



RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA

Filipa Valente Costa Pinto

2015173 | Ano Letivo 2020/2021

Orientador: Professor Doutor António Mário Santos

Regente: Professor Doutor Rui Maio

ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO	3
2. OBJETIVOS	3
3. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	3
3.1. ESTÁGIO PARCELAR DE GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA	4
3.2. ESTÁGIO PARCELAR DE SAÚDE MENTAL	4
3.3. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR	5
3.4. ESTÁGIO PARCELAR DE PEDIATRIA	5
3.5. ESTÁGIO PARCELAR DE CIRURGIA GERAL	6
3.6. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA INTERNA	7
3.7. ESTÁGIO OPCIONAL DE CIRURGIA GERAL	7
4. ELEMENTOS VALORATIVOS	8
5. REFLEXÃO CRÍTICA GLOBAL	8
6. ANEXOS	11
6.1. ANEXO 1: Cronograma das atividades do ano letivo 2020/2021;	12
6.2. ANEXO 2: Trabalhos realizados no âmbito do estágio profissionalizante;	12
6.3. ANEXO 3: Panfleto “Automonitorização da glicémia capilar Diabetes Mellitus 2: Quando?”;	13
6.4. ANEXO 4: Certificado de Conferências frequentadas no ano letivo 2020/2021;	14
6.5. ANEXO 5: Autoavaliação de competências adquiridas durante o curso;	21

1. INTRODUÇÃO

O 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina (MIM) da NOVA Medical School | Faculdade Ciências Médicas (NMS|FCM) é definido por um Estágio Profissionalizante que representa um culminar de 6 anos de aprendizagem, tendo como *“objetivo global a formação do médico pluripotencial”*¹, devendo os estudantes desenvolver e aprofundar competências essenciais ao exercício da Medicina, tais como o raciocínio e a autonomia para tomar decisões clínicas. O presente relatório pretende descrever de forma sistematizada a vivência hospitalar nos vários estágios clínicos parcelares. Assim sendo, início com a exposição dos Objetivos gerais para o estágio profissionalizante que delinee no início do ano letivo. Em seguida, descrevo sucintamente as Atividades Desenvolvidas em cada um dos estágios parcelares e ainda do estágio opcional. Adicionalmente, serão mencionados Elementos Valorativos realizados durante o meu 6º ano. E por último, finalizo este relatório com uma Reflexão Crítica Global do culminar do curso. Em Anexo podem ser consultados o cronograma de atividades (Anexo 1), a tabela com os trabalhos realizados no âmbito do Estágio Profissionalizante (Anexo 2), o panfleto realizado no estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar (Anexo 3), alguns certificados de conferências frequentadas neste ano letivo (Anexo 4) e uma tabela de auto-avaliação das competências adquiridas durante o curso (Anexo 5).

2. OBJETIVOS

No início deste ano letivo estabeleci alguns objetivos transversais a todos os estágios parcelares com o intuito de me preparar para o meu futuro próximo. Nomeadamente consolidar os conhecimentos teóricos que adquiri ao longo dos vários anos de curso, de forma a aplicá-los na prática clínica na resolução de problemas, envolvendo a realização de histórias clínicas, exame objetivo, formulação de hipóteses de diagnóstico e prescrição de exames complementares, sendo capaz de finalizar com a elaboração de um plano terapêutico individualizado para cada situação. Pretendi também integrar todas as equipas por onde passei, compreendendo os diversos funcionamentos de cada serviço e adquirindo uma autonomia progressiva. Um objetivo também pretendido era *“Comunicar e interagir eficazmente com os doentes, famílias, pessoal médico e outros profissionais envolvidos na prestação dos cuidados de saúde”*¹ Por fim, procurei experienciar o dia a dia das várias especialidades, de maneira a identificar áreas do meu interesse, salientando ainda a importância de um bom aproveitamento no estágio profissionalizante para o sucesso na Prova Nacional de Acesso.

¹Jollie, C., J. McKim, and R. M. Victorino. "O licenciado Médico em Portugal-Core Graduate Learning Outcomes Project." *Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Portugal* (2005).

3. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

O Estágio Profissionalizante do MIM da NMS|FCM é constituído por seis estágios parcelares, funcionando como um sistema de rotação, permitindo ao aluno contactar com as áreas basilares da Medicina: Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia, Saúde Mental, Medicina Geral e Familiar, Medicina Interna e Cirurgia Geral.

3.1. ESTÁGIO PARCELAR DE GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA

O Estágio de Ginecologia e Obstetrícia (GO) teve a duração de 4 semanas (07/09/2020-02/10/2020), tendo sido realizado no Hospital Beatriz Ângelo (HBA), com a orientação da Dra. Njila Amaral. Neste estágio procurei atingir os seguintes objetivos: Participar ativamente nas diferentes vertentes do serviço, internamento, exames/técnicas complementares de diagnóstico, serviço de urgência, bloco de partos, consultas externas e bloco operatório, acompanhando sempre que possível o tutor; identificar as principais patologias ginecológicas e obstétricas e respetivos critérios de gravidade. Este estágio permitiu-me ter uma visão abrangente desta especialidade.

Particpei em Consultas Externas de Obstetrícia (gerais e de Diabetes Gestacional) onde pude acompanhar a vigilância de várias grávidas em praticamente todas as fases, em Consultas Externas de Ginecologia, bem como em Consultas de Uro-Ginecologia. Assisti ainda à realização de ecografias, quer ginecológicas, quer obstétricas. No Serviço de Urgências contactei com as patologias mais frequentes no âmbito da urgência ginecológica e obstétrica e com o Bloco de Partos, onde pude acompanhar todos os procedimentos do trabalho parto por via vaginal, eutócico e distócico. No Bloco Operatório assisti a uma cesariana eletiva e ainda a outras cirurgias do foro ginecológico. Na Enfermaria de Obstetrícia e Puerpério pude observar as principais alterações fisiológicas precoces após um trabalho de parto, aconselhar as puérperas antes da alta quanto à vigilância nos Cuidados de Saúde Primários, métodos de contraceção, cuidados de higiene e sinais de alarme. Quanto aos procedimentos práticos, realizei o exame objetivo pélvico, com espéculo e toque vaginal, colhi citologias cervicais, exames de rastreio de streptococcus do grupo B, auscultação fetal com doppler e medição da altura uterina.

Durante este estágio assisti ainda ao Workshop “*The Woman*” apresentado pela Prof. Dra. Teresinha Simões, bem como às Reuniões Clínicas bi-semanais, durante estas sessões foram discutidos doentes, temas no âmbito do serviço e apresentados trabalhos por alunos, onde apresentei o meu trabalho intitulado “*Síndrome do Ovário Poliquístico nos Adolescentes*”. (Anexo 2)

3.2. ESTÁGIO PARCELAR DE SAÚDE MENTAL

Neste estágio, também com uma duração de 4 semanas (05/10/2020- 30/10/2020), integrei a equipa da Unidade de Reabilitação do Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa (CHPL), sob orientação do Dr. Miguel Nascimento. Como objetivos específicos estipulei: identificar a sintomatologia de perturbação psiquiátrica e a sua diferenciação do funcionamento psicológico normal; identificar situações individuais e sociais de risco; adquirir capacidade de comunicar com os doentes psiquiátricos.

Considerando a situação pandémica atual foi proposto pelo Professor Doutor Miguel Talina a divisão de todos os alunos pertencentes à mesma rotação em dois grupos. As primeiras duas semanas foram destinadas ao ensino à distância, as quais englobaram a realização de duas históricas clínicas completas, com base em duas

entrevistas clínicas disponibilizadas por vídeo, e de seis vinhetas clínicas com base em seis temas presentes na matriz referente à Prova Nacional de Seriação de 2021. As duas semanas seguintes foram destinadas à realização de estágio presencial, na unidade de Reabilitação do CHPL, através da observação de consultas de seguimento. Contactei com vários doentes e com as mais comuns síndromes psiquiátricas. Tive ainda oportunidade de assistir a reuniões de equipas multidisciplinares, onde se encontravam médicos, enfermeiros, psicólogos, terapeutas ocupacionais e assistentes sociais, nas quais tive a oportunidade de perceber a importância de todos estes elementos na reabilitação de um doente e que há muito para além da recuperação da doença como todo um trabalho para voltarem a ser inseridos na sociedade.

3.3. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR

O estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar (MGF) teve duração de 4 semanas (02/11/2020- 27/11/2020) e foi realizado na Unidade de Saúde Familiar (USF) Bordalo Pinheiro, tendo como tutora a Dra. Paula Carneiro. Para este estágio defini como objetivos específicos: a aquisição de autonomia no decorrer de uma consulta, incluindo a realização de alguns processos mais administrativos; aperfeiçoar a relação médico-doente, aprendendo a transmitir informação clínica de forma adequada e compreensível aos doentes e familiares; aplicar os programas de vigilância de saúde.

Durante este período participei em várias Consultas de Saúde de Adultos, Saúde Materna, Planeamento Familiar e Saúde Infantil e Juvenil, tendo assistido ainda a algumas Consultas de Diabetes Mellitus. Realizei alguns procedimentos técnicos como citologias cervicais e observei ainda a colocação de métodos contraceptivos como implantes subcutâneos ou dispositivos intra-uterinos. Assisti ainda a cuidados prestados pela equipa de enfermagem assim como rastreios de pé diabético e vacinação das crianças. Durante este período tive ainda a oportunidade de participar na plataforma TRACE Covid fazendo o seguimento e gestão de doentes em vigilância sobreativa por infeção pelo vírus SARS-CoV2.

Realizei ainda um panfleto para utentes e profissionais de saúde sobre “Automonitorização da glicémia capilar Diabetes Mellitus 2: Quando?” (Anexo 2 e 3).

Como parte integrativa da minha avaliação, realizei o *Diário do Exercício Orientado*, alvo de avaliação oral.

3.4. ESTÁGIO PARCELAR DE PEDIATRIA

O Estágio de Pediatria decorreu num período de 4 semanas de (30/11/2020-08/01/2021), no Hospital de São Francisco Xavier (HSFX), com orientação do Dr. Edmundo Santos. Como objetivos iniciais estipulei: identificar as principais patologias da criança e do adolescente; saber os princípios gerais de atuação nas doenças mais comuns e reconhecer os critérios de gravidade; desenvolver a capacidade de comunicação quer com a criança/adolescente como com a sua família; identificar fatores de risco, nomeadamente psicossociais, passíveis de afetar a saúde da criança e da família. Durante este período acompanhei várias vertentes da especialidade,

tais como: Enfermaria e Berçário onde tive oportunidade de realizar exame objetivo, registos clínicos, notas de alta das várias crianças observadas e ainda observar e executar a avaliação inicial do recém-nascido. Permitiu-me contactar com várias patologias das várias áreas da pediatria, principalmente do foro infeccioso. O Serviço de Urgência permitiu-me treinar a colheita da anamnese e a realização do exame objetivo de forma sistemática e dirigida, adaptada a cada idade e de acordo com as patologias envolvidas. No entanto, devido à pandemia Covid 19 não pude contactar com doentes com febre ou queixas respiratórias que penso serem os principais motivos de vinda à urgência. Consultas Externas de Pneumologia Pediátrica, Neurologia Pediátrica e de Pediatria Seguimento. Assisti ainda a sessões de apresentações de trabalho de vários domínios da Pediatria, por parte dos Internos de Formação Geral.

Como parte integrativa da minha avaliação, elaborei o Relatório de Estágio Parcelar e apresentei um trabalho intitulado de “Abordagem à criança com convulsões” (Anexo 2).

3.5. ESTÁGIO PARCELAR DE CIRURGIA GERAL

Durante 8 semanas (18/01/2021-12/03/2021), realizei o meu estágio em Cirurgia Geral, no HBA, com orientação da Dra. Sílvia Silva. Delinei como objetivos específicos e pessoais: Conhecer as principais síndromes cirúrgicas, a sua etiopatogenia e semiologia, bem como os fundamentos do seu diagnóstico e tratamento; distinguir as situações clínicas com indicação cirúrgica eletiva e urgente; executar as técnicas de pequena cirurgia mais comuns e conhecer as técnicas de anestesia e de assépsia necessárias para o efeito; assim como objetivos pessoais de participar em cirurgias e treinar o manuseio do material cirúrgico. Durante o estágio tive a oportunidade de passar por várias vertentes da especialidade como: Enfermaria, onde passei mais tempo no estágio, observei muitos doentes que eram doentes de Medicina, aos quais as equipas de Cirurgia estavam a dar apoio durante o período crítico de pandemia. Foram ainda seguidos vários casos cirúrgicos das mais variadas etiologias. Permitiu-me executar, periodicamente, exame objetivo, diários clínicos, discussão de prescrição de meios complementares de diagnóstico e prescrição de terapêutica, sempre acompanhada da minha tutora ou respetivo interno de especialidade, Serviço de Urgência que devido ao período de confinamento total, foi um serviço adaptado, tendo estado na enfermaria mesmo em dias de urgência, mas tive a oportunidade de assistir a três cirurgias de urgência e ainda ser 1ªajudante numa apendicectomia laparoscópica. Nas Consultas Externas de Cirurgia, consulta de mama, embora muitas por teleconsulta, ainda observei a entrevista à mulher com tumor da mama incluindo fatores de risco para cancro, antecedentes pessoais e familiares. No Bloco Operatório devido ao panorama atual de pandemia por SARS-CoV2, as cirurgias eletivas foram canceladas, apenas tendo sido realizadas cirurgias de tumores malignos ou cirurgias de urgência. Tive ainda oportunidade de realizar uma nota de admissão de uma das cirurgias. Na Reunião do Serviço, são discutidos vários assuntos inerentes ao serviço e ainda apresentados vários trabalhos pelos vários internos de Cirurgia. Durante um período de 2 semanas acompanhei ainda a equipa de Medicina Intensiva,

sob coordenação do Dr. Carlos Pereira, num estágio opcional. Durante estas semanas, tive a oportunidade de observar vários doentes internados nos cuidados intensivos pelas mais variadas patologias. Tive ainda a oportunidade de ver e executar várias técnicas do dia-a-dia dos médicos dos cuidados intensivos como, realizar gasometrias, inserção de cateteres venosos centrais, entubação endotraqueal, ecocardiografia e realização de traqueostomias. Por fim, apresentei no mini-congresso de Cirurgia, juntamente com colegas, um caso clínico de uma doente com um hamartoma cístico retro-retal, com ressecção do tumor por via posterior de Kraske. (Anexo 2). O Curso TEAM foi posteriormente realizado presencialmente dia 7 de Maio de 2021.

3.6. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA INTERNA

O estágio decorreu durante 8 semanas (15/03/2021-14/05/2021), no Hospital de Egas Moniz (HEM), com orientação da Dra. Rita Reis. Alguns dos objetivos a que me propus no início do estágio foram: participar ativamente e autonomamente nas atividades do serviço, fazendo parte integrante da equipa multidisciplinar; estabelecer uma boa capacidade de comunicação quer com os doentes e suas famílias, quer com todos os profissionais de saúde; avaliar, diagnosticar e propor um plano para as situações clínicas e aprimorar a discussão de cada caso clínico; identificar os meus lapsos de conhecimento e atualizá-los com base na evidência científica e guidelines mais recentes. No Internamento, participei ativamente, sendo-me atribuído um ou dois doentes diariamente para observar, com posterior registo no diário clínico e discussão com a minha tutora. Realizei notas de entrada e notas de alta de alguns doentes. Orientei ainda alguns alunos do 4º ano que também estavam a estagiar. Tive ainda oportunidade de realizar vários exames complementares de diagnóstico como Eletrocardiogramas (ECG) e a sua interpretação, gasometrias e ainda punções venosas. Foi-me permitido ainda observar a realização de uma punção lombar, toracocentese terapêutica e diagnóstica e colocação de dois acesos venosos centrais. Apresentei ainda doentes na visita médica. No Serviço de Urgência contactei com as patologias mais frequentes no âmbito da urgência, com desenvolvimento das capacidades de colheita de história clínica, exame objetivo, hierarquização das hipóteses de diagnóstico, pedido de exames complementares e prescrição dos fármacos mais utilizados. Permitiu-me ainda assistir aos procedimentos de diversos protocolos de urgência, nomeadamente a Via Verde de AVC ou protocolo de Enfarte Agudo do Miocárdio. Assisti ainda a várias sessões de apresentações realizadas por Internos de Formação Específica. Por fim, apresentei em conjunto com colegas um trabalho baseado num caso clínico com o tema de “Derrame Pericárdico”. (Anexo 2)

3.7. ESTÁGIO OPCIONAL DE CIRURGIA GERAL

Durante o período de 2 semanas (17/05/2021-28/05/2021), no âmbito da Unidade Curricular (UC) Estágio Clínico Opcional, realizei um estágio no serviço de Cirurgia Geral do Hospital Dr. José Maria Grande, em Portalegre, a minha cidade natal. Durante estas duas semanas por ser um hospital onde não há alunos e

poucos internos tive muitas oportunidades de aprendizagem, participei como 1ª e 2ª ajudante em várias cirurgias, observei vários doentes no internamento e consulta, pratiquei as técnicas de sutura quer no bloco operatório como na pequena cirurgia e no serviço de urgência. Para além de suturas, no serviço de Urgência tive a oportunidade de aplicar os conhecimentos adquiridos no curso TEAM, na abordagem ao doente politraumatizado.

4. ELEMENTOS VALORATIVOS

Neste ano letivo assumi como um dos meus objetivos adquirir uma atitude pró-ativa na procura de formação e atualização médica, incluindo a participação em atividades extracurriculares em temas da minha área de interesse, de forma a manter-me atualizada. Assisti a várias palestras na área da cirurgia geral, com temas como inovações e aplicação da tecnologia no desenvolvimento de equipamentos cirúrgicos, “*Virtual Academic Surgery Conference 2021*”(Anexo 4.1.); “*3rd Annual Oxford Surgical Innovation Conference*” (Anexo 4.2.) várias apresentações de trabalhos de investigação realizados por estudantes de medicina de outros países, participação em workshop sobre trauma “*12th National Undergraduate Surgery and Trauma Conference*” (Anexo 4.3.) e neurologia “*International Neurology & Neurosurgery Conference 2021*”(Anexo 4.4.) com discussão de casos clínicos permitindo aprimorar o meu raciocínio clínico. Ainda discussão do tema “*Neoplasias do Tubo Digestivo*” do ponto de vista de várias especialidades “*Neoplasias do Tubo Digestivo- A perspetiva das diferentes especialidades*” (Anexo 4.5.). Assisti ainda a duas conferências realizadas pela Associação de Estudantes sobre as vantagens e desvantagens das várias especialidades, de forma a orientar a minha escolha num futuro próximo “*FutureMD*” (Anexo 4.6) Uma outra relativamente à realização da Formação Específica no estrangeiro, com os programas de vários países europeus entre outros. “*Médicos Pelo Mundo*” (Anexo 4.7). Considerei estas atividades interessantes e importantes para complementar a minha aprendizagem, considerando importante ponderar na realização de mais eventos como estes em Portugal. Tendo em conta o contexto de pandemia de COVID-19, a maioria destas atividades acabaram por ser realizadas em plataformas online. O que por um lado foi uma vantagem, visto algumas serem realizadas no estrangeiro.

5. REFLEXÃO CRÍTICA GLOBAL

Termino este ano letivo, o último de uma caminhada longa, com sensação de dever cumprido. Foi um ano diferente por toda a situação de pandemia que vivemos, diferente do que esperei para o meu ano de finalista! No entanto, termino com a sensação de cumprimento da maioria dos objetivos específicos e pessoais de cada estágio parcelar. Refletindo sobre cada estágio, individualmente:

Iniciei o ano letivo com o estágio de **GO**, considero que foi um estágio enriquecedor e importante para completar a minha formação, uma vez que contactei com diversas atividades na área da ginecologia e

obstetrícia, o que me permitiu ter uma visão ampla e realista das diferentes atividades. Destaco o Serviço de Urgência como o local privilegiado de observações das patologias mais frequentes e onde temos mais oportunidade de participar na observação das doentes. Gostaria de destacar ainda o rácio tutor/ aluno de 1:1, a excelente organização geral do estágio e integração dos alunos nas diferentes atividades através de um plano individualizado, algo que considero importante ser adotado num futuro para todos os estágios. Como aspecto negativo apenas o facto de devido a pandemia SARS-CoV2 o limite de pessoas dentro do bloco operatório ainda foi mais reduzido, o que sinto que prejudicou um pouco a minha vivência de bloco. Concluo fazendo um balanço positivo do estágio e do cumprimento dos objetivos propostos.

Relativamente ao estágio de **Saúde Mental**, foi uma especialidade que me surpreendeu, pela diversidade e desafio para lidar com este tipo de doentes. Realço a boa capacidade de organização do estágio, adaptando-se às condições possíveis na altura, com 2 semanas de ensino à distância e 2 semanas de estágio presencial. Destaco como um ponto positivo o treino e a capacidade que adquiri na comunicação com doentes com patologias psiquiátricas, que considerava um desafio. Compreendi a importância do estabelecimento de um plano reabilitativo individual, que se baseie nos objetivos, capacidades e limitações do doente. Um aspeto que considero negativo, é o facto de estarmos apenas numa das vertentes da especialidade, no meu caso, na unidade de reabilitação, e não termos contacto com as outras realidades do foro da psiquiatria, como situações agudas ou pedopsiquiatria, que considero essenciais à nossa aprendizagem como futuros médicos e mesmo como pessoas. Outro aspeto negativo, mas inerente à situação atual, foi o curto tempo de estágio presencial. Concluo este estágio tendo cumprido a maioria dos objetivos.

No estágio de **MGF** tive a possibilidade de realizar o estágio fora da grande Lisboa que considero importante para conhecer outras realidades que não a dos grandes centros. Compreendi a importância desta especialidade na gestão dos doentes e das suas famílias, a sua integração a nível pessoal e social e adaptado às condições económicas de cada um e ainda a importância e o papel que esta especialidade tem na prevenção e saúde primária de todas as faixas etárias, não presente na maior parte das outras especialidades. Considero que cumpri quase todos os objetivos, no entanto, um aspecto que considero negativo, foi não ter tido oportunidade de conduzir consultas de forma mais autónoma, sendo, portanto, um defeito nos meus objetivos de aprendizagem.

Em **Pediatria**, o meu estágio foi de Pediatria Geral, que embora com consultas de subespecialidades, me permitiu ter uma visão global de pediatria e completar assim a minha formação, considerando como um ponto positivo. Tive a possibilidade de treinar a minha capacidade de comunicação com as crianças e as suas famílias. No berçário foi-me dada alguma autonomia para observação dos recém-nascidos, que considerei bastante útil para a minha formação assim como um treino para o próximo ano como interna de formação geral. Penso ter atingido quase a totalidade dos meus objetivos, no entanto, saliento a reduzida duração do estágio, não sendo possível neste período adquirir autonomia para desempenhar mais funções no serviço.

No estágio de **Cirurgia**, um dos pontos a destacar foi a possibilidade de assistir as apresentações por parte dos Internos de especialidade, que considerei um momento de aprendizagem de forma prática e resumida. Foi fundamental passar por várias atividades durante o meu estágio parcelar, de maneira a contactar com as várias realidades de um cirurgião. Considero importante ter tido oportunidade de participar numa cirurgia, relembrando as técnicas de assepsia e comportamento num bloco operatório. O rácio tutor/aluno de 1:3, considero que dificultou o acesso ao bloco operatório, julgo que seria importante tentar reorganizar esta componente. Como aspetos negativos, o facto de, devido à pandemia não ter assistido a muitas consultas e não ter tido oportunidade de ir à pequena cirurgia. Concluo tendo cumprido com quase todos os objetivos.

Em **Medicina Interna**, tive a oportunidade de regressar ao local onde estagiei quando estava no 4º ano. Contactar com os mesmos profissionais, no mesmo serviço, dois anos depois, permitiu-me fazer uma reflexão sobre a minha progressão pessoal e profissional durante este período. Além disso, foi o estágio onde ganhei mais treino de autonomia, pois estava diariamente responsável, sob supervisão, por um a dois doentes na enfermaria. Considero que este foi o estágio que mais me preparou para os desafios que irei enfrentar no futuro próximo, enquanto médica recém-licenciada. Concluindo que os meus objetivos foram cumpridos.

Por fim, o **estágio opcional**, permitiu-me aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo do ano, conhecer a realidade da minha cidade natal, e experienciar e praticar numa área de interesse, concluo com um balanço muito positivo.

Em anexo, fiz uma breve autoavaliação das competências adquiridas durante o curso (Anexo 5).

Gostaria ainda de salientar uma nota que retirei ao longo destes meses de trabalho: o quão fundamental é o trabalho e o espírito de uma equipa multidisciplinar sólida e solidária, bem como uma boa comunicação e respeito entre todos os profissionais, para a prestação dos melhores cuidados de saúde centrados no doente. Também senti que, para além da teoria e dos aspetos técnicos, o aspeto humano, em Medicina, é indissociável do ato médico. Foi um ano muito enriquecedor e, sem dúvida, sinto-me cada vez mais capaz de enfrentar os próximos anos enquanto médica. Concluo fazendo um balanço muito positivo do estágio profissionalizante.

Termino este Relatório agradecendo a todos os docentes, tutores e aos vários profissionais que contactei ao longo destes 6 anos por toda a disponibilidade em transmitir os vários conhecimentos e valores que me permitiram evoluir não só como futura médica, mas também como pessoa. Agradeço aos meus colegas por todo o apoio, porque como me disseram no primeiro dia da faculdade “Medicina não se faz sozinho!”. Agradeço à minha mãe, ao meu pai, ao meu irmão, à minha tia e primas pelo apoio e pela paciência que tiveram nos últimos 6 anos, sem eles não tinha sido capaz. Um agradecimento também aos meus amigos, por não desistirem de mim, mesmo com todas as faltas em momentos importantes por me estar a dedicar ao curso, por sempre me apoiarem, ajudando-me a ultrapassar todas as minhas adversidades e a lutar pelo meu sonho de ser médica.

6. ANEXOS

1. Cronograma das atividades do ano letivo 2020/2021
2. Trabalhos realizados no âmbito do Estágio Profissionalizante;
3. Panfleto “Automonitorização da glicémia capilar Diabetes Mellitus 2: Quando?”;
4. Certificados de Conferências frequentadas no ano letivo 2020/2021
 - 4.1. *“Virtual Academic Surgery Conference 2021”*
 - 4.2. *“3rd Annual Oxford Surgical Innovation Conference”*
 - 4.3. *“12th National Undergraduate Surgery and Trauma Conference”*
 - 4.4. *“International Neurology & Neurosurgery Conference 2021”*
 - 4.5. *“Neoplasias do Tubo Digestivo- A perspetiva das diferentes especialidades”*
 - 4.6. *“FutureMD”*
 - 4.7. *“Médicos Pelo Mundo”*
5. Autoavaliação de competências adquiridas durante o curso

ANEXO 1 Cronograma de Atividades do Ano Letivo 2020/2021

Estágio	Período	Regente	Tutor	Local
Ginecologia e Obstetrícia	07/09/2020-02/10/2020	Prof. Dra. Teresinha Simões	Dra. Njila Amaral	Hospital Beatriz Ângelo
Saúde Mental	05/10/2020-30/10/2020	Prof. Dr. Miguel Talina	Dr. Miguel Nascimento	Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa
Medicina Geral e Familiar	02/11/2020-27/11/2020	Prof.Dr.Daniel Pinto	Dra. Paula Carneiro	Unidade de Saúde Familiar Bordalo Pinheiro
Pediatria	30/11/2020-08/01/2021	Prof. Dr. Luís Varandas	Dr. Edmundo Santos	Hospital São Francisco Xavier
Cirurgia Geral	18/01/2021-12/03/2021	Prof. Dr. Rui Maio	Dra. Silvia Silva	Hospital Beatriz Ângelo
Medicina Interna	15/03/2121-14/05/2021	Prof. Dr. Fernando Nolasco	Dra. Rita Reis	Hospital de Egas Moniz
Opcional	17/05/2021-28/05/2021	Prof. José António Pereira Delgado Alves	Dr. Nuno Pratas	Hospital Dr. José Maria Grande

ANEXO 2 Trabalhos realizados no âmbito do estágio profissionalizante

Estágio	Tema e Autores
Ginecologia e Obstetrícia	“Síndrome do Ovário Poliquístico nos Adolescentes” Ivo Mendes, <u>Filipa Costa Pinto</u> , Mariana Miller
Medicina Geral e Familiar	Panfleto “Automonitorização da glicémia capilar Diabetes Mellitus 2: Quando?”; <u>Filipa Costa Pinto</u>
Pediatria	“Abordagem à criança com convulsões” <u>Filipa Costa Pinto</u>
Cirurgia Geral	“Tail(gut) as old as time” Bernardo Belchior, Cristiana Costa, <u>Filipa Costa Pinto</u> , Rita Ribeiro
Medicina Interna	“Derrame Pericárdico” Bruno Vidal, <u>Filipa Costa Pinto</u> , Sara Costa, Sara Neves

ANEXO 3 Panfleto “Automonitorização da glicémia capilar Diabetes Mellitus 2: Quando?”

**SATISFAÇÃO
BEM-ESTAR
E
QUALIDADE
DE VIDA**



UNIDADE SAÚDE
FAMILIAR
BORDALO PINHEIRO




**AUTOMONITORIZAÇÃO
DA GLICÉMIA CAPILAR
DIABETES MELLITUS 2:
QUANDO?**

FOLHETO INFORMATIVO



Filipa Valente Costa Pinto
Tutora: Dra. Paula Carneiro

Em Portugal a auto monitorização é prescrita em mais de **1/3** dos doentes com diabetes medicados **apenas com antidiabéticos orais.**



Mas será mesmo necessário medir?

Ao contrário do que possamos pensar, vários estudos têm demonstrado, que **não existe vantagem** em automonitorizar a glicémia capilar em **doentes diabéticos medicados apenas com antidiabéticos orais.**

ADO: Antidiabéticos orais

MAS...

HÁ EXCEÇÕES


- Profissões ou atividades de **risco acrescido** se **hipoglicémias**: motoristas, manobreadores de maquinaria, trabalhadores em alturas;
- **Sulfunilureias/metglinidas**;
- **Início** ou alteração da **terapêutica** antidiabética;
- Episódios de **hipoglicemia sintomática**;
- Idosos com **insuficiência renal**;
- Mulheres **grávidas** ou no período pré-concepcional;
- Situações de **doença aguda** ou **intervenções cirúrgicas**;
- Doentes submetidos a terapêutica com **corticoides orais.**



RESUMINDO...

Diabetes não-insulinotratado:

- Terapêutica Não-Farmacológica: **S/Indicação**;
- ADO s/risco hipoglicémia: **S/indicação**;
- ADO c/ risco de hipoglicémia: **1x/semana**



ANEXO 4 Certificados de Conferências frequentadas no ano letivo 2020/2021;

ANEXO 4.1- “Virtual Academic Surgery Conference 2021”



ANEXO 4.2 - "3rd Annual Oxford Surgical Innovation Conference"



ANEXO 4.3- "12th National Undergraduate Surgery and Trauma Conference"



FROM HERE, HEALTH

The Royal College of Surgeons of Edinburgh

**12th National Undergraduate Surgery & Trauma Conference,
Edinburgh Student Surgical Society**

This is to certify that

Filipa Valente Costa Pinto

Attended the above conference

held online on

13 March 2021

Professor S Michael Griffin OBE FRCSEd

ANEXO 4.4- “International Neurology & Neurosurgery Conference 2021”



Certificate of Attendance

This is to certify that

Filipa Valente Costa Pinto

Attended the following educational event:

INNC 2021 - NeuroSim Workshop

Delivered in Workshop format by:

UCL Neurology & Neurosurgery Committee

on

20th March 2021

This is to certify participation in the NeuroSim workshop. The attendee completed the three cases discussing Pituitary Adenoma, Hydrocephalus and Guillain-Barré Syndrome. This workshop took place at the inaugural International Neurology & Neurosurgery Conference 2021.

Yousif Ali
Conference Director | Neurology &
Neurosurgery Chair

Jack Sheppard
Conference Director | Neurology &
Neurosurgery Chair

Certificates and feedback powered by



MedAll

Certificate reference: 3LJN-UX3X-5ABP-TSC9-LU8A-H5PJDC

ANEXO 4.5- “Neoplasias do Tubo Digestivo- A perspetiva das diferentes especialidades”



Filipa Valente Costa Pinto

Nascido(a) a 2/1/1997, portador(a) do cartão de cidadão n.º14972069, participou na atividade Palestra “Neoplasias do Tubo Digestivo – A Perspetiva das Diferentes Especialidades”, promovida pela AJEMed-Madeira: Associação Juvenil de Medicina da Madeira, no dia 30 de abril de 2021, com a duração de 8 horas.

Funchal, 12 de maio de 2021

António Emanuel Abreu
Responsável pela Atividade

Joana Gama Jardim
*Presidente, Associação Juvenil
de Medicina da Madeira*

AJEMed-Madeira: Associação Juvenil de Medicina da Madeira, com o NIF 902062379 e sede no Funchal – E-mail: ajemedmadeira@gmail.com
Associação registada no Registo Regional do Associativismo Jovem (RRAJ) da RAM pela Direção Regional de Juventude e Desporto

ANEXO 4.6- "FutureMD"



FutureMD - Bilhete Premium

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Filipa Costa Pinto

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14972069

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6088871ed9a28

Evento

FutureMD - Bilhete Premium

22-05-2021 09:00 → 23-05-2021 19:00 - Duração: 48 horas

O FutureMD está de volta com uma nova edição que promete ser memorável! Esta 3ª Edição irá decorrer em formato online nos dias 22 e 23 de Maio. Se és **aluno do 4º, 5º ou 6º Ano**, poderás adquirir o **Bilhete Premium**, que te dá acesso às **Sessões Plenárias**, à **Mesa Redonda** e a um **Bloco de Sessões Paralelas** do Congresso. Para adquirires este bilhete, **basta inscreveres-te no congresso na Plataforma UpEvents da AEFCM**.

Este é o momento de estares Frente a Frente com o teu Futuro!

aefcm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

ANEXO 4.7 - “Médicos Pelo Mundo”



Médicos pelo Mundo (FutureMD)

– Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Filipa Costa Pinto

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14972069

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5fb439f987848

Evento

Médicos pelo Mundo (FutureMD)

21-11-2020 10:30 → 21-11-2020 18:00 - Duração: 8 horas

O Médicos pelo mundo é um evento que surge no âmbito do projeto FutureMD, dedicado à temática da Formação Médica no estrangeiro. Este é um tema cada vez mais presente na realidade dos estudantes de Medicina, no entanto, verifica-se uma carência de informação sobre o assunto.

Prendemos, assim, proporcionar aos estudantes um evento que os esclareça sobre oportunidades no estrangeiro, empregabilidade, e todas as condicionantes inerentes à realização da Formação Médica fora de Portugal. Iremos abordar, em específico, os seguintes países: Alemanha, Dinamarca, EUA, Austrália, Suíça e Reino Unido. Para além disso, iremos contar com a presença do Gabinete de Apoio ao Médico Residente no Estrangeiro da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos.

ANEXO 5 - Autoavaliação de competências adquiridas durante o curso

Competências	Nível 1 2 3
Consulta com um doente	
Colher anamnese	3
Realizar exame objetivo	3
Tomar decisões clínicas	2
Fornecer explicações e conselhos aos doentes	3
Avaliar exame do estado mental	3
Manifestações clínicas, diagnóstico diferencial e plano de seguimento do doente	
Reconhecer e avaliar a gravidade das manifestações clínicas	3
Solicitar investigação apropriada e interpretar os resultados	2
Fazer diagnóstico diferencial	2
Negociar um plano de seguimento adequado com doentes e cuidadores	3
Providenciar cuidados no final de vida aos doentes e familiares	2
Gerir doenças crónicas	2
Emergências médicas	
Reconhecer e avaliar emergências médicas	3
Tratar emergências médicas	2
Providenciar primeiros socorros básicos	3
Fornecer Suporte Básico de Vida e ressuscitação cardiopulmonar	3
Fornecer Suporte Avançado de Vida	1
Prescrição terapêutica	
Prescrever de forma clara e adequada	2
Associar fármacos e outras terapias adequadas ao contexto clínico	2
Rever eficácia do tratamento e avaliar potenciais riscos e benefícios	2
Tratar a dor	2
Procedimentos práticos	
Medir pressão arterial	3
Realizar punção venosa	3
Colocar cateter venoso periférico	3
Administrar terapêutica intravenosa	2
Realizar injeção subcutânea e intramuscular	3
Administrar oxigénio suplementar	3
Mobilizar doente	2
Suturar	3
Efetuar cateterização vesical	2
Explicar e interpretar análise de urina	3
Realizar, interpretar e monitorizar eletrocardiograma de 12 derivações	3
Comunicação	
Comunicar com doentes	3
Comunicar com colegas	3

RELATÓRIO FINAL | ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

Competências	Nível 1 2 3
Dar más notícias	2
Comunicar com familiares	3
Comunicar com pessoas com deficiência	3
Explicar consentimento informado	3
Comunicar de forma escrita, incluindo diários clínicos	3
Comunicar em casos de agressão	1
Comunicar por telefone	3
Comunicar com auxílio de tradutor	2
Princípios legais e éticos	
Manter confidencialidade	3
Obter consentimento informado	3
Emitir certificado de óbito	2
Solicitar autópsia	1
Aplicar a legislação em vigor na prática clínica	2
Avaliar fatores psicológicos e sociais na doença	3
Aplicar princípios da ciência e da medicina baseada na evidência	2
Utilizar recursos tecnológicos adequados na prática clínica	3
Promover a saúde da população	3

Adaptado de Cumming A, Ross M. Learning Outcomes/Competences for Undergraduate Medical Education in Europe. The Tuning Project (Medicine). 2007

Legenda:

Nível 1 – Conhecimento, compreensão e observação da competência.

Nível 2 – Capacidade de realizar a competência sob supervisão.

Nível 3 – Capacidade de realizar a competência de forma autónoma.