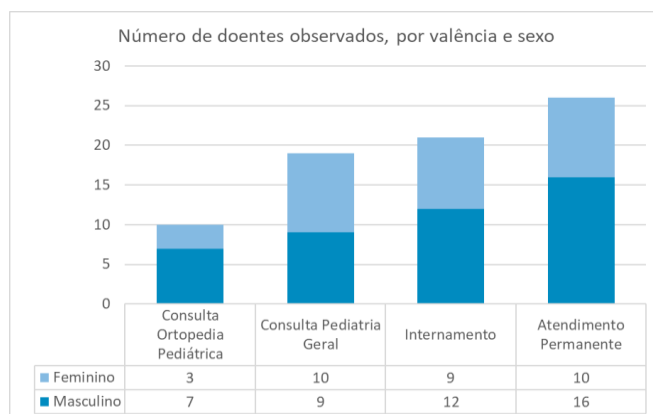


APÊNDICE C3 - Principais gestos/procedimentos executados

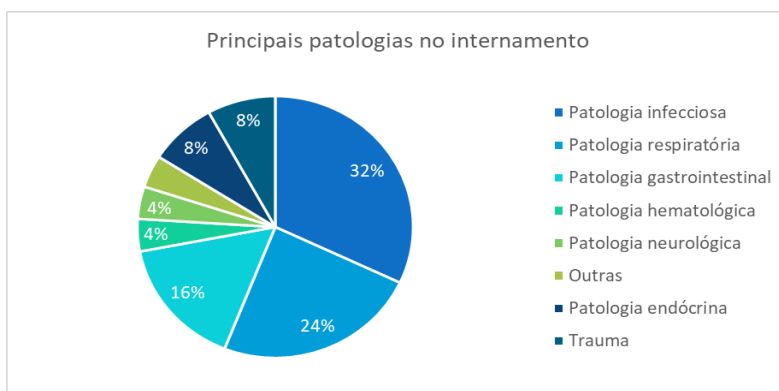


APÊNDICE D - CASUÍSTICA PEDIÁTRIA

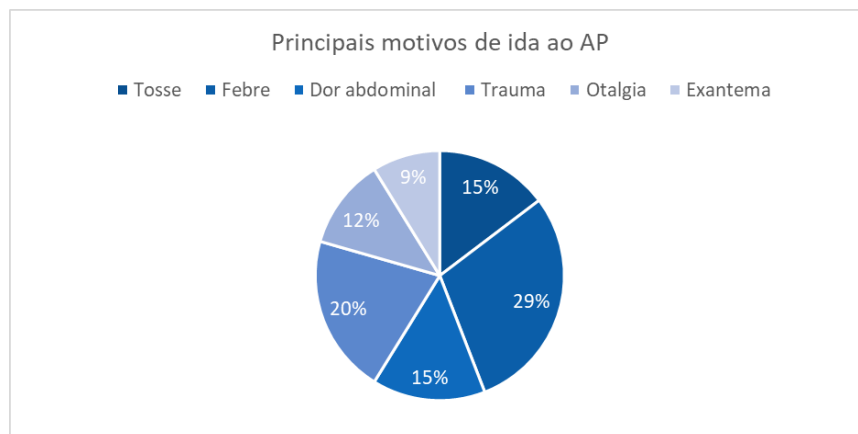
APÊNDICE D1 - Número de doentes observados



APÊNDICE D2 - Prevalência de patologias no internamento

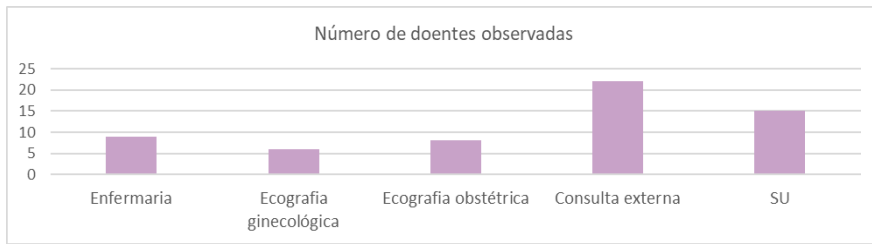


APÊNDICE D3 - Principais motivos de ida ao atendimento permanente



APÊNDICE E - CASUÍSTICA GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA

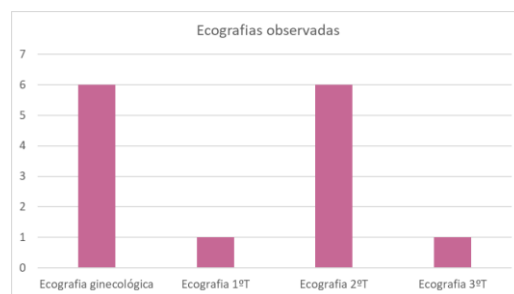
APÊNDICE E1 - Número de doentes observadas



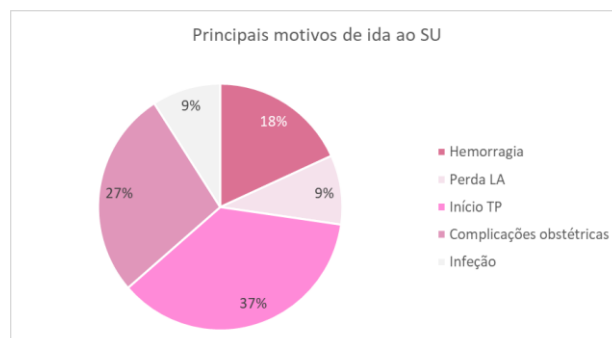
APÊNDICE E2 - Número de consultas observadas



APÊNDICE E3 - Número de ecografias observadas

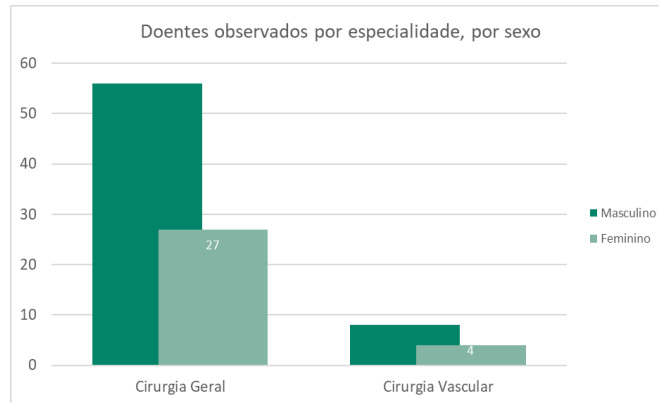


APÊNDICE E4 - Principais motivos de ida ao SU

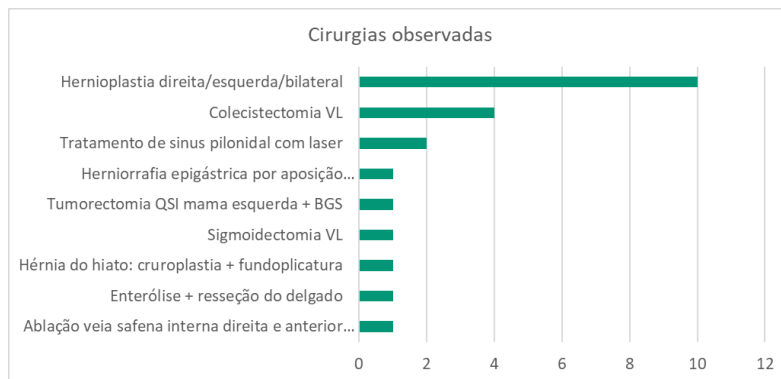


APÊNDICE F - CASUÍSTICA CIRURGIA GERAL

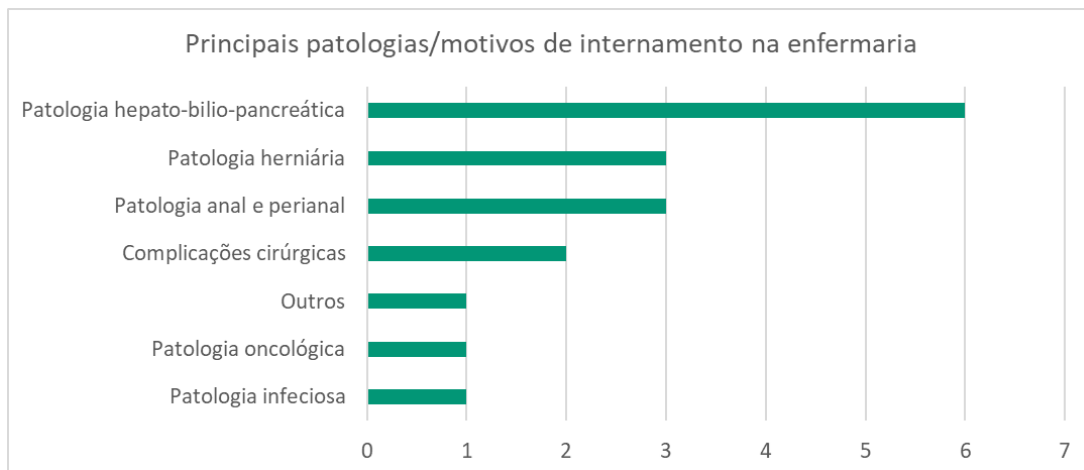
APÊNDICE F1 - Número de doentes observados



APÊNDICE F2 - Cirurgias observadas

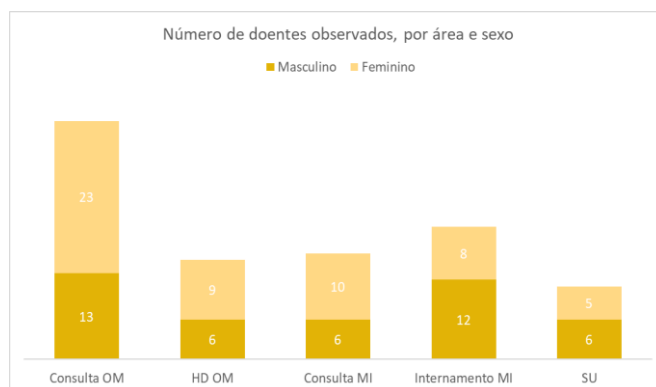


APÊNDICE F3 - Principais patologias/motivo de internamento na enfermaria de CG

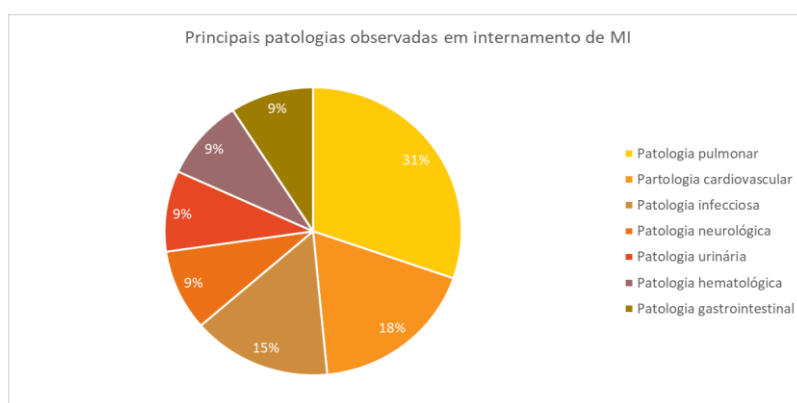


APÊNDICE G - CASUÍSTICA MEDICINA INTERNA

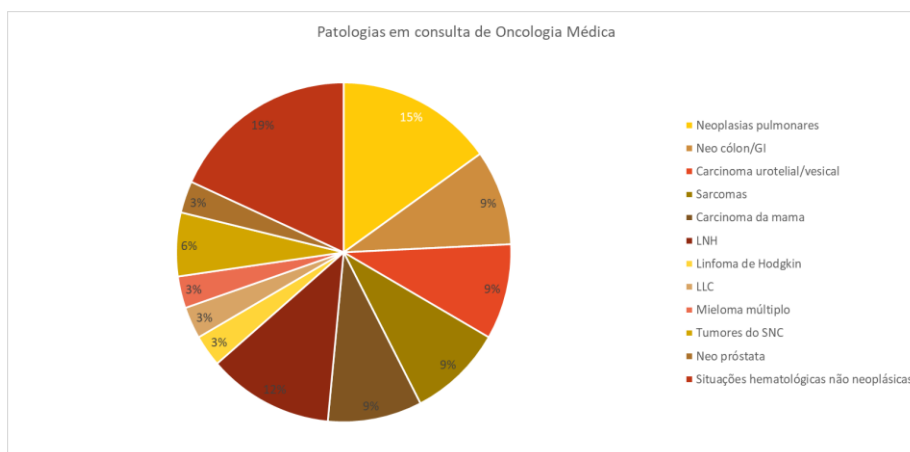
APÊNDICE G1 - Número de doentes observados



APÊNDICE G2 - Prevalência de patologias observadas no internamento (MI)



APÊNDICE G3 - Prevalência de patologias observadas em consulta de Oncologia Médica



6. Anexos - certificados

ANEXO 1 - COMISSÃO ORGANIZADORA MARCAMUNDOS (2023)



ANEXO 2 - COMISSÃO ORGANIZADORA MARCAMUNDOS (2024)



ANEXO 3 - MEDONTOUR



Med On Tour Alenquer | 4ª Edição | NMS|FCM

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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

NOME

Maria João Santos

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15499252

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6227cb017cd96

ANEXO 4 - JORNADAS DE PEDOPSIQUIATRIA, PSIQUIATRIA E PSICOLOGIA (CUF DESCOBERTAS)



Jornadas de Saúde Mental do Hospital CUF Descobertas

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

CUF Academic Center
Av. do Forte, n.º3 – Edifício Suécia III, Piso 2
2790-073 Camaxide



NOME

Maria João Santos

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15499252

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6793da6e593f5

ANEXO 5 - PRIMEIRO CONGRESSO PORTUGUÊS DE MEDICINA E LITERATURA (FMUL)



**1825
2025**
bicentenário

M
Faculdade
de Medicina

U
LISBOA
UNIVERSIDADE
DE LISBOA

**primeiro —
CONGRESSO
PORTUGUÊS
MEDICINA E
LITERATURA**

Grande Auditório João
Lobo Antunes **21/03/25**

Congresso Medicina e Literatura
— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa
Av. Prof. Egas Moniz
1649-028 Lisboa



NOME

Maria João Santos

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15499252

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-67a203be80590

ANEXO 6 - CONGRESSO DE PEDIATRIA (3ª EDIÇÃO - HOSPITAL DA LUZ)



Congresso de Pediatria | 3ª edição
— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Maria João Santos

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15499252

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6793d10f7a8a9

ANEXO 7 - CURSO DE ANTIBIOTERAPIA (HOSPITAL DA LUZ)



Curso de Antibioterapia | 16ª Edição
— *Certificado de Participação*



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



NOME
Maria João Santos

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO
15499252

CÓDIGO DE CERTIFICADO
C-6799247df27b1

ANEXO 8 - COLABORAÇÃO DIOSCOPE



Certificado de Colaboração

Para os devidos efeitos, se declara que Maria João Vasco Ralha Portugal dos Santos, portadora do cartão de cidadão número 15499252, colaborou com a equipa da **Dioscope** em vários momentos, designadamente no âmbito da moderação do curso **"Step-by-Step Dermatologia"**, edição do livro **"Psiquiatria Step By Step"** e na edição de **algoritmos de apoio à decisão médica**.

As funções desempenhadas pela Maria João contribuíram de forma relevante para o desenvolvimento e qualidade dos referidos projetos, sendo realizadas com rigor, competência e profissionalismo.

Lisboa, 11 de junho de 2025

Assinado por: Miguel Braga Sampaio de Sá Peliteiro
Num. de identificação: 1635469
Data: 2025.06.13 17:03:25+01'00'

Miguel Sampaio Peliteiro (COO Dioscope)

ANEXO 9 - PROJETO DANÇAR COM PARKINSON



CERTIFICADO DE PRESENÇA

Certifica-se que Maria João Vasco Ralha Portugal dos Santos esteve presente na aula de dança do projecto Dançar com Parkinson que decorreu em Coimbra, no dia 29 de Junho de 2024.

A Comissão Organizadora local

Projecto Dançar com PK

Ana Morgadinho

ANEXO 10 - SESSÃO DIA MUNDIAL DA DOENÇA DE PARKINSON



ANEXO 11 - ESTORIL CONFERENCES



TIME TO
RETHINK

CERTIFICATE

For due effects, it is certified that **Maria João Vasco Ralha Portugal dos Santos**, ID 15499252, 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

ANEXO 12 - WORKSHOP “ELETROCARDIOGRAFIA” (NOVA MEDICAL SCHOOL)



Certificado

Certificamos que **Maria João Vasco Ralha Portugal Dos Santos**, N^o2019356, participou no Workshop intitulado *Eletrocardiografia*, no dia 24 de abril de 2025, lecionado pelo Dr. Vítor Mendes, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar 6^o ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Dr. Vítor Mendes

ANEXO 13 - WORKSHOP “EQUILÍBRIO ÁCIDO-BASE” (NOVA MEDICAL SCHOOL)



Certificado

Certificamos que **Maria João Vasco Ralha Portugal Dos Santos, N°2019356**, participou no Workshop intitulado *Alterações do equilíbrio ácido base*, no dia 02 de abril de 2025, lecionado pelo Professor Doutor Pedro Póvoa, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Professor Doutor Pedro Póvoa

ANEXO 14 - “SNS E CARREIRA MÉDICA: QUE RUMO?”

SNS e carreira médica: que rumo?
— *Certificado de Participação*

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

NOME
Maria João Santos

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO
15499252

CÓDIGO DE CERTIFICADO
C-6565181233e70

ANEXO 15 - PALESTRA BURNOUT EM MEDICINA



**BURNOUT
EM MEDICINA**
AEEFCM

dr.
**MIGUEL
CARNEIRO**

Burnout em Medicina
— Certificado de Participação

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

NOME
Maria João Santos

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO
15499252

CÓDIGO DE CERTIFICADO
C-5e9d7e50cdf15



ANEXO 16 - iMED CONFERENCE - GROWING UP CARING FOR CHILDREN AND TEENS

iMed Conference® 12.0 | Workshops October 1st

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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

NOME

Maria João Santos

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15499252

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5f6cfb5a5a3b5

Atividades frequentadas

Growing Up - Caring for Children and Teens [Year of Studies: 2nd - 6th]

01-10-2020 14:15 → 01-10-2020 19:30

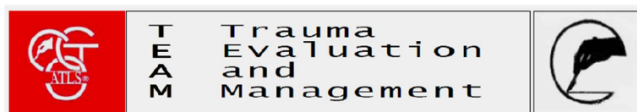
Do you dream of being a paediatrician since you were a little kid? Do you already know everything about runny noses and stomach aches and would like to complement your knowledge in this area? If that is your case, this is THE workshop for you! Firstly, with the helping hand of Clown Doctors in hospitals, you'll understand why medicine can be summarized in COM-HUMAN-ICATION" and, as FUN-damental aspects of the communication process and HUMAN relations are illustrated, you'll be inspired to use these means to build bridges and learn the ART of practicing medicine! Afterwards, we will talk about teenagers. Do you know how to approach your patients in this convoluted phase of their lives? In this workshop, you will learn all the tools to deal with these rebellious patients and then get the chance to put your new skills into practice with real teenagers. Language: Portuguese

ANEXO 17 - TRAUMA EVALUATION AND MANAGEMENT

MedSim
NOVA Medical Simulation Centre



NOVA MEDICAL SCHOOL




Certificado

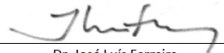
Pelo presente se certifica que

MARIA JOÃO VASCO RALHA PORTUGAL DOS SANTOS

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 23 e 24 de Janeiro de 2025.

O Curso "TEAM" está integrado no currículo do 6º Ano do Mestrado Integrado de Medicina da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa. É organizado pelo ATLS Portugal e pela Sociedade Portuguesa de Cirurgia, segundo o formato educativo proposto pelo American College of Surgeons para estudantes de Medicina.


Professor Doutor Rui Maio
Regente U.C. Cirurgia Estágio


Dr. José Luís Ferreira
Coordenador do TEAM/NMS | FCM-UNL

www.atlspportugal.org, Programa ATLS/Sociedade Portuguesa de Cirurgia, atlspportugal@gmail.com
O "TEAM" é uma denominação original do American College of Surgeons

ANEXO 18 - SESSÕES SIMULAÇÃO UC CIRURGIA



Certificado de
participação

Maria João Santos

Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Janeiro 2025

Presencial | 30 de Janeiro de 2025 | 3 horas

Código de certificado: C-6787e741ad546

Hospital da Luz Learning Health • hospitaldaluz.pt/learninghealth
Avenida Lusíada, 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