

RELATÓRIO FINAL

ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

Mestrado Integrado em Medicina

Bernardo José Ribeiro Bolou | Nº 2019174

Regente da Unidade Curricular: Professor Doutor Rui Maio

Orientador: Professor Doutor Albino Maia

Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas

Ano Letivo 2024/2025

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais, que sempre me acompanharam e apoiaram ao longo da minha vida, em especial durante o percurso académico. Toda a gratidão é pouca para os sacrifícios que fizeram para que atingisse os meus objetivos e vontades. E obrigado por me terem tornado na pessoa que sou, dando-me espaço para construir o meu caminho, sempre aliado do vosso carinho.

Aos meus avós, que mesmo separados pela distância, me reconfortaram com as suas preocupações e orgulho por mim, ao sabor das marmitas caseiras que me prepararam.

Aos meus amigos, em especial ao João Delícias, ao Gonçalo Silva, ao Bruno Almeida, ao Tiago Lacerda, ao Tiago Leite, à Maria Leonor Mendes, à Beatriz Barros, à Maria Beatriz Morgado, à Beatriz Mendes e ao restante grupo “Feta Feta” por me terem ensinado os verdadeiros valores da amizade. Obrigado, amigos, por me terem apoiado nos bons e maus momentos, pelo companheirismo constante nesta jornada árdua e pelas memórias que ficaram destes anos.

Ao meu padrinho Diogo Portugal, por ter sido a voz da experiência e orientador de cada ano nesta casa que é a Faculdade de Ciências Médicas.

À minha afilhada Ana Rita Barros, pela confiança depositada em mim e pelo carinho constante nos sorrisos e histórias partilhadas.

À minha namorada, por estar sempre ao meu lado, pelo exemplo que é para mim, pelas palavras certas nas horas críticas e por se ter tornado na minha casa.

Aos professores e médicos com quem tive a oportunidade de aprender e que me desafiaram a dar o melhor de mim. Em especial, aos tutores do 6º ano, pela disponibilidade em ensinar e por se terem tornado modelos de referência para a minha carreira enquanto futuro médico.

Muito obrigado a todos!

*“Para ser grande, sê inteiro: nada
Teu exagera ou exclui.
Sê todo em cada coisa. Põe quanto és
No mínimo que fazes.
Assim em cada lago a lua toda
Brilha, porque alta vive.”*

Ricardo Reis

ÍNDICE

| | |
|--|----|
| INTRODUÇÃO E OBJETIVOS | 1 |
| ATIVIDADES DESENVOLVIDAS | 1 |
| ESTÁGIO PARCELAR PEDIATRIA | 2 |
| ESTÁGIO PARCELAR GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA | 2 |
| ESTÁGIO PARCELAR SAÚDE MENTAL | 3 |
| ESTÁGIO PARCELAR MEDICINA GERAL E FAMILIAR | 3 |
| ESTÁGIO PARCELAR MEDICINA INTERNA | 4 |
| ESTÁGIO PARCELAR CIRURGIA GERAL | 5 |
| ELEMENTOS VALORIATIVOS | 6 |
| REFLEXÃO CRÍTICA | 6 |
| GLOSSÁRIO | 9 |
| REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 9 |
| APÊNDICES E ANEXOS | 10 |

INTRODUÇÃO E OBJETIVOS

O Mestrado Integrado em Medicina (MIM) da NOVA Medical School (NMS) está organizado em dois segmentos complementares, essenciais para a formação médica pré-graduada. Um primeiro correspondente a uma fase predominantemente teórica, direcionada para a consolidação de conhecimentos científicos, que servem de base conceptual para a segunda parte da formação, na qual os conhecimentos adquiridos são aplicados de forma progressiva ao contexto clínico real. Durante essa segunda fase, de carácter teórico-prática, os estudantes são integrados em unidades hospitalares para a observar e participar em atividades assistenciais nas diversas especialidades médicas. O 6º ano de formação corresponde à Unidade Curricular (UC) de Estágio Profissionalizante, na qual é promovida uma transição supervisionada para a prática médica autónoma. Este estágio compreende seis rotações clínicas nas especialidades basilares à formação de qualquer médico: Medicina Interna, Cirurgia Geral, Medicina Geral e Familiar (MGF), Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia e Saúde Mental.

Neste último momento da minha formação profissional, tendo por base os objetivos estabelecidos em cada estágio parcelar e o documento “O Licenciado Médico em Portugal”⁽¹⁾, defini os seguintes objetivos pessoais: 1) Colocar em prática os conhecimentos teóricos e práticos adquiridos em contexto clínico real; 2) Desenvolver espírito crítico na interpretação dos dados recolhidos na anamnese e exame objetivo, bem como na seleção de MCDTs, tendo por base os diagnósticos diferenciais mais relevantes em cada caso clínico; 3) Aplicar uma abordagem biopsicossocial na prática médica, respeitando as crenças e decisões pessoais dos doentes; 4) Desenvolver capacidades pessoais de comunicação com os doente, seus familiares e profissionais de saúde de forma clara e eficaz, adequadas a cada contexto; 5) Adquirir autonomia parcial na avaliação e gestão de doentes, adotando uma postura proativa; 6) Gerir o meu horário pessoal, de forma a cumprir com os meus deveres enquanto aluno, atividades extracurriculares e vida pessoal.

Serve o presente relatório para descrever os objetivos propostos, as atividades desenvolvidas em cada componente do Estágio Profissionalizante e outras atividades extracurriculares valorativas mais relevantes para a minha formação. Seguidamente, realizo uma reflexão crítica sobre o meu percurso e desempenho pessoal durante o ano letivo, bem como do grau de cumprimento dos objetivos pessoais. Em “Apêndices e Anexos” encontram-se informações estatísticas relativas ao trabalho desenvolvido e certificados dos elementos valorativos selecionados.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

O Estágio Profissionalizante é composto por seis Estágio Parcelares, com duração total de 32 semanas. No *Apêndice 1* encontra-se descrito o cronograma do Estágio Profissionalizante e no *Apêndice 2* os elementos de avaliação ao longo de cada Estágio Parcelar.

PEDIATRIA

O Estágio Parcelar de Pediatria teve a duração de quatro semanas, tendo decorrido entre o dia 9 de setembro e 4 de outubro de 2024, no Serviço de Infeciologia do Hospital de Dona Estefânia (HDE), sob a orientação da Dr^a. Ana Margarida Garcia (*Apêndice 1*). Defini como objetivos para este estágio: 1) Identificar as patologias mais frequentes na criança e no adolescente; 2) Realizar a anamnese e exame físico, reconhecendo sinais de gravidade, em doentes pediátricos; 3) Compreender os princípios gerais de atuação em situações clínicas comuns, incluindo urgências e emergências; 4) Estabelecer uma comunicação empática com a criança/adolescente e a sua família.

Durante o estágio em Pediatria, acompanhei atividades em vários contextos clínicos. Relativamente ao internamento, componente central do estágio, pude elaborar registos clínicos e discutir diagnósticos e planos terapêuticos de 14 doentes (*Apêndice 3*) com doenças infetocontagiosas. No Serviço de Urgência (SU), contactei com 20 doentes em fase aguda, nos quais as patologias do foro respiratório foram predominantes (40%) (*Apêndice 4*). Neste contexto pude realizar exames físicos dirigidos, colaborar em exames complementares e, de forma progressiva, realizar o atendimento dos doentes de forma mais autónoma. Assisti, também, a 28 consultas externas de Infeciologia e do Viajante, onde observei o seguimento de casos infecciosos e aprendi estratégias de prevenção em viagens. De forma complementar, observei 6 consultas de Imunoalergologia, onde aprofundei conhecimentos sobre patologia alérgica, com destaque para a educação sobre dispositivos inalatórios. No HDE, assisti na manhã de cada dia à sessão de apresentação dos novos doentes entrados. Paralelamente, assisti a sessões clínicas apresentadas por médicos internos no serviço de infeciologia e apresentei um trabalho sobre “Síndrome de Guillain-Barré” (*Apêndice 2*), no seminário final.

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA

Realizei o Estágio Parcelar na área de Ginecologia e Obstetrícia (GO) no Hospital de São Francisco Xavier, entre 7 de outubro e 1 de novembro de 2024 (4 semanas), sob a tutela da Dra. Helena Pereira (*Apêndice 1*). Para este estágio parcelar estabeleci os seguintes objetivos: 1) Conhecer as principais patologias de GO, assim como a sua abordagem sistematizada; 2) Observar e realizar de forma autónoma e metódica a colheita da anamnese e exame objetivo ginecológico; 3) Consolidar os princípios das estratégias de prevenção ao longo da vida da mulher e aconselhamento sobre vigilância na gravidez; 4) Desenvolver a capacidade de interpretação ecográfica; 5) Participar na realização de partos e cirurgias ginecológicas.

No decorrer do estágio, acompanhei diversas consultas e procedimentos (*Apêndice 3*). Em contexto de consulta, observei 22 consultas de Ginecologia, 9 de Obstetrícia e 4 de Patologia do Colo (*Apêndice 5*). Nas consultas de Ginecologia pude assistir à colheita de história clínica, exame físico e ginecológico, citologias, biópsias e ecografias endovaginais. Nas consultas de Obstetrícia, participei na avaliação de grávidas, interpretação de exames e planeamento do parto. Presenciei consultas focadas na realização de MCDTs (16

no total) (*Apêndice 3*): ecografias obstétricas e, aquando da consulta de Patologia do Colo, colposcopias e co-testes. No Bloco operatório de Ginecologia assisti à realização de histeroscopias e 6 cirurgias. Relativamente à Obstetrícia, em ambiente de bloco de partos, assisti apenas a 2 partos, tendo acompanhado a evolução dos partos e analisado traçados de CTG. Acompanhei ainda a atividade clínica nas enfermarias materno-fetal e do puerpério, com discussão de planos terapêuticos e seguimento pós-parto (perfazendo o total de 14 casos) (*Apêndice 3*). De forma adicional, assisti a consultas de enfermagem em diagnóstico pré-natal. No SU observei o atendimento a grávidas para avaliação materno-fetal e em início de trabalho de parto, e ainda, mulheres com patologia ginecológica, totalizando 7 casos neste contexto (*Apêndice 3*). De forma complementar à minha formação, participei no *workshop “The Woman”*, organizado pela UC, que abordou tópicos teórico-práticos de Ginecologia e Obstetrícia. Como elemento avaliativo, apresentei um trabalho sobre “Hemorragia Pós-parto”, a par da minha colega de estágio (*Apêndice 2*).

SAÚDE MENTAL

Sobre o Estágio Parcelar de Saúde Mental, tive a oportunidade de acompanhar as atividades desenvolvidas no Centro de Estudo do Bebê e da Criança (CEBC), especialmente na Unidade Primeira Infância (UPI) de Pedopsiquiatria do Hospital de Dona Estefânia. O estágio teve a duração de 4 semanas, tendo decorrido entre o dia 4 e 29 de novembro de 2024, sob a tutela da Dra. Sofia Vaz Pinto (*Apêndice 1*). Delineei como objetivos deste estágio: 1) Identificar sintomas de perturbação psiquiátrica e diferenciá-los do funcionamento psicológico normal; 2) Avaliar as capacidades funcionais dos doentes; 3) Reconhecer situações individuais e sociais de risco; 4) Processar a informação recolhida de modo a obter um diagnóstico.

A maioria do meu estágio consistiu no acompanhamento de consultas de pedopsiquiatria da primeira infância. Tendo em conta as características do serviço, a globalidade dos pacientes observados tinha idades compreendidas entre os 2-5 anos, pelo que fiquei limitado a um pequeno número de patologias com as quais tive contacto. Das 20 consultas que assisti, 40% dos doentes tinham o diagnóstico de Perturbação do Espectro do Autismo (*Apêndice 6*). Adicionalmente, acompanhei a tutora no horário destinado ao SU, pelo que acompanhei a abordagem de um só caso, neste contexto. Como parte integrante da atividade assistencial, estive presente nas diversas reuniões de serviço, nas quais eram discutidos casos clínicos complexos. De forma adicional, assisti a 3 sessões clínicas direcionadas aos médicos internos, nos quais eram revistos conteúdos teórico-práticos integrados na Pedopsiquiatria. A minha avaliação de estágio foi complementada pela apresentação realizada por mim sobre “PHDA e criatividade” (*Apêndice 2*).

MEDICINA GERAL E FAMILIAR

Terminei o primeiro semestre com o Estágio Parcelar de MGF na USF Rainha Dona Leonor, nas Caldas da Rainha, no período de 2 de dezembro de 2024 a 10 de janeiro de 2025 (4 semanas), sob orientação da Dra. Ana Luísa Ferreira (*Apêndice 1*). Estabeleci os seguintes objetivos: 1) Realizar uma história clínica

abrangente e um exame objetivo dirigido, tendo por base o modelo SOAP; 2) Adquirir maior autonomia e competências comunicativas na realização de consultas; 3) Aplicar estratégias de prevenção adequadas à idade, sexo e fatores de risco dos doentes; 4) Reforçar os meus conhecimentos sobre a terapêutica das principais patologias observadas em contexto de cuidados de saúde primários; 5) Saber como articular os cuidados prestados por diferentes profissionais especializados.

No decorrer das 4 semanas de estágio, pude participar em 222 consultas (*Apêndice 3*). Inicialmente adotei uma postura mais observacional, tendo auxiliado a tutora ao realizar o exame objetivo dos doentes e procedia à discussão dos casos após a consulta. Após entender o formato da consulta praticado, tive a oportunidade de conduzir 14 consultas de forma autónoma, especialmente nas consultas de Saúde do Adulto (*Apêndice 7*). Nestas consultas procedi ao registo dos dados colhidos segundo o modelo SOAP e defini, a par da tutora, os MCDTs mais indicados e/ou o plano terapêutico. Como descrito no *Apêndice 8*, a maioria das consultas focou-se na abordagem de hipertensão sem complicações (29 consultas), alteração do metabolismo dos lípidos (28 consultas) e na medicina preventiva/manutenção da saúde (24 consultas). Adicionalmente, realizei de forma autónoma outras atividades de certificação, tais como: certificados de incapacidade temporária para o trabalho e pedidos de referenciação. No que diz respeito à avaliação formativa, apresentei um caso clínico sobre o seguimento em consulta de um doente com hipertensão arterial, representativo das patologias geridas em contexto de cuidados de saúde primários (*Apêndice 2*).

MEDICINA INTERNA

Relativamente ao Estágio Parcelar de Medicina Interna (MI), realizei-o no Serviço de Medicina 2.3 do Hospital Santo António dos Capuchos, entre os dias 20 de janeiro e 14 de março de 2025 (8 semanas), sob orientação da Dra. Mariana Marques Silva (*Apêndice 1*). Defini como objetivos para este estágio: 1) Desenvolver progressivamente confiança e autonomia na: realização do anamnese e exame físico de doentes; requisição e interpretação de MCDTs; proposta de terapêuticas; 2) Elaborar diários clínicos, notas de alta e transferência e pedidos de referenciação; 3) Desenvolver a capacidade de comunicação com os doentes e seus familiares, mas também com outros profissionais de saúde; 4) Aumentar a sensibilidade na abordagem de doentes, em particular com aqueles que se encontram em fim de vida, situações de obstinação terapêutica e casos sociais; 5) Reconhecer e priorizar as situações de emergência médica e de risco iminente de vida.

Neste estágio, integrei a ala masculina do serviço de Medicina, acompanhando diariamente o trabalho realizado pela equipa médica. As manhãs começavam com uma reunião clínica para organização das tarefas e distribuição dos doentes. Inicialmente, observei os médicos internos e participei na realização dos exames objetivos, discussão clínica e definição dos planos terapêuticos. Com o tempo, fui ganhando autonomia, assumindo a responsabilidade de acompanhar diariamente um doente: redigi diários clínicos, solicitei pedidos de exames, discuti os planos de cuidados em reunião de equipa e informava os familiares. A

meu encargo ficaram 16 doentes, cujas patologias respiratórias e geniturinárias foram preponderantes (*Apêndice 9*). No início da tarde de cada dia, a equipa reunia-se para discutir em profundidade os planos terapêuticos, muitas vezes com base em *guidelines* e em evidência científica. De forma adicional, assisti a colaborações multidisciplinares com outras especialidades e equipas de apoio, como os cuidados paliativos e o serviço social. No SU, no Hospital de São José, contactei com 16 doentes com patologia aguda ou agudizações de doenças crónicas, tendo acompanhado e auxiliado a equipa de urgência na sala de reanimação, sala de observação, macas e ambulatórios. Complementarmente, estive presente em várias sessões clínicas apresentadas pelos médicos internos e especialistas do serviço, numa das quais pude apresentar o trabalho sobre “Hemorragia Digestiva: Abordagem de diagnóstico e tratamento”, realizado por mim e pela minha colega de estágio (*Apêndice 2*). Promovido pela UC, participei nos workshops formativos sobre “Alterações do equilíbrio ácido-base” (*Anexo 1*) e “Eletrocardiografia” (*Anexo 2*).

CIRURGIA GERAL

Por último, finalizei o Estágio Profissionalizante com o Estágio Parcelar de Cirurgia Geral no Hospital Beatriz Ângelo, tendo decorrido entre os dias 17 de março e 16 de maio de 2025 (8 semanas) (*Apêndice 1*). Integrei a equipa de Cirurgia Geral de parede abdominal, sob tutela da Dra. Cátia Fernandes da Cunha. Como previsto neste estágio, nas últimas duas semanas acompanhei a equipa de Anestesiologia no bloco operatório, sala de exames e em consulta pré-operatória. Defini como objetivos gerais para este estágio: 1) Compreender as principais síndromes cirúrgicas, distinguindo aquelas com indicação para cirurgia eletiva ou urgente; 2) Realizar uma história clínica sumária e exame objetivo dirigido, para a correta formulação de hipóteses de diagnóstico; 3) Integrar a equipa cirúrgica e de anestesia em contexto de bloco operatório; 4) Compreender as funções do Anestesiologista no bloco operatório.

O tempo de estágio foi dividido de forma equilibrada pelas várias valências da especialidade de Cirurgia Geral. No Bloco Operatório pude assistir a 15 cirurgias, que na sua maioria consistiram em hernioplastias da parede abdominal (*Apêndice 10*). Em 3 das cirurgias pude participar como ajudante, tendo assumido pequenas funções, tais como, a limpeza do local cirúrgico com compressas, corte de fios de sutura e tração com instrumentos cirúrgicos. No Internamento, acompanhei a equipa na observação de 20 doentes em regime pós-operatório, na troca de pensos e pude ainda realizar autonomamente o exame objetivo e gasimetrias em alguns casos. No SU, a equipa permanecia de prevenção até ser requerida a avaliação pela especialidade. Nesse contexto pude presenciar todo o processo de diagnóstico e debater as medidas terapêuticas mais indicadas para cada um dos 19 casos (*Apêndice 3*). Na Consulta Externa assisti a 15 consultas, na sua maioria, de vigilância pós-operatória de hernioplastias. Por fim, no estágio de Anestesiologia, pude entender diversas técnicas anestésicas e parâmetros de monitorização no intraoperatório e pude, ainda, realizar a ventilação e intubação de doentes, bem como, preparar e administrar

fármacos. No âmbito da UC, participei no curso TEAM sobre a identificação e abordagem do doente politraumatizado (*Anexo 3*) e na sessão de simulação prática no Hospital da Luz, onde pude desenvolver procedimentos técnicos (abordagem da via aérea, cateter venoso central e técnicas de suturas) (*Anexo 4*).

ELEMENTOS VALORATIVOS

No decorrer do meu percurso académico, procurei conciliar a minha formação com os meus interesses pessoais e atividades extracurriculares, que de alguma forma contribuem para o meu bem-estar e identidade. Dessa forma, numa vertente mais formativa, participei em palestras e congressos ao longo dos seis anos de curso, como são exemplos: *webinare* “Ecografia FAST em Emergência Pré e Intra-hospitalar” (2022) (*Anexo 5*); “iMED Conference® 16.0” e *workshops* associados “Break a Leg” e “Who Wants to Be a Surgeon”, em 2024 (*Anexos 6, 7 e 8*); “Killing Us Softly 2.0 2024” (*Anexo 9*); “FutureMD 7.0”, em 2025 (*Anexo 10*). Na qualidade de orador e a par dos meus colegas de estágio de Cirurgia Geral do 3ºano (2021), apresentei a palestra “Emergências Médicas Hospitalares” (*Anexo 11*), a convite do Professor Doutor Francisco Oliveira Martins. De forma complementar, realizei a Opcional do 6ºano no serviço de Anestesiologia do Hospital de São José (*Apêndice 11*), por ser uma área de interesse pessoal, o que me permitiu reforçar conhecimentos na área e, ao mesmo tempo, possibilitou-me contactar com cirurgias diferentes daquelas que tinha visto anteriormente, nomeadamente clipagem de um aneurisma cerebral e cirurgia transfenoidal endoscópica.

No espetro do associativismo, fui membro do departamento científico da comissão organizadora do “FutureMD 6.0” em 2024 (*Anexo 12*), no qual assumi o desafio de organizar um congresso focado na formação no Internato Médico Especializado e nas diversas opções da Carreira Médica. Ainda relacionado com o associativismo, numa índole mais lúdica, fui membro da Comissão de Festas do Chão da Parada (minha aldeia) em 2019 e 2023 (*Anexo 13*), tendo ajudado a organizar eventos promotores do convívio dos habitantes locais, durante os referidos anos, para recolher fundos para os festejos anuais da localidade. A nível social, realizei voluntariado pontualmente durante os meus anos académicos, nomeadamente no projeto “How to Build a Home” (*Anexo 14*), organizado pela Associação de Estudantes da NMS (AENMS). Na vertente desportiva, integrei a equipa de futebol da AENMS (*Anexo 15*) nas épocas de 2021/2022 e 2022/2023, o que contribuiu para a minha integração social e equilíbrio físico e emocional.

REFLEXÃO CRÍTICA

Concluído o 6.º ano do MIM, torna-se inevitável realizar uma análise crítica e aprofundada do percurso formativo até ao momento, especialmente neste último ano letivo. O Estágio Profissionalizante revelou-se um ponto de viragem determinante, assumindo um papel central na transição entre a formação pré-graduada e a futura prática médica em contexto de internato. Em retrospectiva, considero esta experiência globalmente muito positiva, contribuindo decisivamente para o meu crescimento enquanto futuro médico.

Tendo em conta os objetivos gerais que me comprometi a alcançar durante este ano letivo, reconheço que as oportunidades para tal diferiram consoante os estágios. Começo por destacar o estágio de **Pediatria**, no qual, desde cedo, demonstrei prontidão para ser um elemento útil na equipa, particularmente em internamento e no SU. Disponibilizei-me para redigir diários clínicos e discutir os achados à minha observação dos doentes, bem como o raciocínio clínico da marcha de diagnóstico, aplicando e reforçando os meus conhecimentos teóricos prévios. No SU, senti que progressivamente fui estando mais confiante do meu trabalho, comprovado pelo facto de me ter sido confiada a responsabilidade de avaliar doentes neste contexto, com autonomia parcial. O mesmo se aplica ao estágio de **Medicina Interna**, em contexto de internamento: a organização do estágio prevê que os alunos sejam capazes de atingir o mesmo nível de independência que um médico interno de formação geral, com a segurança de, se necessário, tomar decisões complexas em equipa. Considerando este facto, acredito que tenha realizado o espectável e mantido o interesse por aprender mais com os médicos que acompanhei. Outro dos pontos positivos deste estágio prende-se com os desafios inerentes de alguns doentes, como é exemplo a necessidade de articular com os cuidados paliativos e o serviço social, algo que, pela primeira vez, ficou à minha responsabilidade. Desta forma, pude aplicar, na sua essência, uma abordagem biopsicossocial, fundamental para o sucesso terapêutico e bom funcionamento dos serviços.

No que diz respeito ao trabalho desenvolvido no estágio de **GO**, considero vantajoso o facto de ter passado pelas várias valências da especialidade e assistido à prática clínica de diferentes médicos, permitindo-me adquirir uma visão mais completa da especialidade em comparação ao estágio realizado no 4º ano. No entanto, a componente de colocar em prática o conhecimento e ganho de autonomia foi a maior lacuna deste estágio, pois penso que houve poucas oportunidades para realizar certos procedimentos de forma independente. Também no bloco operatório teria sido do meu interesse participar ativamente e gostaria de ter acompanhado mais partos, algo que foi impossibilitado tanto pela baixa afluência de mulheres grávidas ao bloco de parto, como pela resistência à presença dos alunos por parte das mesmas.

Considero que o estágio em **Saúde Mental** foi o mais limitativo na diversidade de patologias e perturbações com que me cruzei, uma vez que fiquei reduzido a um tipo de consulta numa faixa etária estreita. Por essa razão, a minha intervenção em consulta foi reduzida, pelo que a aplicação de conhecimentos ficou restrita à discussão dos casos pré ou pós consulta. No entanto, pude compreender as particularidades da comunicação e avaliação das patologias psiquiátricas nas crianças, com as quais não havia contactado antes. Destaco, também, o facto de ter assistido a consultas de enfermagem, pelo que pude reforçar a minha visão sobre a importância do envolvimento multidisciplinar no acompanhamento destas crianças.

Relativamente ao estágio de **MGF**, penso que foi uma boa experiência para continuar a desenvolver a minha capacidade de comunicação e estruturação de consultas com tempo limitado, à semelhança do

estágio de MGF do 5ºano. Uma vez mais pude perceber a importância do atendimento dos doentes na USF, nomeadamente ao nível da prevenção de doenças e gestão de doenças prevalentes na população, e ainda, o impacto que tem na redução da afluência indevida de doentes ao SU. No entanto, gostaria de ter presenciado mais consultas de Saúde Materna e Planeamento Familiar e de ter tido a hipótese de as conduzir de forma autónoma.

Sobre o estágio de **Cirurgia**, destaco pela positiva a disponibilidade da equipa médica em explicar passo a passo as cirurgias que observei e as oportunidades de participar ativamente no bloco operatório. Igualmente positivo foi a discussão constante sobre a os diagnósticos diferenciais e a interpretação de MCDTs, permitindo pôr à prova os conhecimentos adquiridos. Em contrapartida, a autonomia alcançada em enfermaria ficou aquém das expectativas, especialmente após o nível alcançado no estágio de MI. Por não ter sido incluído no meu tempo de estágio, penso que seria vantajoso alocar algum tempo do horário à sala de pequena-cirurgia, valência essa que teremos contacto constante durante o ano de formação geral do internato médico, com a finalidade de desenvolver aptidões práticas de sutura.

Ao longo do meu percurso académico, as atividades extracurriculares assumiram um papel determinante no meu crescimento pessoal e na construção da minha identidade. A participação em palestras e congressos permitiu-me conhecer novas áreas de interesse pelo testemunho de especialistas e fomentar o pensamento crítico sobre temas relacionados com a área médica. Por outro lado, destaco as oportunidades em que ingressei comissões organizadoras, tanto no FutureMD como na Comissão de Festas do Chão da Parada, com a quais pude desenvolver as minhas capacidades de gestão de tempo, gestão emocional, trabalho em equipa, exposição social e adaptação aos contrastes, que a meu ver, são *soft skills* necessárias à prática diária enquanto médico e na vida em geral. Numa perspetiva coletiva, ao assumir essa função no FutureMD considero que contribuí para a criação de espaços de partilha de conhecimento, com impacto direto na formação de colegas e na valorização da profissão médica e com a Comissão de Festas local para fortalecer os laços entre habitantes, promovendo momentos de convívio intergeracional e reforçando o sentimento de comunidade. Portanto, sinto que cumpro o meu objetivo de manter os meus interesses vivos, sem prejuízo da minha formação, incitando até valores e experiências úteis para a vida futura.

Concluo este percurso com um profundo sentimento de gratidão e realização. Ao longo destes 6 anos, cresci não só enquanto estudante de Medicina, mas também enquanto pessoa, moldada pelas experiências, desafios e pessoas que fizeram parte deste caminho. Termino, assim, com o Estágio Profissionalizante que foi, sem dúvida, a etapa que solidificou a ponte entre o conhecimento adquirido e a prática do cuidar — a essência da nossa profissão. Saio desta casa com o coração cheio e a consciência tranquila de que dei o meu melhor (respeitando as palavras supracitadas do heterónimo Ricardo Reis). É o fim de um ciclo, mas acima de tudo, o início do grande desafio de ser médico. Obrigada a todos os que fizeram parte deste percurso!

GLOSSÁRIO

AENMS – Associação de Estudantes da NMS

CEBC – Centro de Estudo do Bebê e da Criança

CTG – Cardiotocografia

GO – Ginecologia e Obstetrícia

HDE – Hospital de Dona Estefânia

MCDTs - Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêutica

MGF – Medicina Geral e Familiar

MI – Medicina Interna

MIM – Mestrado Integrado em Medicina

NMS – Nova Medical School

SU – Serviço de Urgência

UC – Unidade Curricular

UPI – Unidade Primeira Infância

USF – Unidade de Saúde Familiar

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

(1) Victorino RM, Jollie C, McKimm J. O Licenciado Médico em Portugal - Core Graduates Learning Outcomes Project. Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa;

(2) Imagem da capa retirada de <https://www.nms.unl.pt/pt-pt/faculdade/noticias-e-eventos/noticias/detalhe/newsid/7252> a 2 de junho de 2025.

APÊNDICES E ANEXOS

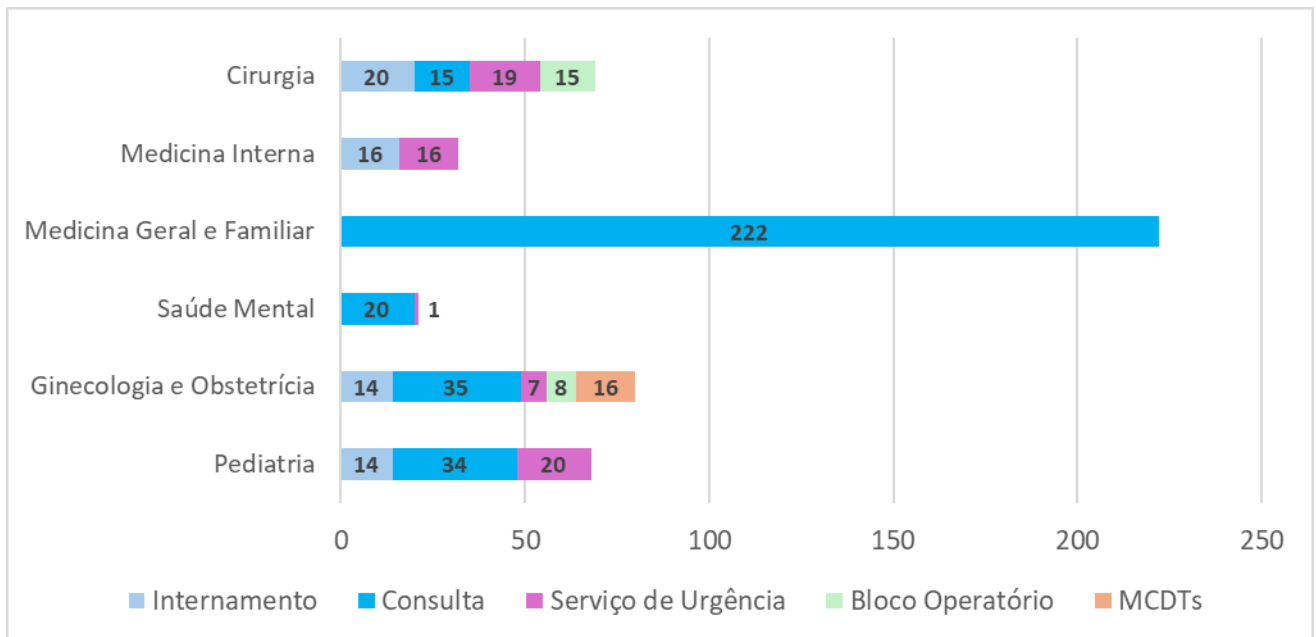
Apêndice 1 – Cronograma do Estágio Profissionalizante.

| Estágio Parcelar | Regente | Período de Estágio | Local de Estágio | Tutor(a) |
|---------------------------|---------------------------------------|---|-------------------------------------|-------------------------------|
| Pediatria | Professor Doutor Luís Varandas | 9 de setembro a 4 de outubro de 2024 | Hospital de Dona Estefânia | Dra. Ana Margarida Garcia |
| Ginecologia e Obstetrícia | Professora Doutora Teresinha Simões | 7 de outubro a 1 de novembro de 2024 | Hospital de São Francisco Xavier | Dra. Helena Pereira |
| Saúde Mental | Professor Doutor Miguel Cotrim Talina | 4 de novembro a 29 de novembro de 2024 | Unidade de Primeira Infância | Dra. Sofia Vaz Pinto |
| Medicina Geral e Familiar | Professor Doutor Daniel Pinto | 2 de dezembro de 2024 a 10 de janeiro de 2025 | USF Rainha Dona Leonor | Dra. Ana Luísa Ferreira |
| Medicina Interna | Professor Doutor António Mário Santos | 20 de janeiro a 14 de março de 2025 | Hospital Santo António dos Capuchos | Dra. Mariana Marques Silva |
| Cirurgia Geral | Professor Doutor Rui Maio | 17 de março a 16 de maio de 2025 | Hospital Beatriz Ângelo | Dra. Cátia Fernandes da Cunha |

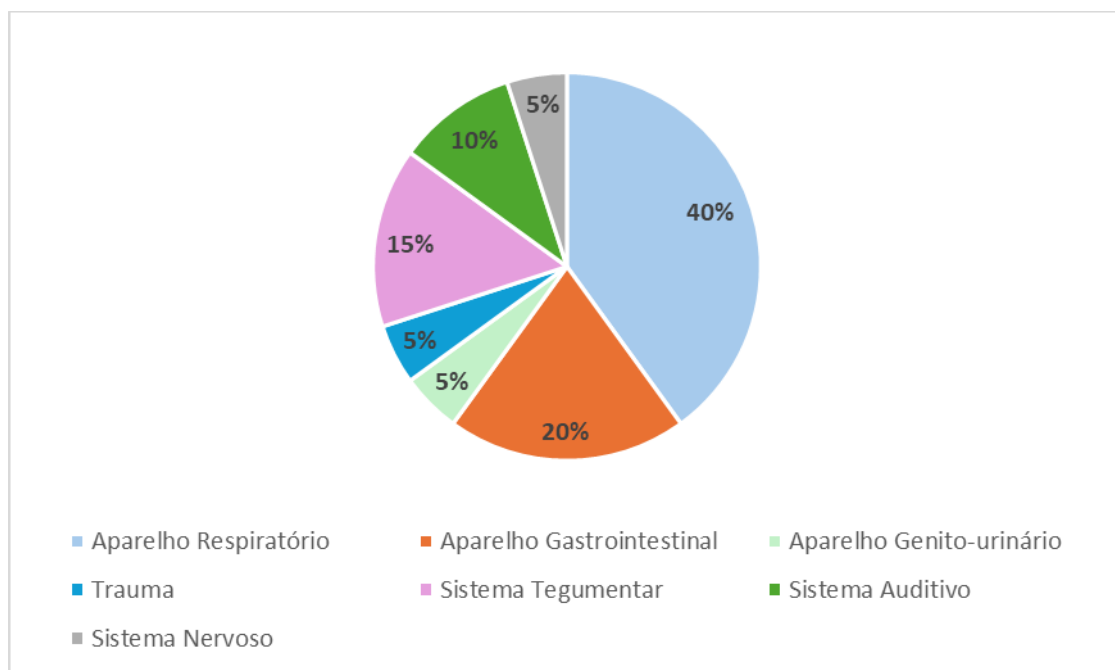
Apêndice 2 – Trabalhos realizados durante os Estágios Parcelares.

| Estágio Parcelar | Trabalho | Coautores |
|---------------------------|---|---|
| Pediatria | Síndrome de Guillain-Barré | Maria Leonor Mendes Francisca Coelho Margarida Sales Luís |
| Ginecologia e Obstetrícia | Hemorragia Pós-parto | Rita Ribeiro Ramos |
| Saúde Mental | PHDA e criatividade | - |
| Medicina Geral e Familiar | Caso clínico: Consulta de seguimento de doente com Hipertensão Arterial | - |
| Medicina Interna | Hemorragia Digestiva: Abordagem de diagnóstico e tratamento | Beatriz Barros |
| Cirurgia | Turismo abdominal: Prótese em rota intestinal | Francisca Coelho Inês Carrey |

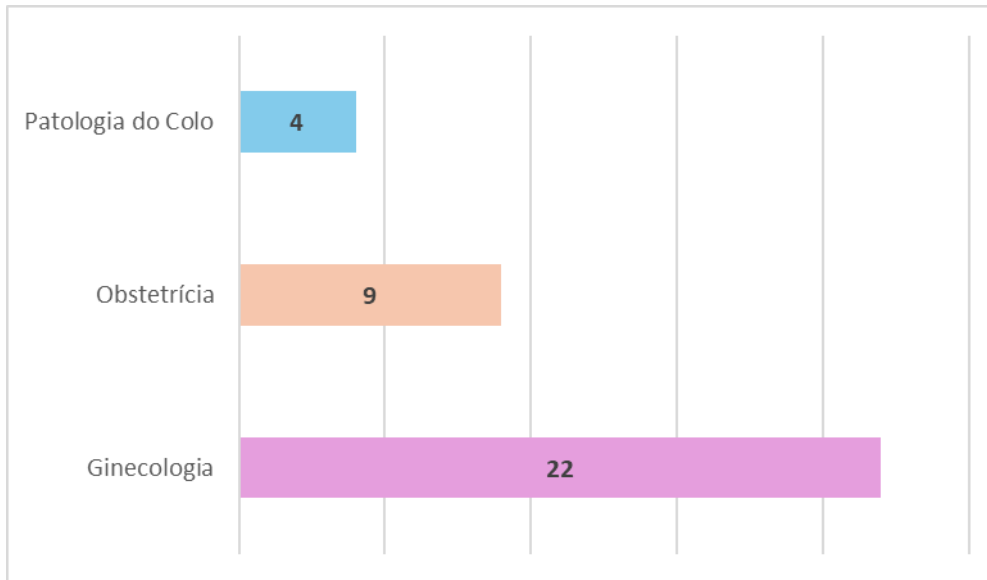
Apêndice 3 - Total de doentes observados no Estágio Profissionalizante.



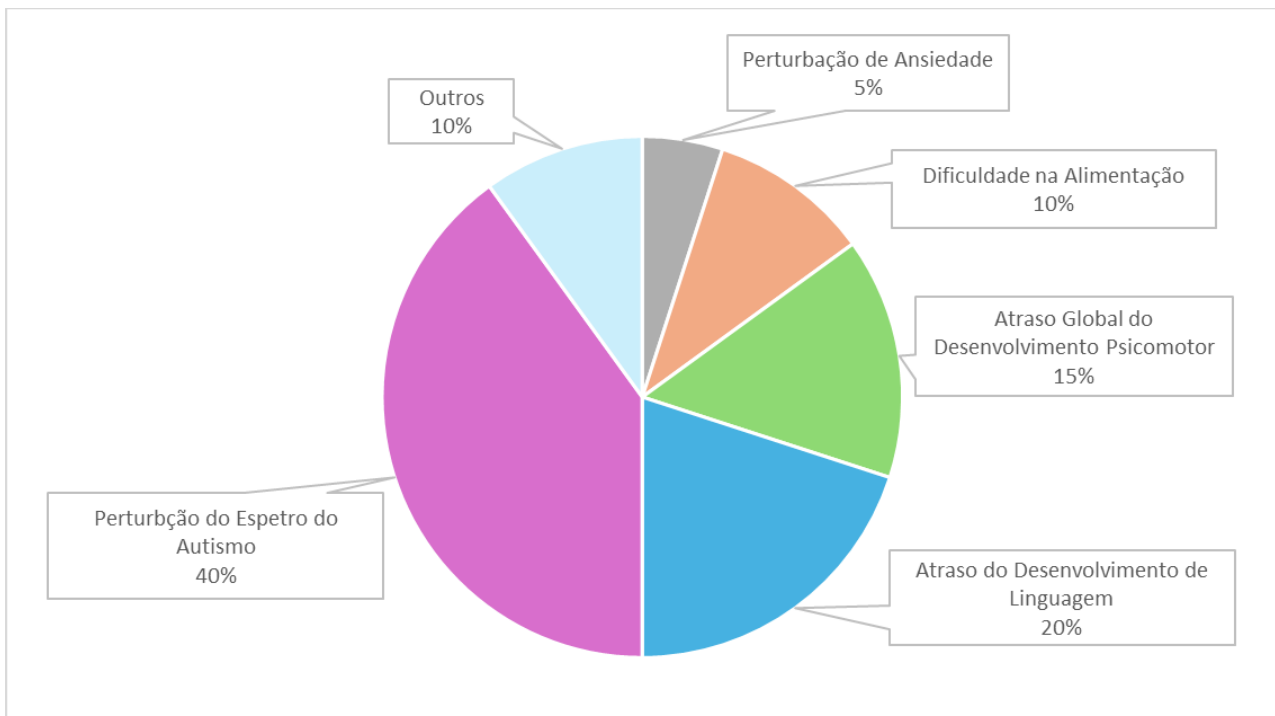
Apêndice 4 - Patologia dos doentes observados no Serviço de Urgência de Pediatria.



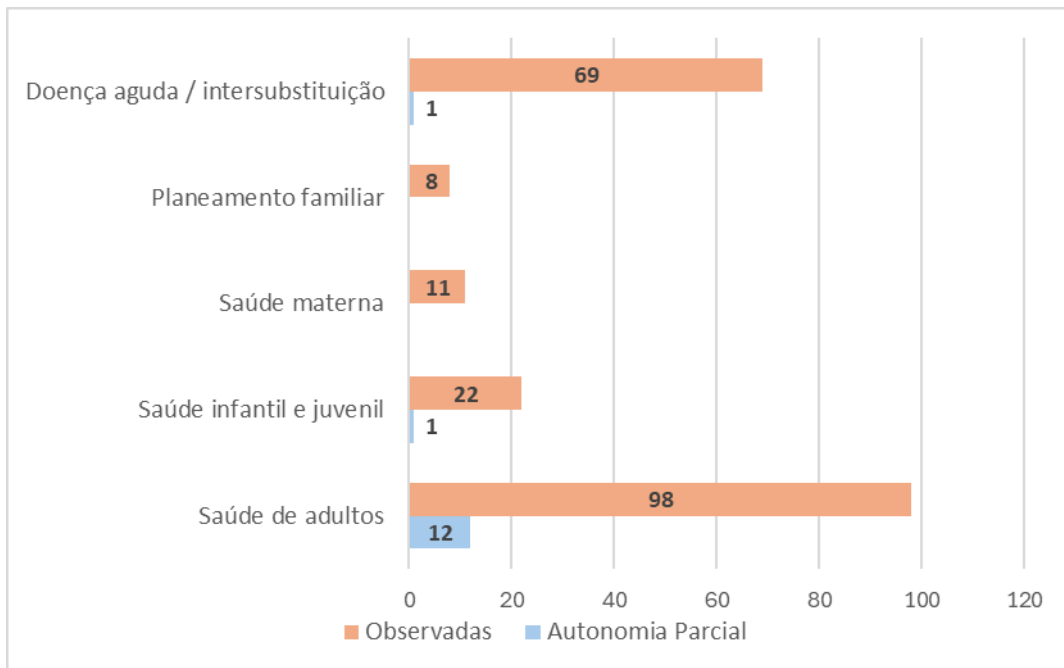
Apêndice 5 – Tipo de consultas observadas no estágio de Ginecologia e Obstetrícia.



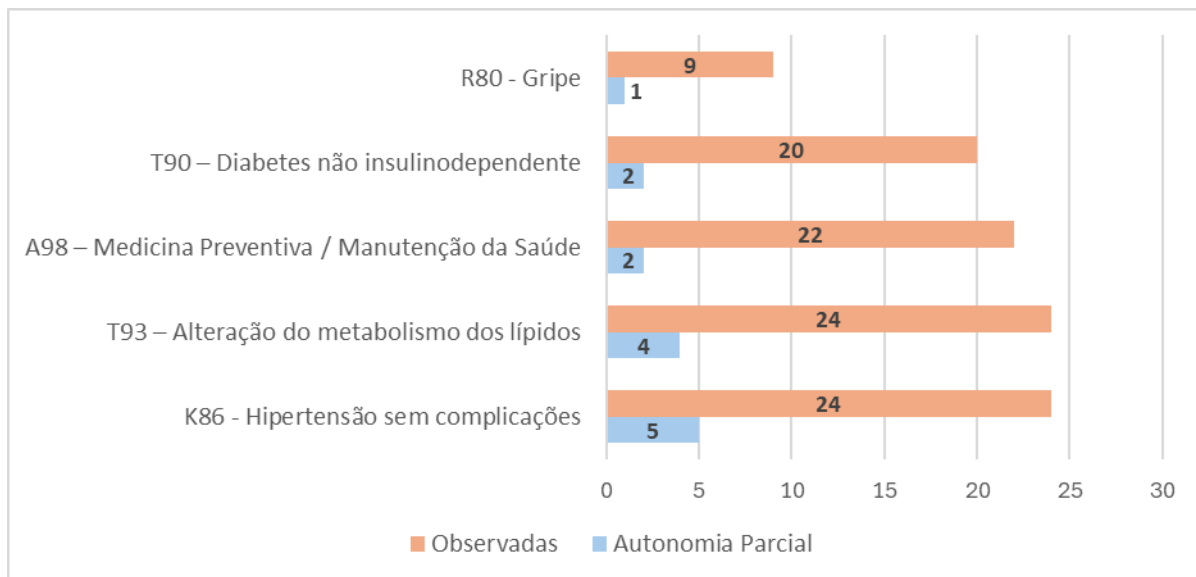
Apêndice 6 - Diagnósticos dos doentes observados em consulta de Pedopsiquiatria na UPI.



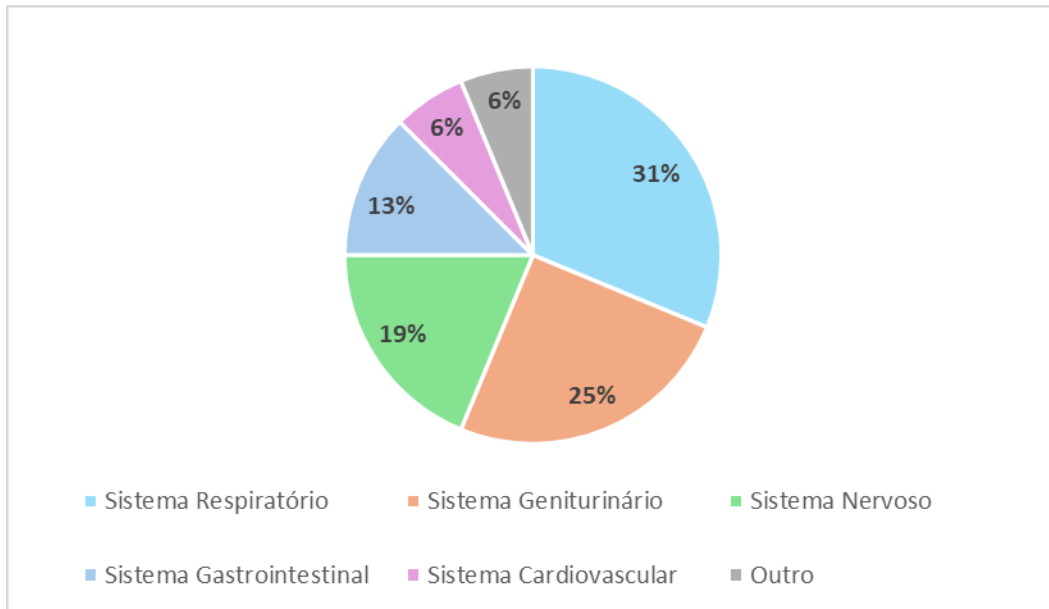
Apêndice 7 - Categoria das consultas de MGF.



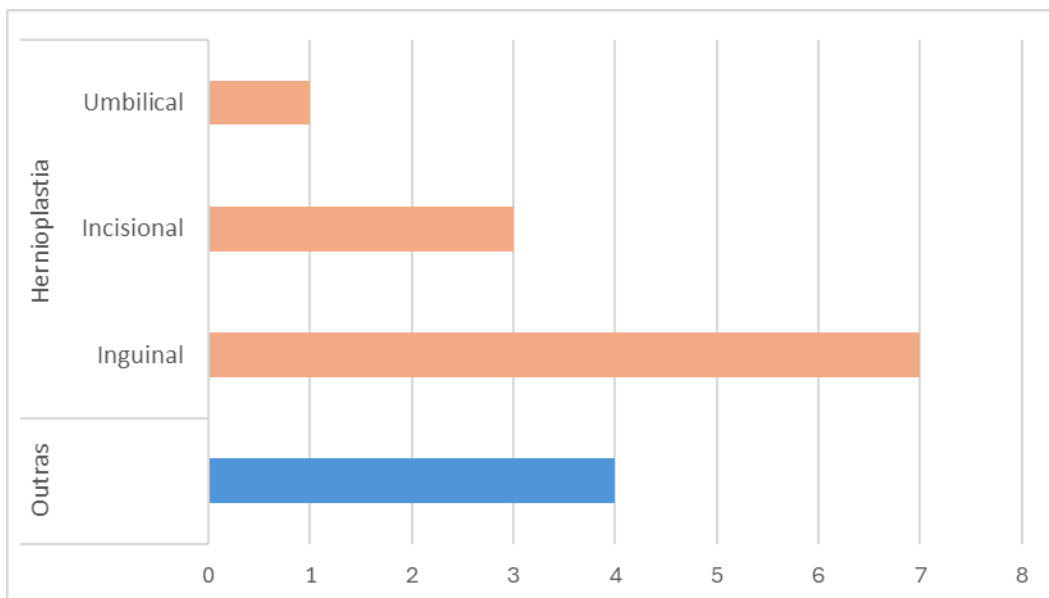
Apêndice 8 – Principais problemas abordados nas consultas de MGF.



Apêndice 9 – Patologia que motivou internamento no serviço de Medicina Interna.



Apêndice 10 – Cirurgias observadas no estágio de Cirurgia.



Apêndice 11 – Folha de assiduidade e avaliação da Opcional em Anestesiologia.



FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

Mestrado Integrado em Medicina

Unidade Curricular Estágio Clínico Opcional – 6.º ano

Nome do Aluno:

Bernardo José Ribeiro Bolou

Serviço de:

Anestesiologia do Hospital de São José

| Data | Atividade Realizada | Rúbrica do Tutor |
|------------|--|------------------|
| 19/05/2025 | Anestesiologia (torçoptica) (Neurocirurgia) | M.ª João Paes |
| 20/05/2025 | Anestesiologia (Cirurgia Robótica - H. Cerny Central) | Helena Silva |
| 21/05/2025 | Anestesiologia (Urologia) | Luís Loualá |
| 22/05/2025 | Anestesiologia (Oftalmologia) | João Loualá |
| 23/05/2025 | Anestesiologia (Cirurgia plástica e reconstrutiva) | João Faria |
| 26/05/2025 | Anestesiologia (Oftalmologia) | Roberta Botelho |
| 27/05/2025 | Anestesiologia (Urologia) | Roberta Botelho |
| 28/05/2025 | Anestesiologia (Neurocirurgia) | Gonçalo Almeida |
| 29/05/2025 | Anestesiologia (Neurocirurgia) | P. L. Pereira |
| 30/05/2025 | Anestesiologia (Plástica e Reconstrutiva) | Helena Silva |

Avaliação: 19,4 valores (em 20).

Observações:

O Dr. Bernardo Bolou integrou e colaborou no trabalho clínico
 diário do Serviço de Anestesiologia e foi exposto a diversos ambientes
 de trabalho de Anestesiologia: Medicina Perioperatória, Dor Aguda,
 Serviço de Urgência. Proctou competências e a aquisição de conhecimentos e
 competências no âmbito de cuidados perioperatórios do dent. Cirúrgico.
6 de Junho de 2025
Helena Silva

(assinatura e carimbo)
 Helena Silva
 Responsável do Pólo de Anestesiologia
 Hospital de S. José

Anexo 1 – Certificado de participação no Workshop “Alterações do equilíbrio ácido base”.



Certificado

Certificamos que **Bernardo José Ribeiro Bolou, N°2019174**, participou no Workshop intitulado *Alterações do equilíbrio ácido base*, no dia 05 de fevereiro 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 2 – Certificado de participação no Workshop “Eletrocardiografia”.



Certificado

Certificamos que **Bernardo José Ribeiro Bolou, N° 2019174**, participou no Workshop intitulado *Eletrocardiografia*, no dia 19 de fevereiro de 2025, lecionado pelo Dr. Vítor Mendes, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Dr. Vítor Mendes

Anexo 3 – Certificado de participação no curso TEAM.



Certificado


Pelo presente se certifica que

Bernardo José Ribeiro Bolou

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 12 e 13 de Setembro 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

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

Anexo 4 – Certificado de participação na Simulação do Hospital da Luz.



Certificado de participação

Bernardo José Ribeiro Bolou

Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Março 2025

Presencial | 26 de Março de 2025 | 3 horas

Código de certificado: C-67cf5e85bd382

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 5 – Certificado de participação no Webinar “Ecografia FAST em Emergência Pré e Intra-hospitalar”.



ECOGRAFIA FAST (FOCUSED ASSESSMENT WITH SONOGRAPHY IN TRAUMA) EM EMERGÊNCIA PRÉ E INTRA-HOSPITALAR

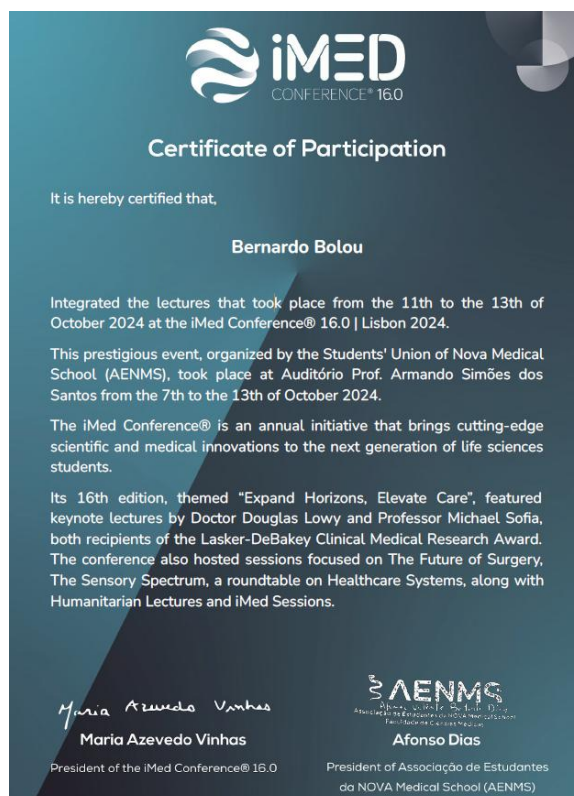
Declara-se para os devidos efeitos, que **Bernardo Bolou** participou no Webinar “Ecografia FAST (Focused Assessment with Sonography in Trauma) em emergência pré e intra-hospitalar”, realizado no dia 13 de Dezembro de 2022, com a duração de 1,0 (uma) hora. Esta iniciativa está integrada no Programa Europeu TrainR4U - Training Robot for Ultrasound, financiado pelo EIT-Health.

Luís Curvo Semedo

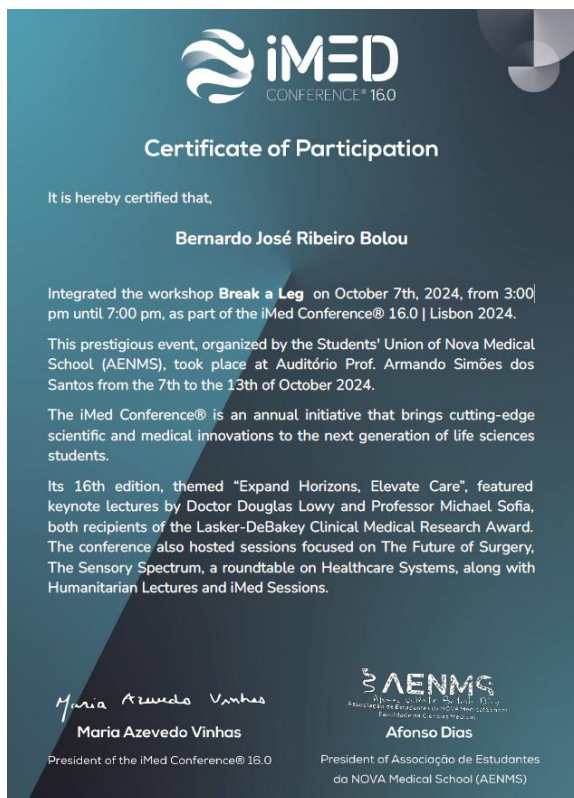
Faculdade de Medicina Universidade de Coimbra



Anexo 6 – Certificado de participação no congresso “iMED Conference® 16.0”.



Anexo 7 – Certificado de participação no Workshop “Break a Leg” do congresso “iMED Conference® 16.0”.



Anexo 8 – Certificado de participação no Workshop “Who Wants to Be a Surgeon” do congresso “iMED Conference® 16.0”.



Anexo 9 – Certificado de participação no congresso online de Saúde Pública “Killing Us Softly 2.0 2024”.



Killing Us Softly 2.0 2024

A Associação Nacional de Estudantes de Medicina (ANEM) certifica que Bernardo José Ribeiro Bolou, com o número de identificação 14659379, participou no **Congresso Killing Us Softly 2.0**, um congresso *online* de Saúde Pública com o objetivo de formar estudantes de Medicina e Médicos Internos e Especialistas nas principais temáticas de Saúde Pública que influenciam a Saúde da Humanidade: Estilos de Vida, Saúde Mental, Alterações Climáticas e Sistemas de Saúde, e que se realizou nos dias 18, 19 e 20 de outubro de 2024.

Beatriz Morgado | Diretora de Saúde Pública da ANEM

Rita Ribeiro | Presidente da ANEM

Anexo 10 – Certificado de participação no congresso “FutureMD 7.0”.



Anexo 11 – Certificado de Orador na palestra “Emergências Médicas Hospitalares”.



Anexo 12 – Certificado de Membro da Comissão Organizadora do congresso “FutureMD 6.0”.



Anexo 13 – Comprovativo de Membro da Comissão de Festas de São Pedro do Chão da Parada 2019 e 2023.

Comissão de festas de S.Pedro, Chão da Parada

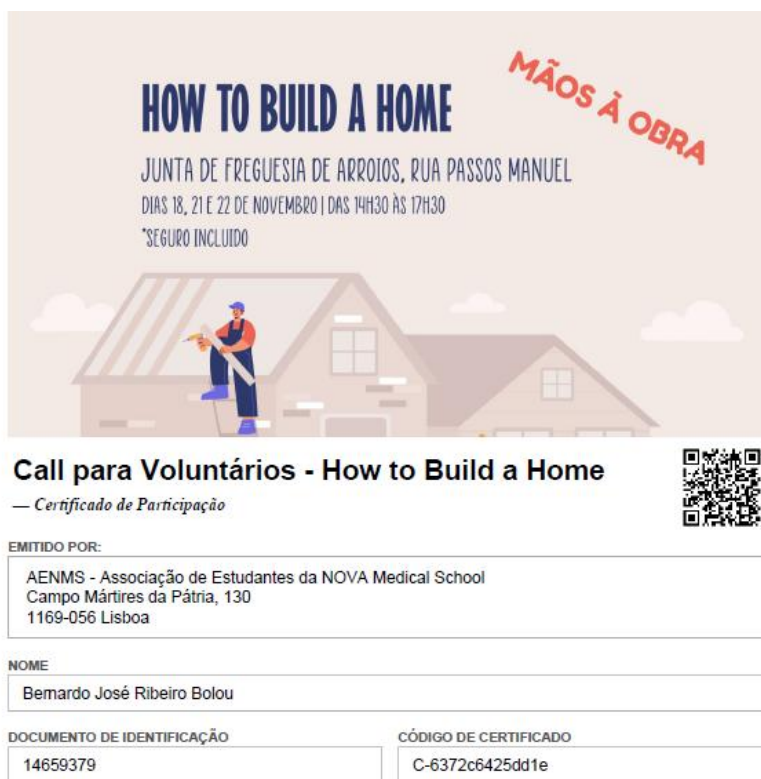
Eu, Marta Catarina Marques Ribeiro, enquanto representante da Comissão de Festas de S.Pedro da aldeia do Chão da Parada, Caldas da Rainha atesto e confirmo que Bernardo José Ribeiro Bolou participou ativamente na organização e realização das referidas Festas nos anos de 2019 e 2023. Este evento anual de carácter social e religioso, ocorre anualmente durante cerca de 5 dias, tendo objetivo a angariação de fundos que são distribuídos pela Fábrica da igreja da referida aldeia e da IPSS ASCP (Associação Social e Cultural Paradense) que presta apoio a crianças, jovens e idosos nas suas diversas vertentes (berçário, creche, ATL, Centro de Dia para idosos e Apoio domiciliário).

Por ser verdade as informações que aqui constam, assino a presente declaração.

Chão da Parada, 17 de Setembro 2023



Anexo 14 – Certificado de participação no projeto voluntariado “How to Build a Home” (2022).



HOW TO BUILD A HOME
MÃOS À OBRA
JUNTA DE FREGUESIA DE ARROIOS, RUA PASSOS MANUEL
DIAS 18, 21 E 22 DE NOVEMBRO | DAS 14H30 ÀS 17H30
*SEGURO INCLUIDO

Call para Voluntários - How to Build a Home
— Certificado de Participação

| | |
|---|--|
| EMITIDO POR: AENMS - Associação de Estudantes da NOVA Medical School Campo Mártires da Pátria, 130 1169-056 Lisboa | |
| NOME Bernardo José Ribeiro Bolou | |
| DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO 14659379 | CÓDIGO DE CERTIFICADO C-6372c6425dd1e |

Anexo 15 – Certificado da equipa de Futebol AENMS, época 2021/2022 e 2022/2023.



CERTIFICADO

A Associação de Estudantes da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas (AENMS) certifica que **Bernardo José Ribeiro Bolou**, CC nº 14659379 foi atleta integrante da equipa de Futebol da AENMS, nos anos letivos de 2021/2022 e 2022/2023.

Lisboa, 10 de junho de 2025

