

2019/2020

RELATÓRIO

FINAL DE ESTÁGIO

MARIA VIVAS DE TEIXEIRA DIAS

NÚMERO DE ALUNO: 2014277

REGENTE: PROFESSOR DOUTOR RUI MAIO

ORIENTADOR DO RELATÓRIO: DR. JOSÉ GUIA

NOVA MEDICAL SCHOOL
MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA

ÍNDICE

1. Introdução.....	1
2. Objetivos.....	1
3. Descrição das Atividades.....	2
3.1. Estágio Parcelar de Medicina Geral e Familiar.....	2
3.2. Estágio Parcelar de Pediatria.....	2
3.3. Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia.....	3
3.4. Estágio Parcelar de Saúde Mental.....	3
3.5. Estágio Parcelar de Medicina Interna.....	4
3.6. Estágio Parcelar de Cirurgia.....	4
3.7. Estágio Unidade Curricular (UC) Opcional.....	5
4. Elementos Valorativos.....	5
5. Reflexão Crítica.....	6
6. Anexos.....	9
I - Lista das Principais Abreviaturas.....	10
II - Cronograma do Ano Letivos 2019/2020.....	11
III - Trabalhos Realizados em Cada Estágio Parcelar no Âmbito do Estágio Profissionalizante.....	12
IV - Estágios Voluntários Extra-Curriculares.....	13
V - Folheto realizado no âmbito do estágio de MGF: “Melanoma, Posso Prevenir?”	15
VI - Declaração do Departamento de Anatomia.....	16
VII - Caso Clínico: Vertigem Posicional Paroxística Benigna (<i>Abstract</i>).....	17
VIII - Conferências e Palestras Frequentadas.....	18

1. INTRODUÇÃO

O Mestrado Integrado em Medicina (MIM) da NOVA Medica School (NMS), tem como objetivo formar médicos de excelência, não só a nível técnico-científico, mas também humano. Tendo em vista esta premissa, o sexto ano desta formação está organizado sob a forma de um estágio profissionalizante que abrange seis estágios parcelares em algumas das grandes áreas da prática médica, nomeadamente a Medicina Geral e Familiar, Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia, Medicina Interna e Cirurgia Geral. Esta última etapa do MIM pretende assim fornecer ao aluno, através da autonomia supervisionada, as ferramentas necessárias que visam suportar solidamente competências e capacidades promotoras de uma carreira de êxito. Neste ano letivo de 2019/2020 com o surgimento e disseminação global da pandemia COVID-19, os planos para o 6º ano, nomeadamente para alguns estágios parcelares e para a UC Opcional, tiveram que sofrer alguns reajustamentos - situação transversal à maioria das áreas da sociedade.

O presente relatório inicia-se pela apresentação dos objetivos que estabeleci para este ano, seguindo-se uma segunda parte referente à descrição das atividades desenvolvidas e principais pontos representativos. Posteriormente, destaco alguns elementos valorativos que realizei ao longo do MIM. Concluo este relatório com uma avaliação crítica global, refletindo acerca do cumprimento dos objetivos por mim definidos. Em anexo, apresento certificados de atividades extra-curriculares realizadas.

2. OBJETIVOS

Assumindo este último ano como profissionalizante, pressupõe-se assim uma progressiva e competente transição da formação pré-graduada para a esfera da atuação médica pós-graduada. O meu grande objetivo ao longo do MIM concentrou-se em tirar o melhor partido de toda a formação que me foi proporcionada, quer a nível teórico assim como prático. De forma mais particular e de acordo com as especificidades deste último ano de estágio, tomei por base os documentos de *“O Licenciado Médico em Portugal”* e *“The Tunning Project - Learning Outcomes/Competences for Undergraduate Medical Education in Europe”* para delinear alguns objetivos mais específicos que tentei e continuarei a tentar ver cumpridos. Assim, ao longo de todo o ano procurei 1) Saber conduzir uma consulta de forma adequada sob supervisão; 2) Avaliar diversas apresentações clínicas, formulando hipóteses de diagnóstico e negociando posteriormente um plano de cuidados; 3) Adquirir a capacidade de realizar pequenos procedimentos; 4) Comunicar corretamente nos diversos contextos médicos, quer com profissionais de saúde, quer com o doente e seus familiares, aplicando princípios éticos e legais; 5) Assumir uma abordagem biopsicossocial individualizada; 6) Aplicar e sustentar a prática médica baseada na evidência; e 7) Promover a saúde populacional. No decorrer do presente ano, e privilegiando competências que integram o profissionalismo médico, procurei ainda manter sempre honestidade e habilidade de autocrítica, ter iniciativa, aperfeiçoar a capacidade de análise e de síntese, saber pedir ajuda e assumir a falha, compreender as diferentes crenças e costumes inerentes aos vários contextos culturais e ainda ser resiliente o suficiente por forma a adaptar-me a novas situações que imprevisivelmente fossem surgindo.

Considero ainda o aproveitamento do estágio profissionalizante como uma mais valia e essencial ao sucesso na Prova Nacional de Acesso (PNA), tirando partido dos conhecimentos adquiridos na prática com vista a uma sólida preparação para a referida prova.

3. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES

3.1 Estágio Parcelar de Medicina Geral e Familiar (MGF) - 9/09/2019 a 04/10/2019

Este estágio teve a duração de 4 semanas e realizou-se na USF S. Julião, sob tutela da Dr^a. Teresa Libório. Durante os primeiros dois dias assisti a consultas de Saúde do Adulto, Consulta do Dia, de Saúde Infantil, de Saúde Materna e ainda Visita Domiciliária. A partir do terceiro dia tive a oportunidade de conduzir consultas de forma autónoma, num total de 73 consultas, onde me foi dada a oportunidade de ir melhorando, ao longo do período, a minha relação-médico doente e a empatia na comunicação. Destaco e realço a importância dada pela tutora deste estágio à discussão da anamnese e exame objetivo, do diagnóstico mais provável e consequente gestão do paciente observado, nomeadamente que ECD solicitar e qual a terapêutica, no final de cada consulta. Deste modo, pude consolidar conhecimentos e adquirir tantos outros que considero essenciais para a prática futura, bem como desenvolver o raciocínio clínico e aplicar medicina baseada na evidência. Para além desta experiência me ter permitido treinar múltiplas competências, durante este estágio foi-me ainda dada a oportunidade de participar na Visita ao Bairro dos Navegadores (Bairro Social), onde pude contactar com uma realidade em que predominava a falta de acesso aos Cuidados de Saúde Primária e onde pudemos continuar o reforço da educação para a saúde. Neste contexto de proximidade à comunidade e após alguma introspeção sobre o assunto, constatei que ainda se mantém difícil ultrapassar o ciclo vicioso entre a pobreza e o baixo nível educacional e quão relevante e necessário se torna o esforço para quebrar a referida relação. Durante o estágio elaborei também um folheto informativo sobre a prevenção do Melanoma, (anexo V), para ser disponibilizado aos utentes daquela USF. Em consequência, foi-me dada a possibilidade de apresentar aos respetivos profissionais de saúde aquela brochura, bem como uma análise aprofundada sobre o mesmo tema, sob um ponto de vista da abordagem clínica. A avaliação final do estágio decorreu sob a forma de exame oral, tendo por base o Diário de Exercício Orientado (DEO), que realizei.

3.2. Estágio Parcelar de Pediatria - 07/10/2019 a 31/10/2019

O estágio de Pediatria teve a duração de quatro semanas, ocorrendo no Hospital de São Francisco Xavier sob a organização do Dr. Edmundo Santos, com apoio e tutoria de diversos assistentes hospitalares e internos da especialidade, que se encontravam nos variados serviços e consultas do hospital. Durante aquele período desenvolvi várias atividades no âmbito da Pediatria, abrangendo as diversas áreas do dia-a-dia da atividade clínica (Consulta, Internamento, Berçário, Serviço de Urgência e Sessões Clínicas). Realço a humanidade e o bom trato com que os familiares foram sempre acarinhados e recebidos aquando de quaisquer destas interações, reforçando a minha crença de que caminhamos bem no SNS. No internamento, para além de assistir à observação dos doentes, tive como funções a escrita do diário

clínico e a elaboração de notas de alta. As atividades de prática clínica durante o estágio de Pediatria tiveram, normalmente, por parte dos alunos, um caráter mais observacional, mas com discussão e análise dos casos observados no final do dia. Exceção a esta realidade foi a passagem pelo Berçário, onde pude realizar diariamente exame objetivo aos recém-nascidos. Ao final da manhã, os achados relevantes eram discutidos com o assistente responsável do dia, bem como a subsequente marcha diagnóstica e terapêutica, o que contribuiu para a consolidação dos meus conhecimentos teóricos e práticos. Esta situação também foi possível no serviço de urgência (SU), onde, foi igualmente exequível a sistematização da abordagem de alguns dos quadros mais frequentes da idade pediátrica com os médicos presentes. A avaliação do estágio consistiu na apresentação de um caso clínico com base na história colhida a um doente do internamento (anexo III).

3.3 Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia - 04/29/2019 a 29/11/2019

O estágio de Ginecologia decorreu no Hospital de São Francisco Xavier sob orientação do Dr. Rui Fialho Gomes. Durante o estágio tive oportunidade de me familiarizar com diversas áreas da especialidade, nomeadamente Consulta Geral, Consulta de Infertilidade, Internamento, Colposcopia, Ecografia Obstétrica e ainda Bloco de Partos e Serviço de Urgência. Pela abrangência das várias vertentes com as quais pude contactar, tive oportunidade de aperfeiçoar o exame ginecológico, nomeadamente no que diz respeito ao exame com espéculo e palpação bimanual. Assim, foi possível melhorar o conhecimento da abordagem de diversas patologias ginecológicas e obstétricas, percorrendo as várias faixas etárias e as suas particularidades. Durante a permanência no estágio, de entre as várias vertentes, saliento como marcante a Consulta de Infertilidade, nomeadamente pela consciencialização do impacto que aquela atuação pode ter no projeto de vida de um indivíduo perante a vontade de viver e experienciar a parentalidade; onde se torna imperioso gerir as expectativas e frustrações de um casal, duma família, exigindo ao médico a capacidade em oferecer/sugerir um plano de gestão adequado do ponto de vista clínico, mas também humano. No Serviço de Urgência com passagem pelo Bloco de Partos, tive a oportunidade de participar em Partos Vaginais e Cesarianas, com consentimento da grávida, permitindo-me ter contacto com os aspetos práticos inerentes às diferentes técnicas de parto. Retirei também deste estágio a importância do raciocínio sistematizado na abordagem de casos urgentes, com o objetivo de uma boa gestão de possíveis complicações que possam surgir. O estágio terminou com uma apresentação oral, que constituiu parte integrante da avaliação final (anexo III).

3.4. Estágio Parcelar de Saúde Mental - 02/11/2019 a 10/01/2020

O estágio de Saúde Mental teve a duração de quatro semanas, sob orientação do Dr. Miguel Nascimento, no CHPL. Durante este período foram desenvolvidas várias atividades abrangendo as diversas áreas dentro da especialidade (Consulta, Internamento e Serviço de Urgência), assim como Atividades de Complemento Extra (Grupo de Teatro e Terapia Ocupacional). Uma vez que o internamento teve lugar no serviço de Reabilitação, o contacto com doentes efetuou-se sobretudo no âmbito de patologias crónicas arrastadas, marcadas pelas múltiplas agudizações ao longo do tempo. As grandes síndromes psiquiátricas que pude

observar foram predominantemente afetivas, psíquicas e aditivas. Neste período, foi possível acompanhar a evolução de cada doente no ganho progressivo de autonomia e organização pessoal pré-alta, e treinar competências relativas à entrevista e avaliação do estado mental. Deste modo, pude assim também adquirir e consolidar conhecimentos previamente adquiridos no que diz respeito à terapêutica não farmacológica e farmacológica. No espectro oposto, o contacto com apresentação aguda de doença teve lugar no serviço de urgência do Hospital de São José. Aqui foi possível a sistematização de marcha diagnóstica e subsequente abordagem do doente agitado e não colaborante, que inevitavelmente cria barreiras à confiança necessária para o estabelecimento de uma relação saudável médico-doente e adesão terapêutica. Durante o estágio efetuado no CHCL, pude observar o ensaio do Grupo de Teatro, levado a cabo pelos doentes, o que me permitiu enfatizar a importância da componente não farmacológica no plano terapêutico do doente, constituindo esta um importante meio de apoio à sua reabilitação e ao sucesso do tratamento global como um todo. Ainda neste seguimento, foi dado igual destaque à Terapia Ocupacional enquanto motor de uma maior capacitação e desenvolvimento de competências, atuando como terapêutica não-farmacológica imprescindível e integrando o plano terapêutico da maioria dos doentes. Acrescentaria que a minha experiência no CHPL permitiu certamente sensibilizar-me para diversos aspetos da saúde mental, que creio terem enriquecido a minha formação.

3.5. Estágio Parcelar de Medicina Interna - 20/01/2020 a 13/03/2020

Este estágio ocorreu no Hospital Egas Moniz sob tutela da Dra Marta Manso. Com duração inicialmente prevista de 8 semanas, ficou marcado pelo constrangimento gerado pela atual situação pandémica que motivou a suspensão da última semana. Durante aquele período a minha atividade cingiu-se essencialmente à enfermaria, onde fui integrada na equipa e me foi dada alguma autonomia a partir do primeiro dia. Tive assim oportunidade de participar ativamente nas variadas áreas inerentes à prática clínica diária do médico de Medicina Interna. Durante este período, foram desenvolvidas diversas atividades clínicas na Enfermaria, Consulta Externa e Serviço de Urgência, complementadas também por momentos de cariz científico-pedagógico. Na enfermaria, a minha atividade concentrou-se no contacto e observação diária dos doentes internados, acompanhando a sua evolução e possíveis intercorrências, com discussão de cada caso com a minha equipa e elaboração de um plano de cuidados para o dia seguinte. Fez igualmente parte da minha atividade a redação de diários clínicos, elaboração de notas de alta e entrada, requisição de exames complementares e apresentação dos doentes dos quais fui responsável na Visita Médica. Ao longo do estágio, foi-me atribuída progressivamente maior autonomia na gestão dos doentes atribuídos, sempre com a devida vigilância e supervisão, tendo assumido a responsabilidade por um total de 20 doentes durante este período. Esta dinâmica constituiu uma enorme oportunidade de aplicação de conhecimentos prévios, numa contínua autoavaliação, onde gradualmente obtive uma maior capacidade de gestão das diferentes tarefas e de articulação de cuidados, contribuindo certamente para uma melhor formação enquanto futura médica. Durante o estágio assisti também à consulta de doenças tromboembólicas, onde pude contactar com patologias menos frequentes como a Mielofibrose Primária e Trombose da Veia Renal em contexto de Carcinoma de Células Renais. Frequentei ainda semanalmente o SU do HSFJ onde se proporcionou o contacto com

diversas situações urgentes e emergentes, com reconhecimento de critérios de gravidade e agilização de cuidados tendo sempre em consideração o benefício do doente. A avaliação do presente estágio contou ainda com a realização de um trabalho de grupo, sobre Polineuropatias Periféricas (anexo III).

3.6. Estágio Parcelar de Cirurgia Geral - 01/06/2020 a 19/06/2020

O estágio parcelar de Cirurgia estava inicialmente programado para o intervalo entre as datas 16 de Março e 11 de Maio no Hospital Beatriz Ângelo. No entanto, dadas as atuais circunstâncias pandémicas, acabou infelizmente por ser substituído pelo ensino à distância com avaliação final online. O estágio foi efetuado sob tutela da Dra. Sílvia Silva e contou com múltiplas reuniões via plataforma ZOOM, que incidiram essencialmente na discussão de diversos casos clínicos, sob o ponto de vista da abordagem e seguimento do doente, tendo por base alguns temas estabelecidos como nódulo da mama, icterícia obstrutiva e dor abdominal. Assim, embora fortemente afetado pela ausência da componente prática, aspeto central deste estágio profissionalizante, foi possível amenizar algumas das consequências desta infeliz situação. O final do estágio contou com um minicongresso onde foi apresentado, em grupo, o tema “Rotura Espontânea de Baço”, a propósito de um caso clínico fornecido pela tutora.

3.7. Estágio UC Opcional - 01/06/2020 a 19/06/2020

No início do ano letivo, previamente à situação COVID-19, optei por realizar o estágio opcional no Serviço de Patologia Clínica no HSF. Escolhi esta área por considerar fundamental para uma correta prática médica a requisição racional e fundamentada dos diferentes meios complementares de diagnóstico. Neste seguimento, julguei ser uma boa oportunidade para aprofundar o conhecimento para as particularidades dos diferentes resultados e interpretações, bem como as indicações principais e secundárias para a requisição dos vários parâmetros analíticos. Posteriormente, com a suspensão dos estágios práticos também a UC Opcional foi substituída por uma alternativa online, em que os alunos transitaram para uma nova UC: Preparação Para o Exame de Seriação e Ingresso nas Especialidades Médicas. Aqui, ao longo de 6 semanas, foram discutidas questões relativas à PNA de 2019, o que se constituiu de enorme utilidade na compreensão das diferentes particularidades dos temas e na orientação do estudo para a prova.

4. ELEMENTOS VALORATIVOS

De seguida apresento algumas atividades que desenvolvi ao longo do MIM e que considero constituírem uma mais-valia para o meu percurso académico. Destaco como experiência bastante gratificante ter sido monitora da UC de Anatomia entre 2015 e 2017. Esta oportunidade permitiu que descobrisse o gosto pelo ensino e que me confrontasse com alguns desafios inerentes a este tipo de função, nomeadamente no que diz respeito à preparação antecipada de uma aula. Permitiu-me ambicionar no futuro a

possibilidade de poder colaborar com a faculdade no âmbito de cargos de docência. Saliento também, durante a realização do meu estágio voluntário de verão Peclicuf no ano de 2017 (anexo IV), a redação de um caso clínico sobre um caso de Vertigem Posicional Paroxística Benigna (anexo VII). Após apresentação do mesmo para os alunos e alguns membros de gestão e médicos do grupo José de Mello Saúde, pude obter o 1º lugar, tendo a felicidade de receber como prémio um livro “Harrison: Principles of Internal Medicine 19th” bem como a possibilidade de publicar o caso redigido no órgão de expressão científica daquela organização de saúde. Esta experiência permitiu-me aprofundar os conhecimentos numa área pela qual sinto um especial interesse e pôr à prova as minhas capacidades na exposição oral para um grande número de pessoas.

5. REFLEXÃO CRÍTICA

Início esta reflexão por afirmar que de forma global este ano foi sem dúvida extremamente gratificante a nível pessoal. Creio que não só pela possibilidade de aplicar na prática os conhecimentos teóricos que fui adquirindo ao longo MIM, mas também pela autonomia crescente que me foi proporcionada e que fez com que sentisse pela primeira vez a responsabilidade total de ter um doente a meu cargo. Esta autonomia foi mais notória em estágios como o de MGF e Medicina interna, que por isso contribuíram de forma mais expressiva para alcançar objetivos como **aplicação da prática médica baseada na evidência** e propiciaram o ambiente necessário para aumentar a capacidade de **gestão da falha e do saber “pedir ajuda”**. Em todos os estágios presenciais pude assistir a consultas; foi no entanto no estágio de MGF que me foi dada oportunidade de as gerir de forma autónoma, sempre com supervisão final e discussão dos diversos casos observados. Por se tratarem de diferentes tipos de consulta, pude contactar e confrontar-me com a gestão de situações de patologia crónica e aguda. Esta experiência permitiu reforçar a importância da **perspetiva biopsicossocial** na exploração adequada das queixas de cada doente, contribuindo para a minha capacidade em **formular mais corretamente hipóteses diagnósticas e posterior abordagem, negociando no fim da consulta um plano de cuidados personalizado**. Ressalvo também a importância da prática repetida na qualidade da minha consulta, com a noção de que inicialmente tive momentos menos organizados (com transposições de algumas fases da consulta), e que, com o decorrer do tempo, foram sendo aperfeiçoados até me sentir orgulhosa do percurso realizado e do objetivo alcançado. De salientar ainda que foi neste estágio que pude ter um papel mais ativo na **prevenção da saúde das populações**, quer através da realização do folheto sobre prevenção do Melanoma, mas também aquando da visita ao Bairro dos Navegadores, onde foi possível reforçar a importância da educação para a saúde. Neste sentido, considerei relevante a necessidade de desenvolver e aperfeiçoar a minha **capacidade de síntese e expressão do pensamento em palavras**. Assim, nos diferentes estágios, procurei sempre a discussão ativa dos vários casos, mais concretamente e por exemplo, na apresentação diária de doentes no estágio de Medicina Interna e na passagem pelo berçário no estágio de Pediatria, melhorando as minhas **capacidades de comunicação** de forma sintética, transmitindo de forma mais clara e concisa as ideias pretendidas. Como aspeto menos positivo

do estágio de Pediatria, destaco o facto de não existir um tutor para o aluno. A ausência da referida interação acabou por dificultar a aprendizagem dirigida e gradual, por não permitir a relação de proximidade que normalmente se estabelece, partindo da premissa de que o paradigma do ensino teórico observacional tende a ser substituído por uma tutela personalizada e dinâmica, que não foi possível. Ainda assim, este modelo organizacional de estágio acabou por permitir que, através da **iniciativa pessoal**, objetivo que considero ter atingido, pudesse ter oportunidade de contactar com inúmeras áreas da Pediatria, possibilitando um contacto com diversas entidades nosológicas.

Como capacidades treinadas e aperfeiçoadas, realço a importância do estágio de GO e SM no treino do exame ginecológico e exame do estado mental, respetivamente. Relativamente ao primeiro, pela frequência das situações que o exigem, constituiu uma prática que até ao 6º ano tinha contactado por escassas vezes. No que diz respeito ao exame do estado mental, constatei que a passagem pelo serviço de Reabilitação do CHPL foi fulcral para um processo evolutivo do meu percurso, já que o estágio de Psiquiatria do 5º ano foi concentrado essencialmente em situação de consulta de patologia previamente diagnosticada, com enfoque sobretudo na perturbação depressiva. Este ano, não só contatei com doença tendencialmente mais grave e com superiores repercussões do funcionamento, como me sensibilizei novamente para as implicações do contexto psicossocial no desenvolvimento e perpetuação de certas patologias. De facto, de uma forma geral, evidenciou-se a forte interação ambiental (más condições socioeconómicas, consumos de substâncias ilícitas) na génese da doença de foro psiquiátrico. Foi igualmente no estágio de SM que me confrontei com **dilemas éticos e legais**, nomeadamente no que diz respeito às minuciosidades inerentes à abordagem do doente psicótico e não colaborante.

Como ambição para o presente estágio profissionalizante e que infelizmente devido à atual pandemia não foi cumprida, **realço o treino de técnicas cirúrgicas**, mais concretamente a sutura de ferida cirúrgica. De facto, foi o estágio de Cirurgia Geral o mais afetado, motivando a substituição de todo o ensino presencial para uma alternativa online. Considero que tanto para os docentes como para os alunos, esta experiência constituiu uma verdadeira prova à nossa resiliência, à nossa **capacidade de lidar com a incerteza e a adaptação a novas situações**, realçando ainda que dadas as adversidades, foi possível retirar um bom aproveitamento do estágio. Como tal e porque claramente e de forma inevitável o estágio de cirurgia ficou prejudicado, levo comigo a vontade de colmatar as lacunas práticas verificadas, assim que me for dada essa possibilidade.

Durante todo o MIM e igualmente neste ano, procurei acima de tudo **manter honestidade** e cultivar a introspeção e autocrítica, condições que considero necessárias a uma adequada prática médica. De igual forma, ao longo de todo o ano, apresentei motivação nos diversos estágios, que creio certamente ter contribuído para o melhor aproveitamento de cada um, mantendo a disponibilidade para assumir erros e aprender com eles.

De forma global, reforço a crença de que as mais-valias retiradas de cada estágio estão essencialmente dependentes da motivação do aluno e do seu espírito de querer fazer mais e melhor. Nesse sentido, considero ter tido entrega total e dedicada em cada etapa, quer no que diz respeito ao aproveitamento a nível científico e teórico, mas também nos aspetos inerentes ao relacionamento interpessoal. Assim, e considerando ter cumprido a globalidade dos objetivos a que me propus inicialmente, levo comigo os diversos conhecimentos e capacidades clínicas e pessoais obtidas, a pôr em prática já no próximo ano. Gostaria ainda de acrescentar que conclui o maior objetivo da minha vida: ser médica.

Acredito assim estar mais capacitada para o bom exercício da prática médica, pretendendo integrar no futuro a força motriz e corrente de mudança necessárias à melhor prestação de cuidados possível por parte do SNS.

Concluo este relatório com o meu agradecimento à minha família, aos meus amigos, aos docentes, e, em especial, a todos doentes que ao longo dos anos, de uma forma ou de outra, se tornaram no principal contributo para a minha aprendizagem enquanto médica.

Bem Hajam.

6. ANEXOS

Anexo I – Lista das principais abreviaturas

Anexo II – Cronograma do Ano Letivo 2019/2020

Anexo III – Trabalhos Realizados em Cada Estágio Parcelar no Âmbito do Estágio Profissionalizante

Anexo IV – Estágios Voluntário Extra-Curriculares

A) Peclicuf - Agosto de 2017

B) Estágio em Cardiologia - Agosto de 2018

Anexo V - Folheto realizado no âmbito do estágio de MGF: “Melanoma, Posso Prevenir?”

Anexo VI – Declaração do Departamento de Anatomia

Anexo VII – Caso Clínico: Vertigem Posicional Paroxística Benigna - (*Abstract*)

Anexo VIII – Conferências e Palestras Frequentadas.

A) Certificado das Jornadas de Oftalmologia

B) Certificado da palestra sobre Neurorradiologia

C) Certificado da palestra sobre Urgências na Idade Pediátrica

D) Certificado da palestra sobre Urgências em Otorrinolaringologia

Anexo I – Lista das principais abreviaturas

CG – Cirurgia

CHPL - Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa

ECD - Exames Complementares de Diagnóstico

FML – Faculdade de Medicina de Lisboa

GO – Ginecologia e Obstetrícia

HSFX– Hospital São Francisco Xavier

MGF – Medicina Geral e Familiar

MI – Medicina Interna

MIM – Mestrado Integrado em Medicina

PNA – Prova Nacional de Acesso

SM – Saúde Mental

SNS – Sistema Nacional de Saúde

SU - Serviço de Urgência

UC/UC's – Unidade(s) Curricular(es)

USF – Unidade de Saúde Familiar

Anexo II – Cronograma do Ano Letivo 2019/2020

ESTÁGIO	DATAS	TUTOR	LOCAL
Medicina Geral e Familiar	09/09 - 04/10	Dra. Teresa Libório	USF de São Julião
Pediatria	07/10 - 31/10	Dr. Edmundo (Responsável pelo Estágio)	HSFX
Ginecologia e Obstetrícia	04/11 - 29/11	Dr. Rui Gomes	HSFX
Saúde Mental	02/12 - 10/01	Dr. Miguel Nascimento	CHPL
Medicina Interna	20/01 - 13/03	Dra. Marta Manso	Hospital de Egas Moniz
Cirurgia Geral	01/06 - 19/06	Dra. Sílvia Silva	Programado: Hospital Beatriz Ângelo

Anexo III – Trabalhos Realizados em Cada Estágio Parcelar no Âmbito do Estágio Profissionalizante

MEDICINA GERAL E FAMILIAR



- FOLHETO INFORMATIVO: “**MELANOMA MALIGNO – COMO POSSO PREVENIR**” (COMPLETO NO ANEXO V)
- “**MELANOMA MALIGNO – ABORDAGEM CLÍNICA**”

REALIZADO POR:

MARIA TEIXEIRA DIAS

PEDIATRIA



- CASO CLÍNICO - AMIGDALITE COMPLICADA

REALIZADO POR:

MARIA TEIXEIRA DIAS

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA



- “**COLESTASE INTRAHEPÁTICA DA GRAVIDEZ**”

REALIZADO POR:

MARIA TEIXEIRA DIAS; PEDRO FARINHA

MEDICINA INTERNA



- “**POLINEUROPATIAS PERIFÉRICAS**”

REALIZADO POR:

MARIA DIAS; ANA MARTINS, FILIPE MODESTO; PEDRO FARINHA;

CIRURGIA GERAL



- “**ROTURA ESPONTÂNEA DE BAÇO: A PROPÓSITO DE UM CASO CLÍNICO**”

REALIZADO POR:

MARIA DIAS; CAROLINA BALTAZAR, JOANA BARRETO

Anexo IV – Estágios Voluntários Extra-curriculares

A) Peclicuf - Agosto de 2017

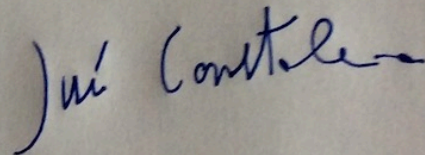


B) Estágio em Cardiologia - Agosto de 2018**JOSÉ CASTANHEIRA**

Médico Cardiologista

Para os devidos efeitos e a pedido da interessada, declaro que Maria Vivas de Teixeira Dias aluna do Curso de Mestrado Integrado de Medicina com o nº 2014277, frequentou estágio voluntário, no meu consultório de Cardiologia de 31/07/2018 a 10/08/2018.

Revelou interesse e conhecimento acima do espectável á data, bem como uma particular aptidão para relação quer com os doentes quer com o restante pessoal de saúde, com quem se relacionou.



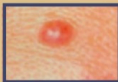
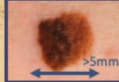
Cascais 12 de Maio de 2020

Av. D. Pedro I nº 197 r/c Cascais 2750-483 Cascais Tel. 214868476

Anexo V – Folheto Realizado no âmbito do estágio de MGF: “Melanoma: Posso Prevenir?”

APRENDA A LER OS SEUS SINAIS...

A regra ABCDE é uma forma fácil de distinguir sinais saudáveis daqueles mais sugestivos de melanoma. Se encontrar sinais suspeitos procure o seu médico de família ou dermatologista.

NORMAL		ANORMAL
	A É Assimétrico?	
	B Os Bordos são irregulares?	
	C A Cor não é uniforme?	
	D Tem mais de 5mm de Diâmetro?	
	E Sofreu uma Evolução	

A RECORDAR:

Existem estratégias de prevenção para o melanoma. Se as cumprir, diminui consideravelmente o seu risco.

O Melanoma pode aparecer em qualquer zona do corpo, incluindo a zona peribucal, perinasal, genital e também nas unhas. Esteja atento!

O melanoma é o cancro de pele com maior mortalidade, mas se diagnosticado e tratado precocemente é **CURÁVEL**.

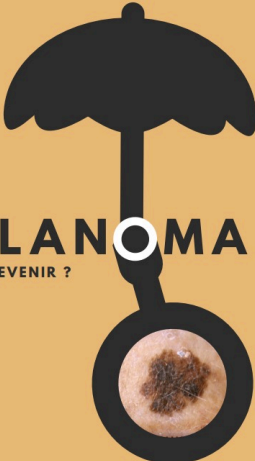
SE NOTAR ALGUM SINAL SUSPEITO, NÃO ESPERE QUE DESAPAREÇA.

CONSULTE COM BREVIDADE O SEU MÉDICO DE FAMÍLIA OU DERMATOLOGISTA.

USF S. Julião
2019

MELANOMA

POSSO PREVENIR ?



O QUE É?

O Melanoma é a forma mais grave de cancro de pele, mas... existem ações que podem ajudar na sua **PREVENÇÃO**. Além disso, é **CURÁVEL** se for diagnosticado precocemente!

QUAL É A CAUSA?

A Radiação UV proveniente do sol é a grande responsável pela génese do melanoma.

COMO ME PROTEJO?

Evite a exposição solar prolongada entre as 11h e as 17h. Procure a sombra.

Mas, e se estiver exposto (a)?

 Vista roupas que protejam a sua pele.
  Use um chapéu com aba.

 Coloque protetor solar FPS 50+. Siga as instruções do rótulo.
  Use sempre óculos de sol.

ESTOU EM RISCO?

Estão em maior risco as pessoas com:

Pele muito clara **que queima com facilidade**

História familiar de **Melanoma**

Grande **exposição solar**:
- Maior risco se exposição intermitente e intensa na infância
- História de queimadura solar com "bolhas"

Muitos **sinais na pele** (>50 ou com diâmetro >5mm)

História de **Transplante** ou a fazer **Quimioterapia**

História de idas a **Solários**

Mais de **50 anos**

ATENÇÃO:
Mesmo que não se enquadre numa destas condições, **NÃO** está livre de risco!

AUTO-EXAME

Deve observar todas as áreas do corpo. Atenção a feridas que não cicatrizam, alterações das características pré-existent, e sinais novos de aparência suspeita.

ATENÇÃO: As lesões malignas podem ser indolores!

OBSERVAR:

 **ROSTO, PESCOÇO, PEITO E TRONCO**
 **OMBROS, COSTAS E NÁDEGAS**
 **COURO CABELUDO E ZONA CERVICAL**
 **PERNAS, DORSO E PLANTA DO PÉ**
 **OMBROS, BRAÇOS, MÃOS E UNHAS**

Anexo VI – Declaração do Departamento de Anatomia



DECLARAÇÃO

Para os devidos efeitos declara-se que, **MARIA VIVAS DE TEIXEIRA DIAS**, fez parte do corpo docente do Departamento Universitário de Anatomia da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa, tendo exercido funções docentes como Monitora Voluntária da Unidade Curricular de ANATOMIA, no ano 2015/2016 e 2016/2017.

No exercício das suas funções revelou elevada competência e completa dedicação a este Departamento, demonstrando excelentes qualidades pedagógicas e um ótimo relacionamento com os seus pares, com os funcionários e com os seus alunos.

Lisboa, 24 de abril de 2020

O Diretor do Departamento,

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Diogo Pais", written over a horizontal line.

(Prof. Doutor Diogo Pais)

Anexo VII – Caso Clínico: Vertigem Posicional Paroxística Benigna - (Abstract)

Um caso de Vertigem Paroxística Posicional Benigna (VBPP)

A case of Benign Paroxysmal Positional Vertigo (BPPV)

RESUMO

A vertigem posicional paroxística benigna (VPPB) é a causa mais comum de vertigem. Consiste numa alteração mecânica do ouvido interno que causa sintomatologia típica de vertigem rotatória, de curta duração e autolimitada, desencadeada por alterações da posição da cabeça. Apresenta-se o caso de uma mulher de 27 anos que recorre à consulta de Otorrinolaringologia por três crises vertiginosas com características compatíveis com VPPB. Após anamnese, exame objetivo e exclusão de patologia grave, foi realizada a manobra diagnóstica de Dix-Hallpike, sendo positiva para a esquerda, efetuando-se assim de seguida a manobra reabilitadora de Epley, onde se obteve aparente sucesso terapêutico. Embora frequentemente associado a idades superiores a 50 anos, a VPPB tem vindo a ser cada vez mais diagnosticada em indivíduos mais novos, como é o caso. Importa assim alertar para a sintomatologia clássica apresentada, permitindo o diagnóstico precoce e exclusão perentória de patologia central, amenizando a redução significativa da qualidade de vida que o VPPB por si só acarreta.

PALAVRAS CHAVE: vertigem posicional paroxística benigna;

ABSTRACT

Benign positional paroxysmal vertigo (BPPV) is the most common cause of vertigo. It consists of a mechanical alteration of the inner ear that causes typical symptomatology of rotatory vertigo, of short duration and self-limited, triggered by changes in the position of the head. We report the case of a 27-year-old female patient who had an Otorhinolaryngology appointment due to three vertigo crises with characteristics suggestive of BPPV. After anamnesis, objective examination and exclusion of severe pathology, the Dix-Hallpike diagnostic maneuver was performed, being positive on the left, Epley rehabilitation maneuver was done, and apparent therapeutic success was obtained. Although often associated with ages greater than 50 years, BPPV has been increasingly diagnosed in younger individuals. It is important to alert for the classic symptoms presented, allowing the early diagnosis and excluding central pathology, reducing the significant reduction of the quality of life that the BPPV alone entails.

KEYWORDS: benign paroxysmal positional vertigo;

Anexo VIII – Conferências e palestras frequentadas

A) Certificado: Jornadas de Oftalmologia



B) Certificado Palestra: Neurorradiologia


Palestra de Neurorradiologia
— Certificado de Participação

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

NOME
Maria Vivas De Teixeira Dias

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO
15077871

CÓDIGO DE CERTIFICADO
C-5eb066883d215

Evento
Palestra de Neurorradiologia
07-05-2020 21:00 → 07-05-2020 23:00 - Duração: 2 horas
A área de neurorradiologia suscita-te interesse?
Olhas para exames radiológicos, mas sem perceber o que estás a ver?

aeefcm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

C) Certificado Palestra: Urgências Na Idade Pediátrica


O Doente Pediátrico no Serviço de Urgência
— Certificado de Participação

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

NOME
Maria Vivas De Teixeira Dias

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO
15077871

CÓDIGO DE CERTIFICADO
C-5ec197dedf9ed

Evento
O Doente Pediátrico no Serviço de Urgência
21-05-2020 17:00 → 21-05-2020 19:00 - Duração: 2 horas
És do 4º, 5º ou 6º ano?
Gostas de pediatria e adoras a adrenalina das urgências? Ou nem por isso e ficas super nervoso?

aeefcm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

D) Certificado Palestra: Urgências em ORL


Urgências em ORL
— Certificado de Participação

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

NOME
Maria Vivas De Teixeira Dias

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO
15077871

CÓDIGO DE CERTIFICADO
C-5ecad251904ab

Evento
Urgências em ORL
28-05-2020 18:00 → 28-05-2020 20:00 - Duração: 2 horas
Urgências em ORL
Dia 28 de maio às 18h terás a oportunidade de assistir a um workshop com a Dra Cristina Carocha, otorrinolaringologista, que vai abordar as urgências mais comuns em ORL, e serão discutidos vários casos clínicos.

aeefcm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico