



RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO



MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA

Catarina Ramos de Moura Ramalho | 2015172

Orientador: Professor Doutor João Neves

Regente: Professor Doutor Rui Maio

Ano Letivo 2020/2021

NMS-FCM | Universidade Nova de Lisboa

Índice

I. INTRODUÇÃO E OBJETIVOS	2
II. SÍNTESE DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	3
1. ESTÁGIO PARCELAR DE GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA	3
2. ESTÁGIO PARCELAR DE SAÚDE MENTAL	3
3. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR	4
4. ESTÁGIO PARCELAR DE PEDIATRIA	4
5. ESTÁGIO PARCELAR DE CIRURGIA GERAL	5
6. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA INTERNA	5
III. ATIVIDADES EXTRACURRICULARES	6
IV. REFLEXÃO CRÍTICA FINAL.....	7
V. ANEXOS.....	10
ANEXO 1- TRABALHOS DESENVOLVIDOS NO ÂMBITO DO ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE	10
ANEXO 2- ANÁLISES ESTATÍSTICAS.....	11
ANEXO 3- PARTICIPAÇÃO EM ATIVIDADES EXTRACURRICULARES	13

***“É FAZENDO
QUE SE APRENDE A FAZER
AQUILO QUE SE DEVE APRENDER A FAZER”***

-Aristóteles-

I. Introdução e Objetivos

O 6º e último ano do Mestrado Integrado em Medicina (MIM) da Nova Medical School - Faculdade de Ciências Médicas contempla uma Unidade Curricular (UC) denominada de Estágio Profissionalizante composta por 6 Estágios Parcelares que, com o objetivo de formar um médico pluripotencial, garantem a rotação pelas seguintes áreas clínicas: Cirurgia, Ginecologia e Obstetrícia, Medicina Interna, Medicina Geral e Familiar, Pediatria e Saúde Mental. Este estágio reveste-se de especial importância não só porque se trata do culminar de 6 anos de formação académica, e como tal permite consolidar e pôr em prática os conhecimentos até então adquiridos, mas também porque, dada a sua natureza profissional, se afigura como uma valiosa oportunidade de preparação para o exercício futuro da Medicina, que já se adivinha próximo.

Neste contexto, o propósito deste relatório é apresentar sucintamente os elementos mais representativos do Estágio Profissionalizante que realizei. Assim, após uma breve **Introdução** e explicitação dos **Objetivos** gerais e pessoais para este ano letivo, começarei por fazer uma **Síntese das Atividades Desenvolvidas**, expondo também os objetivos específicos para cada um dos estágios. Em seguida, apresentarei algumas das **Atividades Extracurriculares** que realizei ao longo do curso, mas principalmente durante o 6º ano, que a meu ver foram úteis para a minha formação. Terminarei com uma **Reflexão Crítica Final**, onde comentarei o cumprimento dos objetivos a que me propus e tecerei algumas considerações sobre a importância deste período para a minha formação pessoal e académica. Na secção **Anexos** apresentarei um sumário dos trabalhos desenvolvidos, análises estatísticas representativas das minhas observações e uma visão geral das atividades extracurriculares, com certificados de participação das mais relevantes.

Lembrando que “(...) o clínico tem de adquirir formação específica sobre um conjunto de matérias teóricas e práticas, comportamentos e atitudes” (*O Licenciado Médico em Portugal*), o meu principal objetivo neste ano consistia em obter as competências e segurança necessárias para ingressar na formação médica pós-graduada e iniciar a prática clínica, ciente de que só apresentando autocrítica serei capaz de reconhecer as minhas próprias limitações e necessidades de aprendizagem, de forma a aperfeiçoar a minha conduta e me tornar numa médica de excelência. Para além de reforçar e consolidar o conhecimento teórico das várias especialidades, pretendia então ter uma conduta eticamente responsável, centrada no doente e nas suas necessidades, guiada por valores como o Respeito, Honestidade e Integridade. Para isto, afigurava-se imperativo por um lado encarar a pessoa como um todo, tendo em conta as suas crenças e convicções, e por outro lado dominar a capacidade de expressão oral e comunicação não verbal para, de forma empática e humana, promover a sua saúde, por outras palavras “ (...) o completo bem estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade” (*Organização Mundial de Saúde*).

Por fim, mas não menos importante, planeava ser capaz de me integrar nas equipas dos vários serviços clínicos e trabalhar em conjunto de forma eficiente, sendo vista como um membro pontual, fiável, competente e trabalhador.

II. Síntese das Atividades Desenvolvidas

1. Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia - (07/09/2020 - 02/10/2020)

O primeiro estágio clínico decorreu no Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca (HFF). A primeira quinzena destinou-se à área de Ginecologia pelo que passei pelo Internamento, a Consulta Externa, mais concretamente de Ginecologia Oncológica, o Bloco Operatório e a Ecografia. Contactei assim com mulheres em fases distintas da sua vida sexual e reprodutiva, realizei a anamnese e procedi à colheita de citologias. A segunda quinzena, sob tutela da Dr^a. Ana Paula Ferreira, consistiu no contacto com a Obstetrícia tendo distribuído o meu tempo entre o Internamento, onde participei na visita médica, observei e realizei o exame objetivo das grávidas e puérperas e auxiliei na realização de diários clínicos e notas de alta, a Consulta Externa de Obstetrícia Geral, Gémeos e Gravidez na Adolescência e a Ecografia. Fui semanalmente ao Serviço de Urgência (SU), estagiando nas Admissões, Salas e Bloco de Partos, e também estive presente no Workshop “The Women” na Maternidade Alfredo da Costa. Por fim, elaborei um trabalho sobre os principais distúrbios endocrinológicos na gravidez, juntamente com a minha colega de estágio (Anexo 1). Tinha como principais objetivos: 1) Reforçar o conhecimento teórico da especialidade, com enfoque na Obstetrícia; 2) Identificar os problemas comuns da gravidez normal; 3) Assistir à realização de amniocenteses, partos eutócicos, distócicos e cesarianas; 4) Participar na avaliação clínica das puérperas; 5) Diagnosticar clinicamente os diferentes tipos de infeção ginecológica e respetivas terapêuticas; 6) Assistir a intervenções cirúrgicas, se possível de patologia da mama; 7) Reconhecer os principais motivos de recorrência ao SU e a sua abordagem.

2. Estágio Parcelar de Saúde Mental (06/10/2020 - 30/10/2020)

Este estágio teve um formato híbrido, com 2 semanas iniciais de ensino à distância seguidas por 2 semanas de estágio presencial, sob tutela da Dr^a. Alexandra Lourenço. Por conseguinte, na primeira quinzena realizei os trabalhos propostos na ficha da UC, a saber 2 histórias clínicas e 6 vinhetas sobre a Agorafobia, Anorexia Nervosa, Perturbação de Adaptação, Perturbação Obsessiva-Compulsiva, Síndrome de Privação Alcoólica e a Tentativa de Suicídio em Depressão. Na quinzena seguinte estive presente nos seminários teórico-práticos preconizados pela UC e depois fui integrada na equipa comunitária da Damaia, parte integrante do Serviço de Psiquiatria do HFF. Durante este período assisti a 2 sessões clínicas, à passagem dos doentes internados, às Consultas Comunitárias, na sua maioria programadas, presenciais e de seguimento, e no último dia de estágio acompanhei a equipa de Enfermagem nas Visitas Domiciliárias. Dado o contexto pandémico, não tive oportunidade de ir ao Internamento, ao Hospital de Dia ou ao SU do HFF. Tracei os seguintes objetivos: 1) Reconhecer os sintomas das diferentes perturbações psiquiátricas, bem como a sua gestão; 2) Perceber as regras básicas de referenciação de indivíduos com problemas de Saúde Mental; 3) Aprender a abordar o estigma em Saúde Mental; 4) Participar na realização do exame do estado mental e avaliação das capacidades funcionais dos doentes; 5) Assistir à abordagem de doentes com agitação psicomotora e ideação suicida.

3. Estágio Parcelar de Medicina Geral e Familiar (02/11/2020 - 27/11/2020)

Completei o estágio de Medicina Geral e Familiar na USF Novo Mirante, sob alçada do Dr. Punit Naguindás. Durante este período, comecei por fazer os registos informáticos das consultas realizadas pelo meu tutor, mas ao longo do estágio acabei por ter a oportunidade de realizar cerca de 40 consultas de Doença Aguda/Intersubstituição em autonomia parcial, onde contactei com várias entidades clínicas distintas e tive de estimular o meu raciocínio clínico. Assisti ainda a algumas consultas presenciais de Saúde Materna e Infantil, tendo recordado algumas das particularidades inerentes às mesmas e pondo em prática alguns gestos que lhes são típicos. Contudo, devo realçar que a Saúde de Adultos decorreu essencialmente em regime de teleconsulta. Assim, acabei por auxiliar o meu tutor na elaboração de certificados de incapacidade temporária, solicitações de receituário e pedidos de referência a outras especialidades. Por último, aprendi a utilizar a plataforma Trace-COVID, tendo dado um pequeno contributo para a gestão e monitorização da pandemia COVID-19 em Portugal. Os meus principais objetivos passavam por 1) Identificar critérios para seleção do tratamento mais adequado para cada pessoa; 2) Aprender a aplicar e promover medidas de prevenção e diminuição de risco; 3) Conduzir consultas de forma autónoma; 4) Promover a articulação de cuidados com outras especialidades; 5) Familiarizar-me com as plataformas mais importantes em MGF; 6) Manter-me informada sobre a evolução da situação pandémica, conhecendo as estratégias implementadas para o acompanhamento de doentes infetados/com suspeita de infeção por SARS-CoV-2.

4. Estágio Parcelar de Pediatria (30/11/2020 - 08/01/2021)

Realizei este estágio de 4 semanas com a supervisão do Dr. Hugo Faria, no Hospital Cuf Descobertas. Aqui, acompanhei vários membros do Serviço de Pediatria, tendo passado a 1ª semana exclusivamente no Atendimento Permanente, a 2ª no Internamento e a 3ª na Consulta Externa de Pediatria Geral, Ortopedia e Cirurgia Pediátricas. Na última semana fiz uma rotação pelas várias valências do serviço. Durante este período presenciei várias passagens de doentes, assisti a duas sessões clínicas e fui às aulas teóricas sobre Cardiologia e Ortopedia Pediátricas. Na última semana de estágio, juntamente com as minhas colegas, fui responsável por apresentar uma sessão clínica semelhante às que tínhamos presenciado (Anexo 1). Com este estágio pretendia 1) Reforçar o meu conhecimento teórico da especialidade, reconhecendo os sintomas das patologias mais frequentes em Pediatria e respetiva abordagem; 2) Praticar a colheita de dados anamnésticos e o exame físico; 3) Reconhecer critérios de gravidade e situações de urgência e/ou emergência em contexto pediátrico; 4) Perceber as especificidades inerentes a uma consulta de recém-nascidos, crianças e adolescentes; 5) Treinar o estabelecimento de uma comunicação eficaz com as crianças, adolescentes e respetivas famílias; 6) Rever os princípios fundamentais da prescrição farmacológica em Pediatria.

5. Estágio Parcelar de Cirurgia Geral (18/01/2021 - 12/03/2021)

O estágio de Cirurgia Geral decorreu no Hospital das Forças Armadas (HFAR), sob supervisão da Dr^a. Ana Catarina Pinho e do Dr. Pedro Campos. Dada a pandemia e o plano de contingência do Hospital, das 8 semanas de estágio previstas apenas 4 foram presenciais. Durante este período, distribuí o meu tempo entre a Enfermaria e a Consulta Externa, tendo ido quatro vezes ao Bloco Operatório. Pela impossibilidade de estagiar no SU ou de contactar com a Pequena Cirurgia, acompanhei ainda a equipa de enfermagem em algumas das suas atividades como a realização de pensos ou remoção de suturas e agrafos. Por fim, participei na Sessão de Simulação no Hospital da Luz e visitei o Centro de Medicina Subaquática e Hiperbárica (CMSH) do HFAR. No final do estágio, apresentei um trabalho de grupo no Mini Congresso de Cirurgia (Anexo 1), em conjunto com os meus colegas. No que toca aos objetivos a que me propus, tencionava 1) Reforçar o meu conhecimento teórico da especialidade, reconhecendo as principais síndromes cirúrgicas e respetivas abordagens; 2) Fazer a distinção entre situações clínicas com indicação cirúrgica urgente e eletiva; 3) Participar na avaliação clínica dos doentes, praticando a colheita de dados anamnéticos e a realização do exame objetivo; 4) Observar intervenções cirúrgicas de patologias variadas; 5) Auxiliar na realização de diários clínicos, notas de admissão e notas de alta; 6) Realizar algumas técnicas de pequena cirurgia.

6. Estágio Parcelar de Medicina Interna (15/03/2021 – 14/05/2021)

O último Estágio Profissionalizante foi o de Medicina Interna, tendo lugar no Hospital Santo António dos Capuchos (HSAC), sob tutoria do Dr. Luís Vale. Neste estágio a atividade clínica decorreu essencialmente em contexto de Enfermaria onde, após participar ativamente na visita clínica da equipa do meu tutor, ficava responsável por observar 1-2 doentes, de forma autónoma. Assim, tive a oportunidade de praticar quotidianamente a colheita de dados anamnéticos, o exame objetivo, a realização de diários clínicos, discussão de planos terapêuticos e a comunicação com outros profissionais, não só médicos, mas também enfermeiros, fisioterapeutas, administrativos e auxiliares. Aqui, compareci nas sessões clínicas semanais organizadas pelos internos do serviço e fui responsável por apresentar uma destas no final do estágio, juntamente com os meus colegas (Anexo 1). Adicionalmente, assisti às Consultas Externas semanais de Medicina Interna e Diabetologia realizadas pelo meu tutor e o seu interno, Dr. Pedro Mesquita. Também estagiei várias vezes no SU, principalmente no Serviço de Observação, mas também na zona dos Balcões e dos Doentes em Maca, tendo acompanhado situações de diferente gravidade clínica segundo o sistema de Triagem de Manchester. Por fim, marquei presença nas sessões teóricas, onde revimos temas importantes para a prática clínica de um Internista, e nos workshops promovidos pela UC. Estipulei os seguintes objetivos: 1) Consolidar o conhecimento teórico da especialidade, com enfoque nas situações clínicas mais prevalentes na população portuguesa; 2) Desenvolver progressivamente mais confiança e autossuficiência nas várias vertentes da prática clínica; 3) Praticar a entrevista clínica e o exame objetivo, reforçando diferentes

estratégias de comunicação com os doentes; 4) Reconhecer os principais motivos de requisição de exames auxiliares de diagnóstico, fazer a sua interpretação e, quando apropriado, auxiliar na referência/articulação com outras especialidades; 5) Elaborar diários clínicos, notas de entrada e notas de alta de forma autónoma; 6) Participar na discussão dos planos terapêuticos dos doentes; 7) Praticar procedimentos essenciais na área da Medicina Interna; 8) Reconhecer os principais motivos de recorrência ao SU e hierarquizá-los consoante a sua gravidade clínica, definindo prioridades na sua abordagem; 9) Desenvolver capacidade de exposição pública de variadas situações clínicas.

7. Estágio Clínico Opcional (17/05/2021 – 29/05/2021)

Terminei o ano letivo com um estágio opcional de Oftalmologia no HSAC, sob tutoria do Dr. Arnaldo Santos, tendo como por objetivos não só ficar a conhecer o Serviço de Oftalmologia, mas também contactar presencialmente com a especialidade e conhecer as diversas valências e possíveis áreas de especialização da mesma. Assim, estive presente nas Consultas de Oftalmologia, essencialmente na área de Retina Cirúrgica, no Serviço de Urgência, no Bloco Operatório e assisti à realização de vários Exames Complementares de Diagnóstico, como a Tomografia de Coerência Ótica (OCT) ou a Biometria Ocular.

III. Atividades extracurriculares

Ao longo dos seis anos de curso procurei conhecer vários projetos nos quais um médico se pode envolver fora do contexto hospitalar. Deste modo, fiz estágios observacionais no INEM, estive envolvida num projeto de voluntariado no Verão com os Médicos do Mundo, “Saúde a Girar”, e participei em projetos de tradução inglês-português, um deles em colaboração com a Fundação Rui Osório de Castro.

Neste último ano de curso, e tirando proveito da preponderância dos eventos online, assisti a conferências como o iMed 12.0 e a várias palestras que fossem de encontro a áreas que me despertam interesse como a Medicina Humanitária, em contexto de Guerra e Catástrofe, ou um colóquio sobre as dificuldades vivenciadas por doentes com deficiência. Lembrando que “É parte intrínseca do ato médico (...) promover a saúde e recomendar medidas preventivas aos pacientes que o consultam” (*O Licenciado Médico em Portugal*), dei formação sobre a temática dos eventos cardiovasculares agudos, em colaboração com a AEFCM, em duas ocasiões distintas. Participei ainda no curso TEAM, este ano de carácter opcional, dado o meu interesse pela área de Emergência Médica, e cheguei à semifinal do ClinicalKey Student Global Challenge 2021, promovido pela Elsevier. Por último, dada a situação pandémica que vivemos, procurei encontrar fontes de informação fidedigna onde pudesse aprender mais sobre o SARS-CoV-2, não só assistindo a sessões clínicas online, mas também através da realização de um curso promovido pela Universidade de Stanford. Em anexo constarão uma lista das atividades extracurriculares em que estive presente durante o 6º ano do MIM e os certificados de participação de alguns dos eventos supramencionados .

IV. Reflexão Crítica Final

Findo o 6º e último ano do MIM, parece-me importante fazer uma análise retrospectiva sobre o Estágio Profissionalizante e refletir sobre o meu percurso. Na globalidade, o balanço deste ano é positivo já que os diferentes estágios acabaram por se complementar e contribuir para a minha formação académica e crescimento pessoal. Foi um retorno muito produtivo à prática clínica, que não só me permitiu alcançar a maioria dos meus objetivos, mas também me desafiou e preparou para exercer Medicina num futuro próximo, munindo-me de um conjunto de ferramentas que me serão úteis para continuar a aprendizagem contínua que caracteriza esta profissão e a torna tão exigente. Consolidei o meu conhecimento, desenvolvi o raciocínio clínico, pratiquei atos médicos, criei novas estratégias de comunicação, estabeleci relações interpessoais e, sobretudo, tornei-me progressivamente mais confiante e autónoma na minha atividade. Procurei ainda ter sempre uma conduta exemplar, pautada pelo interesse, dedicação e profissionalismo, de forma a tornar-me um elemento útil para as equipas clínicas que me integraram.

O estágio de **Ginecologia e Obstetrícia**, o primeiro após a retoma do ensino presencial teve, naturalmente, alguns percalços logísticos. Ciente de que se trata de uma especialidade que contempla uma multiplicidade de áreas de diferenciação, pretendia distribuir o meu tempo de forma a contactar com a maior variedade de entidades clínicas possível, o que foi difícil na primeira quinzena, período em que acabei por ter um papel mais observacional, não me tendo sido atribuído nenhum tutor. De todo o modo, como no SU contactei com patologia do foro ginecológico, acabei por cumprir grande parte dos meus objetivos. Para além disso, fiz questão de assistir pela primeira vez a cirurgias de patologia neoplásica da mama, para perceber as diferentes abordagens cirúrgicas possíveis e os aspetos a ter em conta em cada uma delas. Na quinzena de Obstetrícia, área onde pretendia aprofundar mais o meu conhecimento, cumpri todos os objetivos a que me propus, especialmente em contexto de Enfermaria, onde tive um papel muito mais ativo. Note-se que contactei com mulheres de várias nacionalidades e faixas etárias (Anexo 2), o que me alertou para a enorme influência do ambiente sociocultural e da educação na saúde reprodutiva da Mulher e para a importância que a componente psicológica tem no seu bem-estar.

A dinâmica do estágio de **Saúde Mental** condicionou uma diminuição marcada do tempo de contacto clínico, mas permitiu-me cumprir os meus objetivos teóricos através de uma revisão dos conteúdos programáticos, aplicados posteriormente nos trabalhos propostos pela UC e na prática clínica. Apesar de só ter assistido a Consultas Comunitárias, consegui contactar com vários síndromes psiquiátricos (Anexo 2). Ainda que, dada a relação terapêutica dos doentes com a minha tutora, sua médica assistente, tenham existido poucas oportunidades para conduzir avaliações de forma autónoma, o diálogo com os doentes e respetivos familiares fez-me perceber 1) A importância de integrar o doente no seu contexto, 2) A influência das relações interpessoais na evolução e recuperação da doença, 3) O estigma que caracteriza este tipo de patologia, graças à partilha espontânea, na 1ª pessoa, de alguns episódios vivenciados por estes indivíduos.

Por conseguinte, considero que os estágios nesta área foram importantes quer para desconstruir ideias pré-concebidas mal fundamentadas sobre a Saúde Mental, como para entender o impacto destas patologias na funcionalidade dos doentes e o papel das abordagens não farmacológicas na sua reabilitação e reinserção.

Foi no estágio de **Medicina Geral e Familiar** que me foi dado o maior grau de autonomia e responsabilidade. Apesar dos constrangimentos impostos pela pandemia, que ainda assim me permitiram ter mais tempo para discutir os diferentes casos clínicos com o meu tutor, tratou-se de um estágio com uma componente prática importantíssima. Efetivamente, ao conduzir um número considerável de consultas de forma autónoma, tive forçosamente de pôr em prática o raciocínio clínico, aplicar estratégias para realizar um bom diagnóstico diferencial e adaptar a minha atuação a diferentes situações, por vezes desafiantes. Existiram então várias oportunidades para fazer a anamnese e exame físico, requisitar exames complementares de diagnóstico, fazer pedidos de referência e de me familiarizar com as diversas plataformas eletrónicas, hoje em dia indispensáveis na prática clínica. Posso dizer, com confiança, que cumpri os objetivos que estipulei no início deste estágio e que este foi crucial para identificar algumas das dificuldades que julgo serem normais como estudante de Medicina, e nas quais procurei trabalhar durante o resto do Estágio Profissionalizante.

Considero que o estágio de **Pediatria** foi um pouco atípico no sentido em que, decorrendo no pico do Inverno, houve um número reduzido de internamentos, idas ao SU (Anexo 2) ou casos de patologia infecciosa, principalmente do trato respiratório (sem contexto epidemiológico sugestivo de COVID-19), provavelmente devido ao confinamento e à utilização disseminada de máscaras. Contactei assim com patologias menos típicas desta especialidade. De qualquer forma, consegui explorar as várias valências da Pediatria e de especialidades que se lhe associam, cumprindo os objetivos estipulados como adaptar a linguagem à faixa etária dos doentes ou estabelecer uma relação profissional com as suas famílias. Este estágio alertou-me para a importância da transmissão de informação sempre de forma clara e empática, validando e procurando esclarecer as dúvidas das crianças e/ou das suas famílias, estratégias fundamentais para o ensino eficaz de medidas promotoras da saúde em qualquer grupo etário, mas deste em particular.

O estágio de **Cirurgia Geral** foi indubitavelmente o mais afetado pela pandemia, sendo inegável o efeito da mesma na componente prática de ensino. Não só contactei com um número de doentes bastante inferior ao esperado, como não pude estar presente no SU, observei apenas quatro cirurgias e também não tive a oportunidade de praticar vários procedimentos expectáveis para esta fase de formação de acordo com o *“The Tunning Project- learning outcomes/competences for Undergraduate Medical Education in Europe”*, em particular técnicas de pequena cirurgia como suturas simples, drenagem de pequenos abscessos ou a realização de uma anestesia local. Admito então que não cumpri uma parte considerável dos objetivos práticos a que me tinha proposto e que houve uma lacuna na aquisição de algumas aptidões clínicas importantes em contexto cirúrgico, que procurarei colmatar no próximo ano, durante o Internato de Formação Geral (IFG). Ainda assim, procurei ser proactiva para ir ao encontro dos objetivos teóricos pré-

estabelecidos, pelo que colhi histórias clínicas e avaliei os doentes, contribuí para a realização de notas de admissão e conduzi duas consultas de primeira vez. Apesar de tudo, o contexto pandémico foi conveniente para aprender a diferenciar as patologias que precisam de uma intervenção cirúrgica urgente das que têm indicação eletiva. Por fim, a visita ao CSMH foi, a meu ver, um ponto muito positivo deste estágio, já que me permitiu conhecer uma área da Medicina com a qual tinha tido muito pouco contacto até então e me elucidou sobre as várias entidades nosológicas que podem beneficiar daquela modalidade terapêutica.

O último estágio foi o de **Medicina Interna**, sem dúvida a área com a qual mais me identifiquei e motivo pelo qual tinha uma lista de objetivos específicos tão extensa. Considero que se tratou de um estágio muito proveitoso, onde me foi dado um grau de autonomia muito satisfatório, com responsabilidades semelhantes às que terei no próximo ano, no IFG. Contactei com várias entidades nosológicas (Anexo 2) e, essencialmente através da atividade diária em enfermaria, cumprir os objetivos que tinha preconizado, desenvolvendo autossuficiência e segurança crescentes nas minhas atitudes. Acrescentam-se as idas ao SU, que estimularam o meu raciocínio clínico e realçaram a importância de estabelecer prioridades na abordagem dos doentes. Finalmente, desenvolvi a minha capacidade de exposição pública através da discussão da situação clínica dos doentes com o meu tutor, participação nas visitas clínicas e apresentação de uma sessão clínica aos médicos do serviço. Ainda que os doentes internados tivessem idades variadas (29-103 anos, com uma idade média de $73,4 \pm 14,1$ anos), o único aspeto menos positivo que devo realçar foi o facto de só ter contactado com doentes da enfermaria masculina, o que não reflete, de todo, a constituição da população portuguesa.

Por último, realizei um **estágio opcional** de Oftalmologia, área com a qual tenho contacto desde a infância e, como tal, sempre me despertou interesse. Apesar de ter tido um tutor que me ajudou a cumprir os meus objetivos e a ficar com uma ideia geral da especialidade, concluí que realmente tenho mais afinidade pelas especialidades médicas e que pretendo seguir uma área com uma visão mais generalista da Medicina.

Estou em crer que as atividades extracurriculares em que me envolvi essencialmente durante este ano (Anexo 3) também foram uma mais-valia para o meu currículo, pois cabe ao médico procurar oportunidades que complementem a sua formação e lhe permitam manter-se atualizado sobre os constantes avanços da Medicina. É igualmente importante que se cultivem interesses fora do contexto profissional que contribuam para o bem-estar do próprio médico, pois só assim é possível cuidar do próximo com dedicação e rigor.

Em jeito de conclusão, deixo uma palavra de agradecimento a todos os que contribuíram para o meu percurso, entre eles os meus colegas de curso, que tornaram a jornada mais fácil e provaram que “Medicina não se faz sozinho”, os professores, tutores e profissionais que dedicaram parte do seu tempo a ensinar-me e os doentes, que me deram lições de vida e contribuíram pacientemente para a minha aprendizagem. Foi um curso que testou a minha resiliência, mas no qual perseverarei com a intenção de “exercer a minha arte com consciência e dignidade” e de me tornar a melhor profissional possível para os meus futuros doentes, cuja “saúde e o bem-estar (...) serão as minhas primeiras preocupações” (*Juramento de Hipócrates*).

V. Anexos

Anexo 1- Trabalhos desenvolvidos no âmbito do Estágio Profissionalizante

Tabela 1: Temas, autores e breve síntese dos trabalhos desenvolvidos durante o ano

Estágio Parcelar	Trabalho	Autores
Ginecologia e Obstetrícia	“Distúrbios endócrinos na gravidez”	Carolina Tam Catarina Ramalho
<u>Síntese:</u> Abordámos 2 dos principais tipos de distúrbios endocrinológicos que podem ser despoletados ou agravados pela gravidez: a diabetes gestacional e as alterações da função tiroideia. Considerando que se tratam de patologias que podem afetar a própria gravidez, realçámos os principais riscos que se colocam para a mãe e para o feto e fizemos uma breve revisão sobre as marchas diagnósticas e respetivas abordagens terapêuticas.		
Pediatria	“Abordagem ao doente com edema em idade pediátrica – a propósito de um caso clínico”	Ana Bárbara Santos Catarina Ramalho Melanie Lopes
<u>Síntese:</u> Durante o estágio contactámos com um caso de edema generalizado em idade pediátrica, de etiologia a esclarecer. Constatando-se uma hipoalbuminémia e hipoproteinémia, e tendo-se excluído causas renais como o síndrome nefrótico, causas hepáticas com consequente défice de síntese, redução do aporte calórico ou sépsis, abordámos hipóteses diagnósticas como os síndromes de má-absorção ou as gastroenteropatias perdedoras de proteínas.		
Cirurgia Geral	“Diverticulite: a mesma história de sempre?”	Catarina Ramalho Diogo Cardadeiro Maria Beatriz Marquês
<u>Síntese:</u> “ (...) o tratamento da diverticulite aguda tem mudado drasticamente ao longo dos anos” (<i>United European Gastroenterology, 2020</i>). Assim, realizámos uma revisão bibliográfica de evidência publicada desde 1995 por entidades como a World Gastroenterology Organisation ou o New England Journal of Medicine que nos levou a constatar a mudança de paradigma no tratamento da diverticulite aguda. Para terminar, tecemos uma crítica à gestão clínica do doente que motivou a realização deste trabalho, à luz das mais recentes <i>guidelines</i> sobre a matéria.		
Medicina Interna	“Gota, com base num caso clínico”	Catarina Ramalho Mariana Miller Rodrigo Leal
<u>Síntese:</u> Tendo por base um caso de hiperuricémia/gota com mais de 20 anos de evolução, com exuberantes tofos gotosos e marcadas erosões justa-articulares em exames de imagem, fizemos uma revisão sobre esta artropatia microcristalina. Em termos terapêuticos, constatámos que os corticóides têm ganho preponderância na abordagem da doença em fase aguda, sendo cada vez mais utilizados como 1ª linha terapêutica.		

Anexo 2- Análises estatísticas

Gráfico 1: Distribuição por faixa etária das mulheres observadas durante o estágio de Ginecologia e Obstetrícia

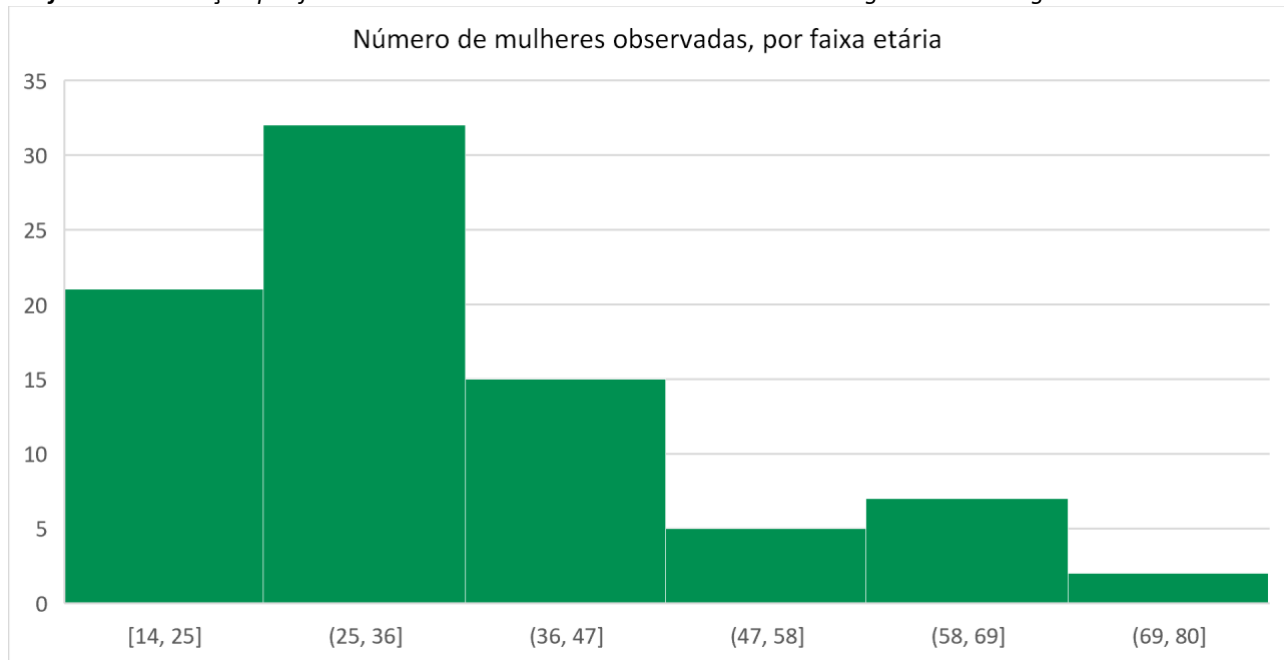


Gráfico 2: Distribuição dos doentes observados no estágio de Saúde Mental, por síndrome psiquiátrica

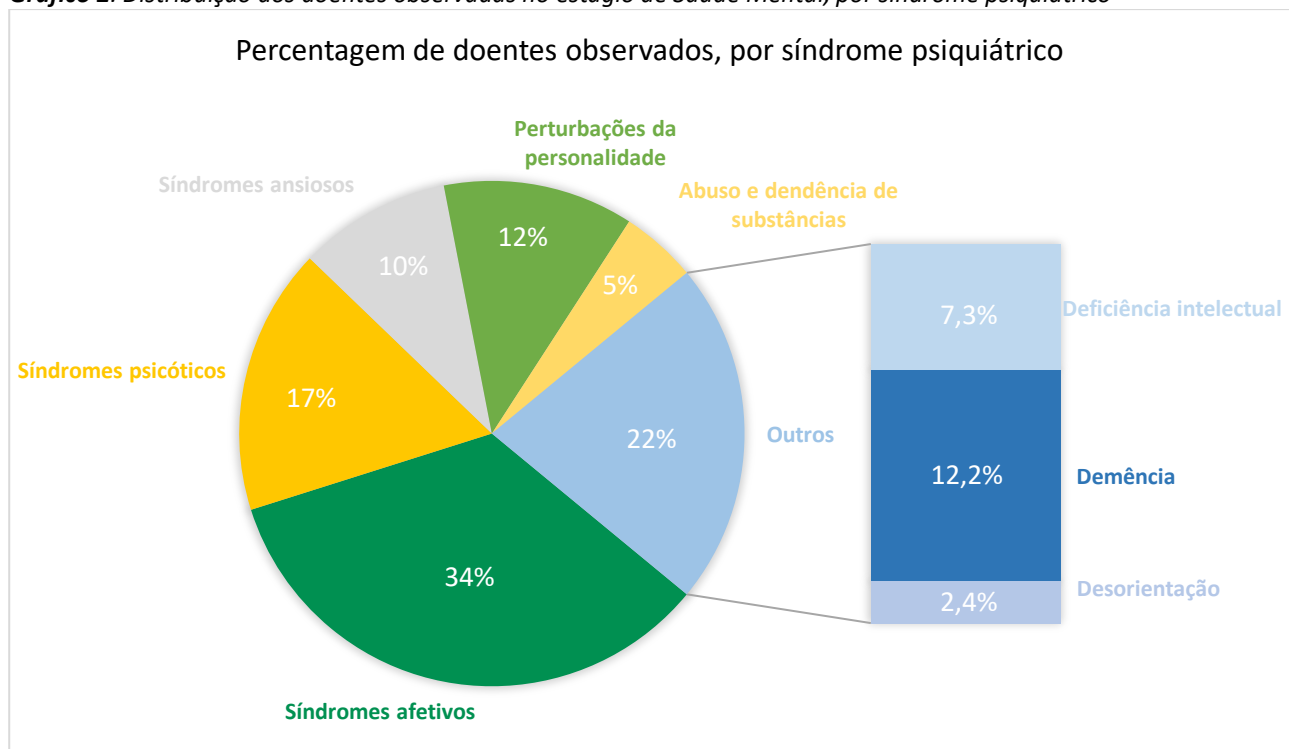


Gráfico 3: Número de doentes observados no estágio de Pediatria, por sexo, em cada valência da especialidade

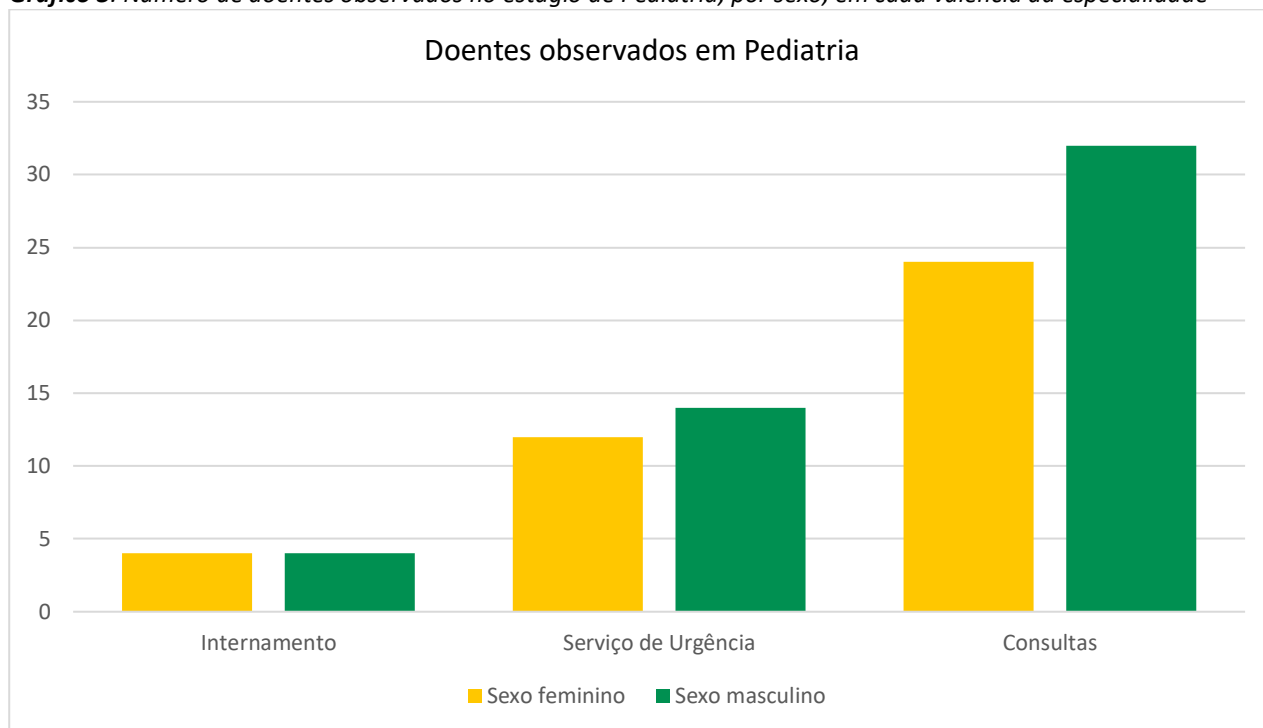
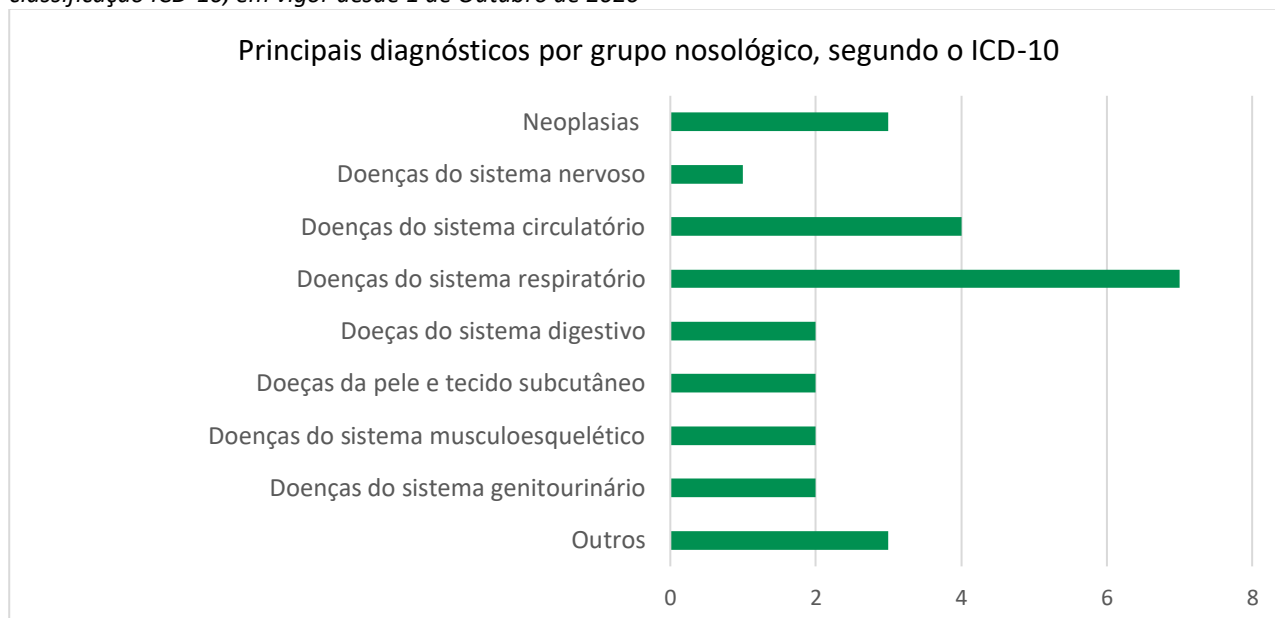


Gráfico 4: Diagnósticos dos doentes observados no estágio de Medicina Interna, por grupo nosológico, com base na classificação ICD-10, em vigor desde 1 de Outubro de 2020



Anexo 3- Participação em atividades extracurriculares

Lista das atividades extracurriculares em que participei no 6º ano do MIM, por categoria e ordem cronológica

Conferências

- iMed Conference 12.0
- VII Congresso Nacional dos Estudantes de Medicina (CNEM)
- TEDxCampoSantana

Workshops/Formações/Cursos Práticos e Teóricos

- iMed 12.0: Change of Hearts
- iMed 12.0: Seeing through you – Imagiology
- iMed 12.0: Clinical Mind Competition
- VII CNEM: Workshop de argumentação
- COVID-19 training for healthcare workers (Stanford University)
- Semana da Saúde de Alenquer
- Trauma Evaluation and Management (TEAM)
- Med on Tour
- ClinicalKey Student Global Challenge 2021

Palestras

- HABIBI - Testemunhos de medicina humanitária
- Impacto da COVID-19 nos hospitais portugueses
- Diálogos sem fronteiras: Moçambique (Médicos Sem Fronteiras)
- O Doente com Deficiência
- Cuf clinical sessions #2: Um ano de COVID-19 ou O bom o mau e o vilão
- Medicina em Cenário de Guerra
- Cuf clinical sessions #3: Consequências Funcionais e Fisiológicas Pós-COVID-19
- Teleconsulta ao Idoso
- Medicina de Catástrofe
- Cabo Delgado: por detrás do conflito

Certificado de participação nº 1: Estágio Observacional na VMER do Hospital São José



SNS SERVIÇO NACIONAL
DE SAÚDE



DECLARAÇÃO COMPROVATIVA DE REALIZAÇÃO DE ESTÁGIO

Para os devidos efeitos, declara-se que **Catarina Ramos de Moura Ramalho**, portador do C.C. 14365976, residente na Rua [REDACTED] (Portugal), realizou um Estágio de Observação no INEM na Viatura Médica de Emergência e Reanimação - VMER Sº José : dois turnos de 8 horas, totalizando 16 horas, nos dias 05 e 06 de Setembro de 2019.

Delegação Regional do Sul

Lisboa, 10 de Setembro de 2019

Teresa Brandão, Dr.ª

(Responsável pela Delegação Regional do Sul)

Mod.INEM 002/2



Certificado de participação nº 2: Estágio Observacional no CODU e SIV Lisboa



SNS SERVIÇO NACIONAL
DE SAÚDE



DECLARAÇÃO COMPROVATIVA DE REALIZAÇÃO DE ESTÁGIO

Para os devidos efeitos, declara-se que **Catarina Ramos de Moura Ramalho**, portador do C.C. 14365976, residente na Rua [REDACTED] (Portugal), realizou um Estágio de Observação no INEM no Centro de Orientação de Doentes Urgentes – CODU Sul: Um turno de 3 horas, no dia 16 de Agosto de 2019, realizou um Estágio de Observação no INEM na Ambulância de Suporte Imediato de Vida – SIV Lisboa : dois turnos de 8 horas, totalizando 16 horas, nos dias 12 e 14 de Agosto de 2019.

Delegação Regional do Sul

Lisboa, 20 de Agosto de 2019

Teresa Brandão, Dr.ª

(Responsável pela Delegação Regional do Sul)

Mod.INEM 002/2



Certificado de participação nº 3: Projeto “Saúde a girar” com os Médicos do Mundo

	
CERTIFICADO	
Emitido por Issued by	ANEM - Associação Nacional de Estudantes de Medicina Faculdade de Medicina da Universidade do Porto Alameda Prof. Hernâni Monteiro, 4200-319 Porto
Identificação Identification	Catarina Ramos de Moura Ramalho CC: 14365976

**Atividade com
participação certificada**
Certified Activity

VNFs – Voluntariado em Férias

O Programa de Voluntariado Nacional em Férias providência a oportunidades aos estudantes de contactar e intervir em novos contextos, aumentando o seu conhecimento e consciencialização acerca de diferentes realidades socioculturais. Estes estágios representam um momento de pura aprendizagem, desenvolvimento de competências teórico-práticas e crescimento pessoal que asseguram a complementaridade da formação dos estudantes de Medicina e o aprofundamento do cariz humano da profissão.

Data de emissão
Issue date

20/10/2019

Outras atividades
Other activities

Realizou o seu estágio na instituição Lisboa - Médicos do Mundo, em 2019, organizado pela ANEM.

anem



Certificado de Voluntariado Voluntariado Nacional em Férias

Emitido por:

ANEM – Associação Nacional de Estudantes de Medicina
Faculdade de Medicina da Universidade do Porto
Alameda Professor Hernâni Monteiro | 4200-319 Porto

A Associação Nacional de Estudantes de Medicina (ANEM) certifica que **Catarina Ramos de Moura Ramalho**, número de identificação **14365976**, realizou um **período de voluntariado** no âmbito do **Voluntariado Nacional em Férias (VNFs)**, que decorreu na instituição **Fundação Rui Osório de Castro**, entre os dias **10 a 21 de agosto de 2020**, perfazendo um número de horas total de **65**.

Data da emissão:

1 de outubro de 2020

Mar Mateus da Costa

Mar Mateus da Costa
Presidente da ANEM

Beatriz Aranha

Beatriz Aranha
Diretora de Direitos Humanos e
Ética Médica



associação
nacional
de estudantes
de medicina

NEMUM (BRAGA) AEFMUP (PORTO) AEICBAS (PORTO) MEDUBI (COVILHÃ)
NEM/AAC (COIMBRA) AEFML (LISBOA) AEFCM (LISBOA) NEMED-AAUALG (ALGARVE)



iMed Conference® 12.0 Lisbon 2020 | Virtual Lectures + Workshops

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Catarina Ramalho

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14365976

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5f1745788c1f8

Evento

iMed Conference® 12.0 Lisbon 2020 | Virtual Lectures + Workshops

30-09-2020 13:30 @ 04-10-2020 17:00

The iMed Conference® 12.0 | Lisbon 2020 will take place between the 30th of September and 4th of October at NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas.

Prepare for groundbreaking lectures, practical workshops and challenging competitions.

Certificado de participação nº 6: Oradora na Semana da Saúde de Alenquer



Certificado de participação nº 7: Formação TEAM



Certificado

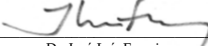
Pelo presente se certifica que

CATARINA RAMOS DE MOURA RAMALHO

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado no dia 21 de Maio de 2021.

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

Certificado de participação nº 8: Desafio mundial para estudantes de Medicina, promovido pela Elsevier



*Nota: À data de submissão do presente relatório ainda não tinham sido anunciados os vencedores desta competição, pelo que ainda estou a aguardar a receção do certificado oficial, com a classificação final.

Certificado de participação nº9: Curso interativo promovido pela Universidade de Stanford sobre a gestão de doentes infetados por SARS-CoV-2



CLINICAL SESSIONS

Consequências Funcionais e Fisiológicas Pós-COVID-19 | webinar#3

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

CUF Academic Center
Av. do Forte, nº3 – Edifício Suécia III, Piso 2
2790-073 Carnaxide



NOME

Catarina De Moura Ramalho

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14365976

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-607efb8129a83

Evento

Consequências Funcionais e Fisiológicas Pós-COVID-19 | webinar#3 (Webinar)

20-04-2021 19:00 @ 20-04-2021 21:00 - Duração: - 2 horas

QUALIDADE DE VIDA DOS DOENTES NO PERÍODO PÓS-COVID

Este ciclo de 5 webinars tem como objetivo promover a discussão científica de problemas clínicos identificados e ainda por caracterizar, que possam servir de base de trabalho para atividades a desenvolver nas consultas do tempo pós-COVID-19.