

Relatório Final

Mestrado Integrado em Medicina

NOVA Medical School- Faculdade de Ciências Médicas

Universidade Nova de Lisboa

2018/2019

Orientador – Dr. José Filipe Guia

Regente da Unidade Curricular - Professor Doutor Rui Maio

RITA DURÃO CLARO NUNES
2013392

Lisboa, junho 2019

Agradecimentos

Agradeço aos meus Pais por serem um exemplo de esforço e dedicação e pelo apoio que me têm dado.

Quero agradecer também aos meus Irmãos pelos conselhos e ajuda que me deram ao longo destes anos.

Por último, agradeço aos meus Amigos da Faculdade que acompanharam o meu percurso académico.

Conteúdo

1. Introdução	3
2. Descrição dos Estágios Parciais	4
2.1. Estágio de Medicina Geral e Familiar (MGF)	4
2.2. Estágio de Pediatria.....	4
2.3. Estágio de Ginecologia e Obstetrícia.....	5
2.4. Estágio de Saúde Mental	5
2.5. Estágio de Medicina Interna	6
2.6. Estágio de Cirurgia.....	7
3. Elementos valorativos	8
4. Reflexão Crítica Final.....	8
5. Anexos	11

1. Introdução

Como em todas as profissões, o aprender fazer deve ser precedido de um período em que se fornecem ao indivíduo as ferramentas necessárias ao fim em vista, que neste caso é ser médico. Inicialmente, o aprender fazer é realizado com supervisão, de maneira a que o aluno adquira cada vez mais autonomia e responsabilidade pelos seus atos. Desta forma, o 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina (MIM) consiste num conjunto de seis estágios parcelares profissionalizantes, durante os quais se pretende que o jovem médico consolide conhecimento teóricos já adquiridos, baseados em evidência científica e adquira competências clínicas básicas, bem como valores e atitudes éticas, que culminem na formação de um médico empenhado na saúde da comunidade que serve.

Tendo por base os objetivos definidos no documento “O Licenciado Médico em Portugal”¹, irei descrever as metas a que me proponho a alcançar no final do Estágio Profissionalizante. Em primeiro lugar, estes estágios permitem um maior contacto com a realidade do exercício médico, estimulando a adoção de uma postura progressivamente mais ativa, autónoma e integradora nas equipas médicas. Em segundo lugar, pretendo melhorar a colheita da anamnese e a realização do exame objetivo, sendo capaz de selecionar os dados clínicos mais relevantes que me permitam desenvolver o raciocínio clínico e formular hipóteses diagnósticas adequadas a cada caso. Posteriormente, devo ser capaz de utilizar os meios complementares de diagnóstico e tratamento (MCDT's) mais adequados e fornecer medidas terapêuticas/preventivas. Ser médico implica o trabalho com pessoas que são formadas por uma dimensão física, pessoal, espiritual, familiar e social. Isto leva a que a formação médica seja complexa, exigindo não só competências teóricas, mas também uma formação humanística e ética. Desta forma, defino como objetivo o desenvolvimento de atitudes e comportamentos profissionais, não só com os doentes e familiares, através do estabelecimento de uma relação empática, mas também com os outros profissionais de saúde, promovendo assim o trabalho em equipa e entreajuda. Proponho também como objetivo o desenvolvimento de capacidades de exposição e partilha de informação clínica com a restante comunidade médica. Por último, a evolução do conhecimento médico tem sido exponencial, o que obriga a ser estudante a vida toda e por isso defino também como objetivo, a formação contínua e a aquisição de aptidões de autoaprendizagem.

Iniciei este relatório com uma descrição sumária e cronológica das atividades que fui desenvolvendo ao longo do 6º ano, bem como dos objetivos específicos que defini em cada estágio e dos pontos mais relevantes da minha formação. Apresento de seguida, os elementos valorativos do meu percurso académico. Termina com uma análise retrospectiva do percurso desenvolvido durante este ano, do cumprimento dos objetivos e a sua importância na minha formação como futura médica.

¹ VICTORINO, Rui Manuel; JOLLIE, Carol; MCKIMM, Judy. O Licenciado Médico em Portugal – Core Graduates Learning Outcomes Project. Julho 2005

2. Descrição dos Estágios Parciais

2.1. Estágio de Medicina Geral e Familiar (MGF) | Tutor: Dra. Ana Luísa Gomes | 10/09/2018 a 05/10/2018

O estágio de MGF teve lugar na Unidade de Saúde Familiar (USF) Novo Mirante. Para este estágio propus como objetivos: (1) realizar e integrar a colheita dos dados psicossociais, culturais e familiares no seguimento dos doentes; (2) realizar o diagnóstico, tendo em conta dados probabilísticos, recorrendo aos MCDT's estritamente necessários e saber prescrever medidas terapêuticas/gerir a situação; (3) educar os doentes e promover medidas preventivas.

Durante este estágio, tive a oportunidade de realizar de forma autónoma, mas tutorada, cerca de 60 consultas de Saúde de Adulto. Durante a colheita da história clínica, tive a oportunidade de aplicar dois princípios da comunicação, a escuta ativa e empatia. Procurei também treinar a organização e gestão do tempo de consulta, procurando resolver o que preocupava mais a pessoa naquele momento, tendo sempre presente uma visão holística e integradora de todas as patologias, co-morbilidades e/ou preocupações da mesma. Procurei ainda familiarizar-me com os medicamentos mais prescritos em cuidados de saúde primários e ajustar a terapêutica a cada doente (custo/preferência). Em algumas consultas constatei que, talvez pela minha idade, os doentes não confiavam totalmente nas minhas competências e por vezes, era apenas na presença da minha tutora, que referiam o verdadeiro motivo da sua vinda. A realização de consultas ao domicílio fez-me compreender a importância de conhecer o contexto habitacional, social e familiar na prestação de cuidados de saúde. Durante este estágio desenhei um poster (Anexo-1), dedicado à comunidade e no âmbito do Planeamento Familiar, sobre o implante como método contraceutivo.

2.2. Estágio de Pediatria | Tutor: Dra. Raquel Ferreira | 08/10/2018 a 31/10/2018

Realizei este estágio no Hospital Dona Estefânia, na Unidade de Cuidados Intensivos Pediátricos (UCIP). Estabeleci os seguintes objetivos: (1) reconhecer as doenças mais comuns da criança e adolescente, incluindo urgências e emergências, bem como os seus princípios gerais de atuação; (2) aprender e melhorar a realização do exame objetivo nas diferentes idades pediátricas; (3) aprender a prescrever corretamente os fármacos mais utilizados em Pediatria. Neste estágio, acompanhei 10 doentes com idades compreendidas entre os 2 meses e 15 anos. O facto deste serviço integrar doentes com patologias médicas e cirúrgicas, permitiu-me ter uma noção mais abrangente das patologias pediátricas e valorizar a necessidade da colaboração de várias especialidades na prestação de cuidados médicos. Participei na realização do exame objetivo e diários clínicos, analisando os sinais vitais, os registos e cálculos do balanço hídrico e também das intercorrências. Destaco deste estágio a dificuldade que existe em comunicar más notícias, quer às crianças, quer à família, o apoio que necessitam, bem como o treino que o médico deve ter para tentar lidar com as emoções e sensação de culpa. Tendo em conta que o meu estágio decorreu num ambiente muito particular da Pediatria, completei o mesmo com as seguintes atividades: consulta de Imunoalergologia, aula de

Imunoalergologia sobre “Anafilaxia”, passagem pelo serviço de Cardiologia Pediátrica, workshop de Urgências Pediátricas e Serviço de Urgência (SU) de Pediatria Geral. No final do estágio, teve lugar um seminário onde apresentei, juntamente com o meu grupo, um caso clínico sobre “Abordagem do TCE ligeiro na idade pediátrica”.

2.3. Estágio de Ginecologia e Obstetrícia | Tutores: Dra. Filomena Sousa (Ginecologia) e Dra. Nádia Charepe (Obstetrícia) | 05/11/2018 a 30/11/2018

O estágio de Ginecologia decorreu na Maternidade Alfredo da Costa (MAC). Como objetivos a alcançar, defini: (1) praticar a formulação de diagnósticos das situações clínicas mais frequentes desta especialidade, após a colheita da história clínica e realização do exame objetivo ginecológico, bem como saber a sua abordagem terapêutica; (2) consolidar conhecimentos relativos à prevenção e diagnósticos precoces (rastreios), nomeadamente nas áreas oncológica, obstétrica e planeamento familiar. Apesar de implícito em todos os estágios, considero que neste foi essencial o desenvolvimento de capacidades comunicativas com os utentes, no sentido de estabelecer um diálogo sem constrangimentos/julgamentos, pela intimidade dos temas abordados por esta especialidade. Participei ativamente na realização do exame objetivo ginecológico durante as consultas de ginecologia geral, planeamento familiar, ginecologia da infância e adolescência, de uro-ginecologia, da gravidez indesejada e de menopausa/cessação tabágica. Observei a realização de MCDT's no âmbito da Ginecologia como histeroscopias, colposcopias, ecografias ginecológicas e do pavimento pélvico. No bloco operatório, observei e participei numa histerectomia total. No âmbito da Obstetrícia, passei pelo Serviço de Medicina Materno-Fetal, onde observei as principais patologias da mulher grávida, assisti a consultas de diabetes gestacional, de diagnóstico pré-natal (DPN) e de gravidez de alto risco. Destaco uma das consultas de DPN, por ter sido um caso exemplar da integração do casal na decisão sobre a atitude a tomar perante um feto com risco de ter trissomia 21. No SU, observei cerca de 7 partos vaginais eutócicos, 2 partos distócicos (ventosa) e participei numa cesariana. Aqui também observei alguns dos motivos mais frequentes de vinda ao SU, como as vulvovaginites, suspeita de gravidez e hemorragia durante a gravidez.

2.4. Estágio de Saúde Mental | Tutores: Dra. Mónica Marinho e pelo Dr. Guilherme Pereira | 03/12/2018 a 11/01/2019

Este estágio decorreu no Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa (CHPL). Quanto aos objetivos que defini destaco: (1) compreensão e integração do componente biopsicossocial no raciocínio clínico e relação com o doente e familiares; (2) reconhecimento dos sintomas e sinais das perturbações psiquiátricas mais comuns; (3) identificar e minorar atitudes relacionadas com o estigma da doença psiquiátrica.

A maior parte do meu estágio, teve lugar na Clínica 5 do CHPL, onde observei principalmente doentes com o diagnóstico de Patologias Afetivas (PA) e Perturbações Obsessivas e Compulsivas (POC). A média de idades dos doentes observados foi de 50 anos, predominando os do sexo masculino. De referir ainda que muitos destes doentes apresentavam história pessoal de internamentos prévios no âmbito da Psiquiatria. Durante este estágio participei em entrevistas clínicas e entrevistas familiares a doentes com perturbação bipolar, perturbação depressiva e esquizofrenia. Tive ainda oportunidade de observar um doente em catatonia. Estas entrevistas alertaram, em primeiro lugar para a necessidade de compreender o doente psiquiátrico, para realizar o diagnóstico e promover a adesão à terapêutica e em segundo, para a importância de integrar os cuidadores, não só como auxílio no diagnóstico, mas também para eles compreenderem a doença e ajudarem o doente na sua reabilitação e integração na sociedade. Participei em consultas de psiquiatria geral, de patologia dual e alcoologia. No SU, pude observar dois internamentos compulsivos e vários casos de perturbação depressiva, um deles com ideação suicida. Do ponto de vista teórico, para além das sessões que decorreram nos primeiros dois dias de estágio, participei também em duas sessões de revisão de conceitos teóricos lecionadas pelo Dr. Pedro Rodrigues e numa sessão do internato sobre “Psiquiatria aeronáutica”.

2.5. Estágio de Medicina Interna | Tutor: Dra. Cristina Poole da Costa | 21/01/ 2019 a 15/03/2019

Realizei o estágio de Medicina Interna no serviço de Medicina 2.3 do Hospital Santo António dos Capuchos. Defini como objetivos específicos: (1) testar e pôr em prática os conhecimentos já adquiridos na identificação das patologias mais prevalentes numa enfermaria de Medicina, nunca esquecendo a visão holística que a medicina interna tem do doente; (2) desenvolver o meu raciocínio clínico na formulação de hipóteses diagnósticas e diagnóstico diferencial; (3) praticar a realização da anamnese e do exame objetivo, de forma a ter cada vez mais confiança e autonomia nos meus atos. Durante este período integrei a equipa médica, tendo à minha responsabilidade, desde a entrada até à alta, pelo menos um dos doentes internados naquela enfermaria. Assim, realizei a colheita da história clínica e exame objetivo, propus e interpretei os MCDT's necessários ao diagnóstico/vigilância da situação clínica e implementei medidas terapêuticas. Escrevi também diários clínicos, notas de entrada e de alta. No final da manhã, decorria a discussão de todos os doentes internados. Observei apenas doentes do sexo feminino, com idade média de 76 anos. As patologias mais observadas foram do foro infeccioso, essencialmente respiratório, do foro cardiovascular, cerebrovascular (AVC) e neoplásico. A participação nas visitas clínicas permitiu o treino da exposição de casos clínicos à restante equipa médica e foram uma forma de avaliar e melhorar o meu desempenho naquela enfermaria. Uma das situações que mais me impressionou neste estágio foi o prolongamento dos internamentos hospitalares por motivos sociais em doentes com alta clínica.

Para além das atividades realizadas na enfermaria, acompanhei as consultas de Medicina Interna, onde observei doentes mais jovens, com o diagnóstico principal de patologias auto-imunes. De referir também

que estas consultas eram uma oportunidade de rever toda a medicação dos doentes, evitando assim a sobremedicação. Passei também pelo SU, tendo tido a oportunidade de treinar a identificação de patologias graves que requerem medidas terapêuticas urgentes, nomeadamente AVC's e EAM e/ou patologias com necessidade de internamento. No sentido de fomentar a formação contínua, participei em sessões de apresentação e discussão de casos clínicos e nas apresentações dos trabalhos realizados pelos meus colegas do 6º ano.

2.6. Estágio de Cirurgia | Tutor: Dr. Paulo Roquete | 18/03/2019 a 17/05/2019

Este estágio decorreu no Hospital da Luz (HL). As metas que propus atingir no final do mesmo foram: (1) conhecer e saber identificar as principais síndromes cirúrgicas e situações cirúrgicas emergentes, utilizando a terminologia cirúrgica; (2) treinar a postura em ambiente de bloco operatório, nomeadamente as regras de assepsia e a dinâmica com todos os elementos do bloco (anestesista e equipa de enfermagem); (3) Realizar procedimentos de Pequena Cirurgia.

Observei maioritariamente cirurgia bariátrica (*bypass* gástrico e *sleeve* gástrico), nomeadamente por via robótica e por via laparoscópica e participei ativamente como 1º e 2º ajudante em colecistectomias, hernioplastias, cirurgia de reconstrução do trânsito intestinal e hemorroidectomias. Participei ainda na Consulta Externa, tendo sido a obesidade o motivo de consulta mais frequente. Durante estas consultas observei a necessidade da colaboração da nutricionista e psicólogo no acompanhamento destes doentes. Destaco ainda a importância de explicar o procedimento cirúrgico e esclarecer as dúvidas dos doentes, de forma a fomentar a relação médico-doente e a tranquilizar o doente. Realizei o estágio opcional na Unidade de Cuidados Intensivos, onde observei a prestação de cuidados a um doente em fim de vida, a responsabilidade de tomar decisões médicas nestes casos e a importância de informar e preparar a família para o pior desfecho. Ao longo do estágio, estive presente em vários momentos teóricos e teórico-práticos, nomeadamente nas aulas que decorreram na primeira semana do estágio, no curso TEAM (Anexo 10) e numa sessão realizada pela Dra. Cristina Pestana no centro de simulação do HL, onde treinei a colocação de cateteres venosos centrais e periféricos em modelos anatómicos. Assisti ainda às sessões clínicas dirigidas a toda a comunidade médica do HL e às reuniões multidisciplinares, onde médicos de várias especialidades discutem casos clínicos oncológicos. Uma vez mais tornou-se evidente a relevância da comunicação entre os vários especialistas na prestação dos melhores cuidados aos doentes. No final do estágio, realizou-se um mini-congresso onde apresentei, juntamente com os meus colegas, um trabalho intitulado "Smooth criminal", baseado num caso que acompanhámos, sobre um leiomiiosarcoma.

3. Elementos valorativos

A contribuir para a minha formação profissional e pessoal, destaco a participação no **programa Erasmus**, em Estrasburgo, no 4º ano. Dos três estágios clínicos que realizei, aquele que contribuiu mais para a minha formação foi o de Urgências. Ali, os alunos devem realizar e registar no programa informático a anamnese e o exame objetivo, adquirindo assim desde o 4º ano um maior grau de autonomia e maior capacidade de auto-aprendizagem. São também eles que realizam e interpretam os electrocardiogramas. Na minha opinião, a criação de códigos de acesso ao *Sclínico*, facilitaria a integração dos alunos num serviço hospitalar. Esta experiência em Erasmus foi também um período de grande crescimento pessoal e que me permitiu alargar os meus horizontes porque exigiu a adaptação a uma cultura e língua diferentes.

Destaco a participação no **projeto de voluntariado “MedEnsina”**, no 5ºano, onde ajudei um analfabeto a aprender a ler e a escrever. Com esta atividade, apercebi-me que a maior parte da informação clínica não está adaptada aos analfabetos, nomeadamente coisas simples, como a posologia de um medicamento, lembrando-me uma vez mais que, como médicos, temos de ter em consideração todas as dimensões do doente e adaptar os nossos atos/linguagem a este. Ao longo deste ano, participei também em algumas **conferências/workshops** contextualizadas nos estágios que realizei, nomeadamente de MGF, Medicina Interna e Pediatria (ver Anexos). Estive ainda presente no congresso organizado por estudantes desta Faculdade, o “iMed10.0” (ver Anexos).

4. Reflexão Crítica Final

No final do Estágio Profissionalizante, gostaria de agradecer a disponibilidade, a partilha de conhecimentos e experiência que os meus tutores demonstraram na minha formação profissional e pessoal. A existência de um rácio 1 tutor:1aluno, que ocorreu na maioria dos estágios, originou um ambiente onde me senti à vontade para esclarecer dúvidas, assumir as minhas falhas e tentar melhorá-las, para além de me ter proporcionado mais oportunidades de realizar procedimentos práticos.

Avalio o meu desempenho como positivo, não só pela evolução dos conhecimentos e aptidões clínicas que fui adquirindo ao longo do ano, mas também porque a maioria dos objetivos gerais estabelecidos foram cumpridos.

De uma forma geral, procurei desenvolver competências profissionais inerentes à atividade médica, desafiar-me a adquirir mais autonomia e confiança e testar os meus conhecimentos, reconhecendo e tentando colmatar as minhas falhas. Todos os estágios contribuíram para a minha formação médica e pessoal, mas o **de MGF** foi um dos mais importantes na minha aprendizagem. Este possibilitou trabalhar pela primeira vez de forma mais autónoma, levando-me a sair da minha zona de conforto e a começar a encarar as minhas responsabilidades como futura médica. É uma especialidade que valorizo: (1) pelo contacto e ligação que se cria com os doentes e com a família; (2) por permitir observar pessoas de todas as idades; (3) pela atitude

preventiva que se adota em todas as consultas, não só através dos programas de rastreio oncológico, mas também pela promoção da adoção de estilos de vida saudáveis. Foi um dos estágios que mais contribuiu para testar os meus conhecimentos teóricos devido à diversidade de patologias observadas e por poder praticar a prescrição terapêutica, que é uma das competências que ainda não me sinto totalmente à vontade para exercer de forma autónoma. Considero assim que os principais objetivos foram cumpridos.

No estágio de **Pediatria** observei como é importante a capacidade do médico em conseguir lidar com as emoções quando trabalha com crianças gravemente doentes e num ambiente onde o dia-a-dia passa por comunicar más notícias. Por outro lado, também foi dos estágios onde senti o quão gratificante é observar a melhoria e recuperação do estado de saúde dos doentes. Destaco ainda como positivo o facto de ter observado crianças de várias faixas etárias, com patologias médicas e cirúrgicas. Contudo, penso que ficou a faltar mais contacto com a Pediatria Geral, em particular na realização do exame objetivo nas diferentes idades pediátricas e no reconhecimento das patologias mais frequentes. Para isso proponho que seja incluído no horário dos alunos que realizam o estágio nesta unidade, um número de horas para frequentarem o SU de Pediatria Geral, em vez de fazerem Urgência exclusivamente na UCIP.

O estágio de **Ginecologia e Obstetrícia**, superou as minhas expectativas, pois no 4º ano não tinha tido um componente prático muito forte. Este ano, pelo contrário, a minha tutora deu-me autonomia para realizar a observação ginecológica, realizar citologias, participar numa cesariana e numa cirurgia ginecológica. Por ter participado em inúmeras consultas de Ginecologia e por ter passado pelo serviço de saúde Materno-Fetal, fiquei com uma ideia mais abrangente da especialidade e das patologias da mulher não- grávida e grávida.

No estágio de **Saúde Mental** pude observar o quão debilitante pode ser uma doença mental, afetando a vida familiar, social, profissional e até as atividades da vida diária, como a higiene e a alimentação. Também constatei a importância de uma boa rede de apoio na reabilitação destes doentes, conseguida através da interação entre o médico, a assistente social e o cuidador. Foi um estágio importante, não só na consolidação e aquisição de competências para identificar as principais patologias psiquiátricas, mas também para a aquisição de competências de desenvolvimento de uma relação médico-doente, pelo facto de ter observado inúmeras entrevistas clínicas. É ainda interessante constatar que pelo estigma associado à doença psiquiátrica, foi o único estágio onde dois doentes pediram para eu não assistir à consulta.

O estágio de **Medicina Interna**, também superou as minhas expectativas porque até então não tinha tido muita autonomia numa enfermaria de Medicina e aqui senti que integrei verdadeiramente uma equipa médica. Neste sentido, foi onde senti uma maior evolução, tendo progressivamente adquirido mais iniciativa própria nas minhas atitudes. Quer este estágio, quer o de MGF foram essenciais no desenvolvimento e aperfeiçoamento das minhas capacidades comunicativas, pois foram aqueles onde interagi mais com os doentes e outros profissionais. Para além das competências clínicas desenvolvidas, tive a oportunidade de trabalhar com o sistema informático *Sclínico*, ferramenta essencial na prática clínica. Permito-me sugerir que

a realização de metade do tempo no serviço das mulheres e a outra metade no serviço dos homens seria uma mais valia, uma vez que a faixa etária e a prevalência das patologias são diferentes.

O estágio de **Cirurgia Geral**, não foi o que estava à espera, dado que foi maioritariamente observacional. Gostaria de ter realizado alguns atos de Pequena Cirurgia, bem como ter observado patologias cirúrgicas urgentes. Como tal não ocorreu, considero que os objetivos não foram totalmente atingidos. Contudo, destaco como ponto positivo os vários momentos de simulação de atos médicos.

De uma forma global foi um ano de muito trabalho, mas o crescimento profissional e pessoal foram muito gratificantes. Comecei-me a sentir mais no papel de médica, adquirindo consciência das responsabilidades inerentes a esta profissão, nunca esquecendo que a nossa função é tratar pessoas e não doenças. Foi também um período de sedimentação e integração dos conhecimentos previamente adquiridos. Reconheço, no entanto, que o meu percurso como aluna está longe de estar terminado e que nesta profissão há sempre aspetos a melhorar e a aprender. Foi também um ano especialmente importante na gestão da conciliação do tempo de estudo com o tempo livre. Para a gestão dos níveis de stress, o ginásio e as aulas de dança foram muito importantes.

O caminho foi árduo, mas todo o trabalho se revelou fundamental para a minha formação e crescimento humano. Da mesma maneira, a experiência adquirida ao longo dos estágios foi essencial para me fornecer as ferramentas necessárias para iniciar a nova etapa do meu percurso profissional.

5. Anexos

FIGURA 1 POSTER REALIZADO NO ESTÁGIO DE MGF

Planeamento familiar-IMPLANTE

O que é o implante?

Consiste num tubo de plástico com 40 mm de comprimento, (como um gancho do cabelo) que contém uma hormona- estrogénio.

Essa hormona é libertada lentamente e o efeito contraceptivo prolonga-se por 3 anos.

Qualquer mulher que queira evitar uma gravidez indesejada pode colocar o implante.



Como funciona o implante?

A hormona libertada pelo implante atua de três maneiras:

- Impede a ovulação;
- Causa o espessamento do muco, impedindo a passagem dos espermatozoides;
- Diminui a probabilidade do óvulo se fixar no útero.

Bastante eficaz

0 a 0,07 gravidezes em 100 mulheres num ano

Como é colocado o implante?

A inserção e remoção do implante são procedimentos simples, mas que devem ser feitos por profissionais de saúde treinados- um médico e um enfermeiro. É colocado na parte interna do braço, debaixo da pele, após anestesia local.



Vantagens

- Efeito de longa duração
- Evita a toma diária da pílula
- Não interfere com a relação sexual
- Não interfere com o aleitamento
- Melhora as dores menstruais
- Fertilidade mantida após remoção



Desvantagens

- Não protege de doenças sexualmente transmissíveis
- Pode dar irregularidades menstruais (aumento ou ausência de fluxo menstrual)
- Pode causar alterações na pele, dor de cabeça, enjoos, aumento da sensibilidade mamária e variações de humor

Qualquer dúvida, consulte o seu médico ou enfermeiro de família.

FIGURA 2 CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO PROGRAMA DE MOBILIDADE ERASMUS EM ESTRASBURGO.



FIGURA 3 CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO CONGRESSO iMed 10.0



The certificate features a header with a blue-tinted photograph of a coastal promenade. On the left, there is a logo for 'iMed 10.0' with the tagline 'BEHOLDING THE FUTURE' and dates '03-07 OCTOBER 2018'. The main title 'iMed Conference® 10.0 Lisbon 2018' is prominently displayed, followed by '— Certificado de Participação'. A QR code is located on the right side. The 'EMITIDO POR:' section identifies the 'AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School' with its address. Below this, the 'NOME' field contains 'Rita Durão Claro Nunes'. The 'DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO' and 'CÓDIGO DE CERTIFICADO' fields contain '14678550' and 'C-5b5451e4e2309' respectively. The 'Evento' section provides details about the conference dates, location, and program. At the bottom, there are logos for Portugal and the European Union, along with legal references.

iMed Conference® 10.0 Lisbon 2018
— Certificado de Participação

EMITIDO POR:

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

NOME

Rita Durão Claro Nunes

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14678550

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5b5451e4e2309

Evento

iMed Conference® 10.0 Lisbon 2018
03-10-2018 13:30 → 07-10-2018 14:00

The iMed Conference® 10.0 | Lisbon 2018 will take place between the 3rd and 7th of October at Teatro Camões and NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas.

Prepare for ground-breaking lectures, practical workshops, challenging competitions and an immersive social programme.

aeftm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico
Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 62/2003 — European Union Directive 1999/93/CE

FIGURA 4 CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO WORKSHOP DE NEUROCIRURGIA PEDIÁTRICA.



The poster features a yellow background with red and white text. It includes a stylized illustration of a hand holding a brain. The text on the poster reads: 'WORKSHOP DE NEUROCIRURGIA PEDIÁTRICA', '25 DE OUTUBRO', 'DR. CLÁUDIA FARIA', and '16H LUNO'.

Workshop de Neurocirurgia Pediátrica
— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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



NOME

Rita Durão Claro Nunes

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14678550

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5bc8e76884804

Evento

Workshop de Neurocirurgia Pediátrica
25-10-2018 16:00 → 25-10-2018 18:00 - Duração: 2 horas

Neurocirurgia é uma especialidade que te fascina? A AEFCM dá-te a oportunidade de aprofundares os teus conhecimentos no âmbito das doenças neurológicas frequentes na infância!

Dia 25 de Outubro às 16h, a Doutora Cláudia Faria proporcionar-te-á um workshop com abordagem teórica a patologias neurocirúrgicas em Pediatria, intercalando com uma vertente mais prática através da apresentação de casos clínicos.

Inscreve-te a partir de dia 18 de Outubro, através da plataforma do UpEvents e enriquece o teu currículo médico!

aefcm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico
Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 52/2003 — European Union Directive 1999/93/CE

FIGURA 5 CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO WORKSHOP "PED DAY"



24 de Abril

Urgência Pediátrica
16-17:45h

PedDay
— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Rita Durão Claro Nunes

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14678550

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5cb78d6f70ee9

AS ATIVIDADES FREQUENTADAS ENCONTRAM-SE NA PÁGINA SEGUINTE

FIGURA 6 CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO WORKSHOP “NEURO DAY”.



NeuroDay
— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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

NOME

Rita Durão Claro Nunes

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO	CÓDIGO DE CERTIFICADO
14678550	C-5c92a9f912db6

AS ATIVIDADES FREQUENTADAS ENCONTRAM-SE NA PÁGINA SEGUINTE

FIGURA 7 CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NA PALESTRA “OTONEUROLOGIA EM MGF”.



Participação em Eventos Científicos

Certificado

Certifica-se que Rita Durão Claro Nunes, titular do Cartão de Cidadão com o nº de identificação 14678550, frequentou o seguinte evento científico:

Otoneurologia em MGF

que decorreu a 11 de Outubro de 2018, com a duração de 3:30 horas, no seguinte local: Hospital CUF Descobertas

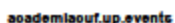
Camaxide, 11 de Outubro de 2018



Cláudia Silveira

Código de Certificado: C-5bbb6bd0cd7ef

Av. do Forte, nº3 – Edifício Suécia III, Piso 2 - Camaxide



Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico

Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 62/2003 — European Union Directive 1999/93/CE

FIGURA 8 CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NAS JORNADAS DE CARDIOLOGIA DE LISBOA OCIDENTAL.



FIGURA 9 CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NA III REUNIÃO CLÍNICA DA UCARDIO



FIGURA10 CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO CURSO TEAM.

MedSim
NOVA Medical Simulation Centre

NOVA MEDICAL SCHOOL
UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

ATLS

TEAM Trauma Evaluation and Management

Certificado

Pelo presente se certifica que Rita Durão Claro Nunes assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 21 e 22 de março de 2019.

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

Diretor do Curso TEAM

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