

Mestrado Integrado em Medicina

## **Relatório Final de Estágio**

**Margarida Urpina Portugal Cabrita Matias**

Aluna nº 2017159 | 6º Ano

Unidade Curricular - Estágio Profissionalizante

Regente - Professor Doutor Rui Maio

Orientador - Professor Doutor Jorge Paulino

NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas | Ano Letivo 2021/2022



***“Pensamos que os lugares conservam pelo menos um leve sinal das pessoas que os habitaram” — Patrick Modiano.***

# ÍNDICE

|                                                                       |          |
|-----------------------------------------------------------------------|----------|
| <b>INTRODUÇÃO.....</b>                                                | <b>1</b> |
| <b>ATIVIDADES DESENVOLVIDAS.....</b>                                  | <b>1</b> |
| Estágio parcelar de Saúde Mental.....                                 | 1        |
| Estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar.....                    | 2        |
| Estágio parcelar de Pediatria.....                                    | 2        |
| Estágio parcelar de Ginecologia-Obstetrícia.....                      | 3        |
| Estágio parcelar de Cirurgia Geral.....                               | 3        |
| Estágio parcelar de Medicina Interna.....                             | 4        |
| Outros Estágios do 6º Ano: Unidade Curricular Opcional de Trauma..... | 5        |
| <b>REFLEXÃO CRÍTICA.....</b>                                          | <b>6</b> |
| <b>ANEXOS.....</b>                                                    | <b>9</b> |

## Tabelas-Resumo

**Anexo 1** | Cronograma das Atividades Desenvolvidas

**Anexo 2** | Apresentações e trabalhos realizados

## Estágios Extracurriculares

**Anexo 3** | Curtos Estágios Médicos em Férias - CEMEF (2019/2020)

**Anexo 4** | Curtos Estágios Médicos em Férias - CEMEF (2020/2021)

**Anexo 5** | Declaração de Estágio Voluntário de Investigação Clínica no IPO do Porto

## Formação

**Anexo 6** | Certificado de integração do Comité de Organização como Coordenadora dos Workshops da edição 13.0 da iMed Conference

**Anexo 7** | Folheto publicado no Jornal Mensal do Concelho de Cascais "Notícias de Cascais" - Conversas de Saúde "Acabou o verão...mas não se esqueça da sua pele!"

**Anexo 8** | Workshop "Vamos falar sobre Prevenção do Suicídio"

**Anexo 9** | Formação "Medicina em cenário de guerra"

**Anexo 10** | Workshop "Emergências Médicas Hospitalares"

**Anexo 11** | Certificado de participação no Dia Mundial do Cancro do Pâncreas

**Anexo 12** | Certificados de participação nas edições 11.0 e 12.0 da iMed Conference

## Atividades extracurriculares

**Anexo 13** | Certificado de Formação Profissional de Aquarela Iniciação creditado pela Nextart (Faculdade Belas Artes de Lisboa)

# INTRODUÇÃO

O Mestrado Integrado em Medicina na NOVA Medical School tem como objetivo capacitar os estudantes para serem médicos preparados para a prática clínica, tendo como base uma sólida formação científica, conferindo capacidades para adotar uma atitude profissional e proativa baseada no treino precoce tutelado na prática clínica e responsabilidade individual crescente. Este foi o 6º e último ano do curso de Medicina. Um capítulo que se fecha. Um ano que se adivinhava desafiante pela multiplicidade de tarefas que tínhamos que conjugar, aliado a um ganho de autonomia e grau de responsabilidade cada vez maiores. Durante este ano foram traçados objetivos nos vários estágios parcelares, no entanto decidi também definir alguns pessoais que me guiassem, como: consolidar conhecimentos teóricos e manobras semiológicas; aplicar esses conhecimentos, numa tentativa de ganhar capacidade de decisão autónoma, com base na história e exame realizados, discutindo algumas decisões terapêuticas; trabalhar em algumas capacidades comunicacionais, com doentes, família, e também com outros profissionais de saúde; e ainda, aliar o raciocínio médico à *expertise* comunicacional, nunca esquecendo que o doente é um ser bio-psico-social, com crenças, vontades e contextos, tanto cultural como social; por fim, também tinha como objetivo observar e estabelecer relação médico-doente, o alicerce da aliança terapêutica, que se não existe, de nada serve todo o conhecimento deste mundo.

Este relatório tem como objetivo descrever sucintamente as atividades realizadas e experiências vivenciadas durante os seis últimos estágios. É composto por três secções: a introdução; uma segunda, onde se encontra um resumo dos objetivos e descrição das atividades desenvolvidas durante os estágios; e por fim uma reflexão crítica, onde exploro o cumprimento dos objetivos traçados e uma avaliação geral do meu percurso pessoal ao longo dos anos de curso. Por fim, termino o relatório com anexos relativos a atividades extracurriculares que considerei relevantes.

## ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

### ESTÁGIO PARCELAR DE SAÚDE MENTAL

6 de Setembro - 1 de Outubro 2021

O estágio de Saúde Mental decorreu no Centro Comunitário de Massamá, pertencente ao serviço de Psiquiatria do Hospital Fernando da Fonseca (HFF), sob a tutela do Dr. Júlio Santos. Os principais objetivos neste estágio relacionaram-se com a aquisição da capacidade diagnóstico e intervenção clínica direcionada a doentes psiquiátricos, e a integração numa equipa multidisciplinar de tratamento destes, explorando aspectos organizacionais dos cuidados da saúde mental em Portugal. Durante o estágio participei em diversas atividades clínicas, como Consultas de Psiquiatria Comunitária (observei 49 no total), Sessões Clínicas, Sessões Formativas e Reuniões da Equipa Comunitária de Queluz. Além disso, ainda optei por me dirigir ao Serviço de Urgência do HFF, onde tive a oportunidade de acompanhar especialistas e



internos na gestão aguda de doentes psiquiátricos e entender os processos burocráticos subjacentes, por exemplo num internamento compulsivo.

## **ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR**

4 de Outubro - 29 de Outubro 2021

O estágio de Medicina Geral e Familiar (MGF) decorreu na USF São Martinho de Alcabideche, sob a tutela da Dr<sup>a</sup>. Ana Dantas. Os objetivos deste estágio incidiram na incorporação de dados psicossociais, culturais e familiares no seguimento de doentes; e na comunicação de temáticas médicas com a população, tendo em vista a aplicação de medidas preventivas. Procurei atingir estes objetivos através da realização de consultas em autonomia parcial, onde geri problemas comuns em MGF e adotei uma postura de promoção de gestos preventivos e terapêuticos. Além disso, acompanhei Consultas de Adultos, de Saúde Infanto-Juvenil, de Planeamento Familiar e de Doença Aguda. Autonomamente realizei exame objetivo completo e dirigido, colpocitologias e administração de vacinas. Por fim, tendo em vista um método de comunicação eficaz relacionada com gestos preventivos, elaborei um artigo publicado no Jornal “Notícias de Cascais” com o objetivo de alertar para o cancro da pele, especificamente de Melanoma, intitulado: “Acabou o verão... mas não se esqueça da sua pele!”.

## **ESTÁGIO PARCELAR DE PEDIATRIA**

1 de Novembro - 26 de Novembro 2021

O estágio de Pediatria decorreu no Hospital São Francisco Xavier, e foi coordenado pela Dr<sup>a</sup>. Madalena Sales Luís e Dr. Edmundo Santos. Os objetivos deste estágio focaram-se na consolidação de métodos de colheita de história clínica e na capacitação para a realização de um exame objetivo dirigido à faixa etária. Pessoalmente, defini objetivos, como o reconhecimento de variantes do exame objetivo normal; e o estabelecimento de uma comunicação eficaz com a família, transmitindo problemas e sugestões de resolução. Foi um estágio com grande oportunidade formativa, pois passei por diversas valências: a Unidade de Neonatologia (observei recém-nascidos internados, ecocardiogramas e ecografias transfontanelares), Consultas subespecializadas (de Endocrinologia e Nutrição, Pediatria Geral e Transmissão Vertical), a Unidade de Cuidados Especiais Pediátricos, o Berçário, Sessões Clínicas e Serviço de Urgência (onde acompanhei 38 doentes com uma vasta gama de patologias). Durante o estágio realizei autonomamente o exame objetivo completo a recém-nascidos, crianças e adolescentes. Além disso, ainda decidi dirigir-me ao Serviço de Cardiologia Pediátrica do Hospital de Santa Marta, uma vez que era uma potencial área do meu interesse com a qual não contactamos durante a nossa formação académica. Neste dia foi-me apresentado o serviço, observei reuniões multidisciplinares, e ainda um cateterismo realizado pelo Professor José Diogo Ferreira Martins, onde foi realizada uma instrumentalização complexa de um conduto de correção calcificado, num doente com 25 anos com transposição de grandes artérias.

Ao longo das semanas de estágio, ocorreram apresentações de casos clínicos observados relacionados com patologia comum e relevante, sendo que neste contexto apresentei um caso clínico sobre “Icterícia Neonatal Fisiológica”.

## ESTÁGIO PARCELAR DE GINECOLOGIA-OBSTETRÍCIA

29 de Novembro 2021 - 7 de Janeiro 2022

O estágio de Ginecologia-Obstetrícia decorreu no Hospital Beatriz Ângelo, sob a tutela da Dr<sup>a</sup> Rosário Botelho. Os objetivos principais focaram-se no reconhecimento de patologias comuns desta área, bem como no ganho de autonomia na realização e interpretação de manobras semiológicas e exames complementares. Pessoalmente, visava adquirir uma visão completa da saúde da mulher, assistindo a problemáticas durante as diferentes fases da vida, permitindo-me reconhecer patologia e adequar a gestão, quer médica ou cirúrgica. Durante o estágio passei por diferentes valências, como Consultas de diversa subespecialização (Oncologia Ginecológica, Ginecologia, Senologia, Uro-ginecologia e Obstetrícia), Exames (ecografias obstétricas, cálculo de risco combinado e amniocenteses), a Enfermaria (onde se realizaram cuidados a puérperas), Bloco Operatório (onde observei histerectomias eletivas) e Serviço de Urgência, onde acompanhei especialistas, internos e enfermeiros nos gabinetes de admissão, sala e bloco de partos, onde pude observar inúmeros partos, também distócicos, nos quais tive a oportunidade de participar. De forma autónoma, realizei exame ginecológico, colpocitologias, teste de Combur, e ainda ecografias obstétricas. Ainda participei em Sessões Clínicas do serviço, e no final do estágio apresentei em grupo um artigo do *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology* sobre a evidência do uso do sulfato de magnésio no risco de hemorragia pós-parto e atonia uterina.

## ESTÁGIO PARCELAR DE CIRURGIA GERAL

17 de Janeiro - 11 de Março 2022

O estágio de Cirurgia Geral decorreu no Hospital da Luz Lisboa sob a tutela da Dr<sup>a</sup>. Natacha Botelho Vieira. Os objetivos principais basearam-se na aquisição de uma postura proativa, procurando reconhecer grandes síndromes cirúrgicas e realizar exame objetivo dirigido; requisitar e avaliar exames complementares; bem como saber estar no bloco operatório, conhecer as técnicas de assepsia e integrar alguns atos cirúrgicos.

Durante o estágio tivemos acesso a duas formações: uma no *Luz Learning Health Center* e outra na biblioteca da NOVA Medical School - o ATLS de *Trauma Evaluation and Management* (TEAM). O curso TEAM, tem como objetivo a capacitação dos estudantes para execução sistemática do ABCDE e como abordar um politraumatizado. Passámos em bancas relacionadas com a abordagem da via aérea, trauma vértebra-medular, acessos intra-ósseos e venosos (periféricos e centrais). Já no *Luz Learning Health Center* simulámos a colocação de cateter venoso central com recurso a ecógrafo, praticámos a abordagem à via aérea e treinámos técnicas de sutura.

No Hospital da Luz pude acompanhar a minha tutora na sua prática clínica diária, entre Bloco Operatório, Pequena Cirurgia e Consultas de Cirurgia Geral e Cirurgia Bariátrica. Assisti e participei num total de 40 procedimentos cirúrgicos, relacionados sobretudo com patologia colorretal, biliar e herniária. Além disso, pude ainda treinar técnicas de sutura e manuseamento de instrumentação cirúrgica, quer em pequena cirurgia, como no bloco operatório. A proximidade com as técnicas cirúrgicas realizadas foi assim

observada em maior detalhe e sempre com uma explicação detalhada pelos cirurgiões presentes, facilitando a sua compreensão.

Durante as duas semanas de estágio opcional, optei por ficar na especialidade de Gastroenterologia, onde pude participar em Consultas de Proctologia e Gastroenterologia Geral; bem como observar procedimentos endoscópicos, como a endoscopia digestiva alta, colonoscopia, manometria esofágica, realização de esclerose hemorroidária e ecoendoscopia.

No final do estágio foi organizado um mini-congresso, onde pudemos observar a apresentação de vários casos clínicos descritos pelos colegas. No meu caso apresentei em grupo um caso de “Síndrome da Artéria Mesentérica Superior”, um caso observado durante o estágio.

## **ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA INTERNA**

14 de Março - 13 de Maio 2022

O estágio de Medicina Interna decorreu na Unidade de Insuficiência Cardíaca, inserida no serviço de Medicina III do Hospital de São Francisco Xavier, sob a tutela da Dr<sup>a</sup>. Inês Fornelos Araújo. Este estágio tinha alguns objetivos, que se focavam principalmente na capacitação dos estudantes, ganho autonomia e responsabilidade, tendo em vista a aquisição de uma habilitação autónoma de avaliação, diagnóstico e definição da abordagem e plano de tratamento, hierarquizando situações emergentes nos doentes observados.

Durante este estágio, a minha prática diária era dividida pelas valências da Clínica de Insuficiência Cardíaca deste hospital, que incluía: Consultas de Insuficiência Cardíaca, Hospital de Dia de Especialidades Médicas e Internamento. Aqui, os doentes são abordados em diferentes estadios da sua doença, a Insuficiência Cardíaca (IC), e também acompanhados no que respeita às suas co-morbilidades, sinais, sintomas e alterações em meios complementares de diagnóstico. Estas vertentes da Clínica articulam-se entre si, consoante os achados em consulta ou HDEM, sendo possível uma abordagem terapêutica, vigilância ou referenciação para internamento. Assim, estes doentes são sujeitos a decisões individualizadas e discutidas, incluindo sempre o contexto da sua pluri-patologia ativa e antecedentes pessoais, que se vão apresentando de forma dinâmica em diferentes momentos.

Durante este estágio, realizei várias consultas com autonomia total, discutindo sempre o plano de abordagem com especialistas. Realizei histórias clínicas, exame objetivo, pedido de meios complementares de diagnóstico, como gasimetrias, eletrocardiogramas e ecocardiogramas.

No SU contactei com diferentes patologias, o que me permitiu aplicar e consolidar conhecimentos teóricos e práticos. Este foi um local de aprendizagem que valorizei muito, no qual pude realizar o atendimento a doentes, pedir e realizar exames complementares de forma autónoma, discutindo no final o plano que havia traçado. Observei 54 doentes na área de doentes respiratórios, no balcão de medicina, na sala de reanimação e na sala de observação.

Além disso, ainda participei em diversas sessões clínicas (“Amiloidose Cardíaca”, “Long COVID”, “Fluidoterapia”, “Fibrilhação Auricular” e “Síndrome Hepato-Renal”) e em dois workshops (Equilíbrio Ácido-base e Decisões de fim de vida).

No final do estágio realizei uma apresentação em grupo para todo o serviço sobre a Hipertensão Arterial, aqui pudemos apresentar uma atualização das normas da Organização Mundial da Saúde e da Sociedade Internacional da Hipertensão sobre esse mesmo tema.

## UNIDADE CURRICULAR OPCIONAL DE TRAUMA

16 de Maio - 27 de Maio 2022

Este estágio teve a duração de duas semanas, e foi realizado no Hospital de São José sob a tutela do Professor Francisco d'Oliveira Martins. Aqui participei em atividades hospitalares com as quais nunca tinha contactado, e pelas quais sempre tive curiosidade e grande interesse, como é o caso da Medicina de Emergência. Pude andar numa VMER e ambulâncias, observando a abordagem a doentes críticos em ambiente pré-hospitalar; e em ambiente hospitalar na Sala de Trauma e Bloco Operatório. Além disso, também foi abordada a gestão do politraumatizado em diferentes especialidades, como a Cirurgia Maxilo-Facial, Unidade de Queimados, Neurocirurgia e Unidade Vértebro-Medular. Considero que foi uma experiência única, onde pude integrar os princípios ABCDE e aprender a abordar um politraumatizado, integrando uma visão específica de cada especialidade envolvida.

## REFLEXÃO CRÍTICA

Os Estágios Profissionalizantes têm o intuito de dotar o aluno, futuro médico, de crescente autonomia, sentido de responsabilidade e confiança, de modo a entrar na atividade profissional com algum armamento. Em suma, considero que estes me capacitaram neste passo final para a entrada no mundo profissional da Medicina. Uma vez que o ganho de autonomia foi crescendo, senti que isso me permitiu aperfeiçoar a colheita de história clínica, integrando-a com o exame clínico, aprofundando o raciocínio diagnóstico e terapêutico que fui desenvolvendo ao longo de todos os anos de curso.

Gostaria de realçar dois estágios particularmente significativos para mim, o de Medicina Interna e o de Saúde Mental. Relativamente ao de Medicina Interna, considerei-o crucial na minha formação, pois permitiu-me iniciar a aquisição de capacidades que considero necessárias num médico. Ao proceder a uma abordagem autónoma em doentes com pluri-patologia, explorei mais profundamente o pensamento diagnóstico e a adequação de prescrição terapêutica, bem como da sua referenciação a outras especialidades. Relativamente ao estágio de Saúde Mental, o primeiro do ano, e também o primeiro em que pude assistir a doentes que se encontravam em condições sócio-económicas degradantes. A equipa, na qual fui inserida encontrava-se num meio social empobrecido, muitas vezes com doentes em condições de habitação deploráveis e difícil empregabilidade. Daqui destaco a importância da inclusão da história social na história clínica do doente e da integração desta problemática nos problemas ativos do doente.

Detalhando alguns pormenores relativos aos estágios parcelares. Queria acrescentar que durante o estágio de **Saúde Mental**, contactei de forma próxima com doentes seguidos no Centro Comunitário, que se apresentavam muitas vezes com problemas graves de índole social, pelo que a inclusão de uma assistente

social nestes processos era fundamental. Considerei este estágio importante, uma vez que me permitiu entender como funcionam estes centros, os quais se regem baseados na multidisciplinaridade (com enfermeiros, terapeuta ocupacional, terapeuta de psicomotricidade e assistente social), bem como na articulação com associações comunitárias que permitem a inclusão, aumento da qualidade de vida, aquisição de competências e procura de um projeto de vida que faça sentido para cada doente (p.e. a associação “Recomeço”). Pude ainda interiorizar que este ainda é um setor depletado de recursos, pois um dos maiores problemas é a falta de disponibilidade para todos os doentes com esta necessidade, prevalecendo uma procura muito superior à oferta. Já no estágio de **Ginecologia-Obstetrícia** contactei com diferentes áreas, sendo que isso me permitiu adquirir uma visão mais holística da saúde da mulher, não só porque trata uma vasta faixa etária como os sintomas e problemas vão-se alterando consoante a fase da vida em que esta se encontra. Neste estágio tive a oportunidade de participar e desinfetar-me em diversas cirurgias, algo que sempre foi do meu interesse dada a minha apetência para áreas mais cirúrgicas. Durante o estágio de **Pediatria**, constatei que é uma área muito peculiar da Medicina, por tratar uma população muito particular e abordar patologias muito próprias, com algoritmos diferentes de monitorização e terapêutica. A observação e sensação clínica, bem como o estado geral dos doentes assumem os papéis principais. Este estágio permitiu que contactasse com patologias comuns desta área, aprimorasse a organização sistemática do exame objetivo perante as diferentes faixas etárias (e sobretudo do recém-nascido, onde sentia mais dificuldade), bem como aplicar a prescrição de medicamentos mais comuns e o reconhecimento de alguns sinais de alarme. Após o estágio de **Medicina Geral e Familiar**, entendi a importância do estabelecimento de uma relação médico-doente com bons alicerces. Aqui, compreendi que a proximidade dos médicos de família com a população onde se inserem é crucial, sendo que é necessário um bom armamento de capacidades comunicacionais e empáticas por parte do médico para poder capacitar a população para medidas preventivas na saúde. Ter estagiado no Hospital da Luz, na especialidade de **Cirurgia Geral** foi um privilégio. O Hospital da Luz é uma conhecida referência nacional de técnicas cirúrgicas modernas, como a cirurgia robótica e a cirurgia minimamente invasiva. A Cirurgia Geral é uma especialidade pela qual sempre tive interesse, sendo que durante o verão de 2021 fiz um estágio voluntário no Hospital Distrital de Évora nesta mesma especialidade (CEMEF). Aí, pude contactar com outras realidades: recursos diferentes, população com características e doenças prevalentes diferentes e condições hospitalares diferentes. Complemento ainda que durante o meu 3º ano realizei o estágio de Cirurgia Geral no hospital público de Santa Cruz, um hospital mais central com recursos também diferentes, onde se realizam cirurgias em regime de ambulatório, que abrange uma população, também, com diferentes condições sócio-económicas. Este “choque” de realidades permitiu-me refletir sobre esta especialidade, sobre a importância de conhecer a população que recorre aos cuidados de saúde onde trabalhamos, sobre como oferecer os melhores cuidados recomendados com os recursos que temos disponíveis. Por último, do estágio de **Medicina Interna**, queria apenas acrescentar que re-aprendi que devemos olhar o doente integralmente, abordando as suas fragilidades, necessidades emocionais e co-morbilidades, sempre com o objetivo final de proporcionar a maior qualidade de vida **possível!**

No final do ano, dei por mim a refletir sobre a natureza humana, a necessidade de humanidade que é totalmente indissociável da minha futura profissão e sobre a constatação de que serei sempre sujeita a acompanhar pessoas que morrem ou que vivem em situações e/ou contexto deploráveis. Ao recordar todos os estágios que tive e no final destes anos todos, considero que não somos expostos o suficiente ao tema da morte e às decisões de fim de vida, e que isso é algo que devia acontecer. A discussão devia estar sempre aberta entre todos os colegas e profissionais de saúde, e a partilha de experiências deve ser encorajada. Palpar um pulso sem pulso. Colocar a mão em frente a um nariz ou boca e não sentir qualquer ar. Não ver movimentos respiratórios. A visualização destes acontecimentos inerentes à morte têm impacto em qualquer um. Dei por mim também a questionar, quando é que decidimos que as manobras de ressuscitação são suficientes? Existem vários protocolos, é certo, mas nem sempre tudo isto ocorre de forma linear para um aluno. Vai depender de quem temos à frente, e do que aconteceu para aquela pessoa entrar na sala de reanimação e ficar sob o nosso cuidado.

Além disto, ao ter tido contacto com realidades tão difíceis entendi o porquê de os fatores sociais e culturais representarem muitas vezes fatores de alto risco para o estabelecimento de perturbações psiquiátricas, bem como para a falta de saúde no seu geral. Entendi também que estes problemas sociais são os que requerem maior investimento do Estado e deviam adquirir maior relevância a nível hospitalar.

Gostaria de deixar algumas palavras relativamente às atividades extracurriculares que fui integrando. Fiz parte da Comissão Organizadora da Edição 13.0 da iMed Conference, aqui foi onde pude assumir funções de Coordenadora dos Workshops dessa edição. Foi um desafio interessante, no qual pude experienciar a organização de um evento que tem como alicerces despoletar a curiosidade estudantil, dar a conhecer conhecimentos recentes e inovações no mundo científico; bem como permitir experienciar cenários e realizar técnicas que não surgem durante o curso de Medicina. Durante a organização desenvolvi capacidades logísticas e comunicacionais, uma vez que tinha que organizar vinte e três workshops, falar com os seus responsáveis, arranjar material e locais para que pudessem ocorrer. Sinto que aprendi muito nesta experiência, na qual tive grande um grande gosto em participar. A iMed Conference também tem uma componente social, pelo que durante a organização da mesma pudemos participar em atividades de voluntariado na Comunidade Vida e Paz.

A Oncologia sempre foi uma área pela qual sempre tive grande interesse, estando sempre em constante evolução e atualização, pelo que decidi auto-propor-me para um estágio no Instituto Português de Oncologia (IPO) do Porto. Esta instituição está entre o top 10 dos maiores Centros de Oncologia na Europa e é um dos centros de investigação clínica mais desenvolvido em Portugal, trabalhando em várias áreas, como a: genética oncológica, biologia e epigenética do cancro, oncologia molecular, patologia viral, patologia experimental e terapêutica, física médica e radiobiologia. Durante quinze dias acompanhei o Dr. José Dinis, especialista em Oncologia Médica, responsável pela Unidade de Investigação Científica no IPO do Porto e Diretor do Programa Nacional de Doenças Oncológicas; e também o Dr. Júlio Oliveira, investigador e coordenador dos estudos de fase precoce e oncologista também nesta instituição. A Unidade de Investigação Clínica no IPO do Porto é uma das áreas prioritárias, e é responsável por incluir vários doentes

em ensaios clínicos inovadores. Pude acompanhar o processo subjacente a uma área recente e revolucionária dessa unidade, a de estudos de fase precoce. Estes estudos visam oferecer novos medicamentos pensados e desenvolvidos para atuarem sob certos mecanismos biológicos importantes para o desenvolvimento de células neoplásicas. Aqui, os doentes podem beneficiar desses medicamentos numa fase mais inicial do seu desenvolvimento, quando já não há espaço para tratamentos convencionais. A seleção dos tratamentos têm como base as características biológicas dos tumores, sendo que aqui se aplica uma medicina personalizada, de precisão através da sequenciação genómica dos mesmos. Além disso, constatei que para que estas unidades existam e subsistam é fulcral o apoio de várias áreas profissionais que permitam responder às exigências logísticas, operacionais e regulamentares inerentes. Neste estágio, ainda participei em consultas direccionadas a diferentes tipos de cancro, como: sarcomas e tumores de cabeça e pescoço, com o Dr. José Dinis, e tumores endócrinos com o Dr. Júlio Oliveira. Muitos dos tumores endócrinos com os quais tive oportunidade de contactar eram raros, pelo que considero ter tido uma excelente oportunidade ao poder contactar com os mesmos (p.e. tumores neuroendócrinos na mama, da supra-renal e ganglionares). Ainda participei em reuniões multidisciplinares de cancro do pulmão e reuniões de atualização de resultados de ensaios da American Society of Clinical Oncology (ASCO).

Existem muitas iniciativas organizadas por estudantes de Medicina, e penso que sejam uma mais valia para todos. Neste contexto, gostaria de acrescentar que realizei dois estágios curtos de Verão (CEMEFS), os quais considero que foram uma mais-valia por me terem permitido contactar com especialidades que eram do meu interesse (Cardiologia e Cirurgia Geral), e por poder realizá-lo num hospital à escolha, no meu caso escolhi um periférico.

Por fim, gostaria de relembrar a frase icónica: “um médico que só sabe medicina, nem medicina sabe” de Abel Salazar. Durante o curso decidi explorar o meu gosto pelas artes, e decidi tirar um curso de Iniciação à Aguarela da Nextart, um Centro de Formação Artística da Faculdade de Belas Artes de Lisboa. No final do curso pude expôr uma das obras na exposição virtual que ocorreu. É uma área pela qual mantenho interesse e pretendo praticar durante o resto da minha vida.

Termino, acrescentando que me sinto entusiasmada para com o futuro que aí vem. Gostaria de deixar um agradecimento a todos os que me apoiaram e possibilitaram que concluísse o curso com sentimento de missão cumprida. Sinto que sigo caminho com ferramentas necessárias para iniciar a atividade profissional, mas sei que haverá sempre espaço para melhorias. Concluo, dizendo que aceito o desafio de permanecer em constante atualização, e sigo numa missão de aprendizagem e de respeito pela dignidade humana.



# ANEXOS

## Anexo 1 | Cronograma das Atividades Desenvolvidas

| Estágio                   | Período                 | Local                                                             | Tutor(a)                                                    |
|---------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| Saúde Mental              | 6/09 a 01/10/2021       | Centro Comunitário de Massamá                                     | Dr. Júlio Santos                                            |
| Medicina Geral e Familiar | 04/10 a 29/10/2021      | USF São Martinho de Alcabideche                                   | Dr <sup>a</sup> . Ana Dantas                                |
| Pediatria                 | 01/11 a 26/11/2021      | Hospital São Francisco Xavier                                     | Dr <sup>a</sup> . Madalena Sales Luís<br>Dr. Edmundo Santos |
| Ginecologia-Obstetrícia   | 29/11/2021 a 07/01/2022 | Hospital Beatriz Ângelo                                           | Dr <sup>a</sup> . Rosário Botelho                           |
| Cirurgia Geral            | 17/01 a 11/03/2022      | Hospital da Luz Lisboa                                            | Dr <sup>a</sup> . Natacha Botelho Vieira                    |
| Medicina Interna          | 14/03 a 13/05/2022      | Unidade de Insuficiência Cardíaca - Hospital São Francisco Xavier | Dr <sup>a</sup> . Inês Fornelos Araújo                      |

## Anexo 2 | Apresentações e trabalhos realizados

| Estágio                   | Tema                                                                                                                                                                         | Autores                                                                     |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Medicina Geral e Familiar | Apresentação de caso clínico                                                                                                                                                 | Margarida Matias                                                            |
|                           | Folheto publicado no Jornal Mensal do Concelho de Cascais "Notícias de Cascais" - Conversas de Saúde "Acabou o verão...mas não se esqueça da sua                             | Margarida Matias<br>Dr <sup>a</sup> . Ana Dantas                            |
| Pediatria                 | Seminário: Caso clínico de Icterícia Neonatal Fisiológica                                                                                                                    | Margarida Matias                                                            |
| Ginecologia-Obstetrícia   | Sessão clínica para o serviço: Revisão de artigo científico da área de Ginecologia: "Magnesium sulfate and risk of postpartum uterine atony and hemorrhage: a meta-analysis" | Filipe Rodrigues, Márcia Presume,<br><u>Margarida Matias</u>                |
| Cirurgia Geral            | Seminário: Caso clínico de Síndrome da Artéria Mesentérica Superior                                                                                                          | <u>Margarida Matias</u> , Mariana Paublíni,<br>Marisa Anselmo, Miriam Homem |
| Medicina Interna          | Sessão clínica para o serviço: "Relembrar a Hipertensão" - revisão normas OMS e SIH                                                                                          | João Manso, <u>Margarida Matias</u> ,<br>Marisa Anselmo                     |

**Anexo 3 | Curtos Estágios Médicos em Férias - CEMEF (2019/2020)**

anem

**Certificado****Estágios Nacionais**Emitido por:

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

Identificação:

Margarida Urpina Portugal Cabrita Matias

14014307

Atividade certificada:**CEMEFs - Curtos Estágios Médicos em Férias**

Os CEMEFs são estágios organizados pela ANEM e realizados em unidades de Saúde de todo o país, que pretendem proporcionar aos estudantes a possibilidade de um estágio que venha contribuir para a sua formação prática enquanto futuros médicos. Os estágios têm a duração de 10 dias úteis.

Data de emissão:

27 de setembro de 2020

Realizou o seu estágio no serviço

Cardiologia

na instituição

Hospital do Espírito Santo de Évora, E.P.E.

entre

10 a 21 de agosto de 2020

integrado nos Estágios Nacionais em Férias organizados pela ANEM.

Mar Mateus da Costa

**Mar Mateus da Costa**

Presidente

Marta Reis Santos

**Marta Reis Santos**

Diretora de Estágios e Parcerias


 associação  
 nacional  
 de estudantes  
 de medicina

 NEMUM (BRAGA)  
 NEM/AAC (COIMBRA)

 AEFMUP (PORTO)  
 AEFML (LISBOA)

 AEICBAS (PORTO)  
 AEFM (LISBOA)

 MEDUBI (COVILHÃ)  
 NEMED-AAUALG (ALGARVE)

**Anexo 4 | Curtos Estágios Médicos em Férias - CEMEF (2020/2021)**

anem

## Certificado

### Estágios Nacionais

Emitido por:

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

Identificação:

Margarida Urpina Portugal Cabrita Matias

14014307

Atividade certificada:**CEMEF - Curtos Estágios Médicos em Férias**

Os CEMEF são estágios organizados pela ANEM e realizados em unidades de Saúde de todo o país, que pretendem proporcionar aos estudantes a possibilidade de um estágio que venha contribuir para a sua formação prática enquanto futuros médicos. Os estágios têm a duração de 10 dias úteis.

Data de emissão:

5 de outubro de 2021

Realizou o seu estágio no serviço

Cirurgia geral

na instituição

Hospital do Espírito Santo de Évora, E.P.E.

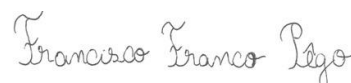
entre

9 e 20 de agosto de 2021

integrado nos Estágios Nacionais em Férias organizados pela ANEM.



**Catarina Dourado**  
Presidente



**Francisco Franco Pêgo**  
Diretor de Estágios e Parcerias



associação  
nacional  
de estudantes  
de medicina

NEMUM (BRAGA)  
NEM/AAC (COIMBRA)

AEFMUP (PORTO)  
AEFML (LISBOA)

AEICBAS (PORTO)  
AEFCM (LISBOA)

MEDUBI (COVILHÃ)  
NEMED-AAUALG (ALGARVE)

**Anexo 5** | Declaração de Estágio Voluntário de Investigação Clínica no IPO Porto

## DECLARAÇÃO

Para os devidos efeitos declara-se que, **Margarida Urpina Portugal Cabrita Matias**, com o n. de identificação 14014307, realizou um estágio no(a) INVESTIGACAO CLINICA do Instituto Português de Oncologia do Porto Francisco Gentil, E.P.E., entre o período de 2021-07-12 e 2021-07-23 com a duração de 47.00 horas.

Escola Portuguesa de Oncologia do Porto



Declaração nº 53424/2022



**SNS** SERVIÇO NACIONAL  
DE SAÚDE



RUA DR. ANTÓNIO BERNARDINO DE ALMEIDA  
4200-072 PORTO - PORTUGAL

T. (+351) 22 508 40 00  
F. (+351) 22 508 40 01

WEB: [www.ipoportor.pt](http://www.ipoportor.pt)  
E-MAIL: [diripo@ipopor.pt](mailto:diripo@ipopor.pt)

Capital Social: 52.000.000,00 € Registado na Conservatória do Registo Comercial do Porto com o N.º 57884 - NIPC 506 362 299

**Anexo 6** | Certificado de integração no Comité de Organização como Coordenadora dos Workshops da edição 13.0 da iMed Conference





## Anexo 7 | Folheto publicado no Jornal Mensal do Concelho de Cascais "Notícias de Cascais" - Conversas de Saúde "Acabou o verão...mas não se esqueça da sua pele!"

**Conversas de Saúde**

### Acabou o verão...mas não se esqueça da sua pele!

O verão acabou, mas convém lembrar que o nosso maior órgão - a pele, continua a precisar dos nossos cuidados!



Muitas pessoas têm sinais por toda a pele, que podem ter vários tons, formas e tamanhos. Convém alertar que alguns têm maior risco de se tornarem malignos (câncer). O melanoma é o tipo de cancro de pele mais mortal. O diagnóstico precoce aumenta a probabilidade de cura, sendo por isto crucial vigiar os sinais, e se for necessário encaminhar para Dermatologia.

Sinais de alarme na vigilância que devem motivar consulta médica:

- Formas diferentes dentro do mesmo sinal;
- Bordos irregulares;
- Cores diferentes dentro do mesmo sinal;
- Tamanho maior do que 6mm;
- Superfície irregular, com elevações ou depressões.

Também se aplica a "regra do patinho feio" para identificar os sinais potencialmente perigosos. Isto é, quando existe um

sinal muito diferente de todos os outros à sua volta, isso deve alertar-nos para que deva ser vigiado!

Fatores de risco de melanoma:

- Pele clara, especialmente com sardas
- Mais do que 50 sinais
- Historial pessoal ou familiar de cancro de pele
- Exposição solar intensa, intermitente com escaldões frequentes
- Sinais com características atípicas

Como se pode proteger? Deve usar proteção para o sol na praia, durante jardinagem ou na horta, recorrendo a protetor solar FPS 30 ou 50, chapéu e roupa. Estas proteções são sobretudo importantes nas crianças, para que o seu risco não aumente ao longo da vida.

\* Margarida Matias  
Aluna de 6º ano de Medicina  
da Nova Medical School  
Drª Ana Dantas  
Médica de Família da USF  
São Martinho de Alcáideche

**notícias de Cascais**

• 11

**Apoio Domiciliário a Idosos e Doentes**

**Serviços complementares**  
Médico; Fisioterapia; Enfermagem  
Psicóloga  
Cabeleireiro  
Animadora Sociocultural

**Serviços 24**  
Higiene Pessoal  
Higiene Habitacional  
Tratamento de Roupas  
Confeção de Alimentos

*Desaja a todos os seus  
entes, familiares  
& amigos um  
Bom Natal e um  
Feliz Ano Novo.*

Rua Alto do Concelho, nº 37b - 1070-048 Lisboa (Campolide)  
211 306 259 - 960 334 843 - 917 429 969  
www.anjosdolar.net | anjosdolar.lda@gmail.com | info.anjosdolar@gmail.com

COMIDA PORTUGUESA | PETISCOS | TAPAS

## 2CHILL

RESTAURANT & WINE BAR

Boas Festas!!

Aberto das 12h às 23h

**RESERVAS:**  
**913 696 810**

2chillrestaurant@gmail.com  
Rua Melvin Jones, 174-A  
Jardim do Buzano - 2785-717 Cascais

Boas Festas!

## SR Limpezas

Susana e Ricardo

Todo o tipo de limpezas  
Alojamento local

933 145 991 | susana-iris@hotmail.com

COVID-19

### Cascais com novo centro de vacinação

Desde o dia 1 de dezembro que Cascais conta com um novo centro de vacinação no concelho, localizado no Centro de Congressos do Estoril.

A notícia foi avançada por Carlos Carreiras, durante a recente visita do Coronel Penha-Gonçalves, coordenador do plano de vacinação, e Graça Freitas, Diretora-Geral da Saúde, ao Centro de Vacinação de São Domingos de Rana.

"Nós vamos intensificar o processo, agora estamos a vacinar também aos fins de semana e vamos aumentar em termos de infraestruturas a capacidade vacinal, como é o caso de Cascais. Estamos a mapear no País onde é necessário que se

reforce a vacinação", referiu o Coronel Penha-Gonçalves, acrescentando a importância do auto agendamento, através do portal da Saúde, para que a organização se torne mais eficaz.

Ainda nesta visita Penha-Gonçalves e Graça Freitas mostraram-se satisfeitos pelo trabalho desenvolvido por Cascais neste processo e pela afluência de cidadãos que se deslocam ao Centro para a toma da 3.ª dose da vacina.

De recordar que o concelho tem tido um grande papel no combate à pandemia com as máscaras e testes antígeno gratuitos para todos os municípios.

\* Nuno Rilhas

**FICHA TÉCNICA**

Diretora: Graça Triciana  
Redação/Colaboradores: Bruno Taveira, João Pereira e Nuno Rilhas.  
Produção publicitária: Carla Serra.  
Paginação: Nuno Rilhas  
Departamento Publicidade: Cristina Abade, Marília Marques e Marina Costa.  
Periodicidade: Mensal. Tiragem média: 35000  
Site: www.noticias-cascais.pt  
Estatuto Editorial: www.facebook.com/noticias-de-cascais

Editor: Mérito da Palavra, Lda.  
NIF: 510015603  
Registo da ERIC: 126470 INPI: 524605  
Depósito Legal: 372254/14  
Sede: Av. dos Bombeiros Voluntários, Nº 19, Loja 1  
2725-592 Mem-Martins  
Redação: Rua Dr. Sousa Martins, Nº 19 A  
2725 - 461 Mem Martins

**Contactos**  
Telefone : 21 920 22 40  
Notícias/Eventos: redacao.mpalavra@gmail.com  
Maquetes/Imagem: design.mpalavra@gmail.com  
Publicidade: comercial.mpalavra@gmail.com  
Faturação: contabilidade.mpalavra@gmail.com  
Impressão: Gráfica Funchelense  
Moreira - 2715 Pêro Pinheiro

facebook.com/Noticias-de-Cascais  
www.noticias-cascais.pt

INTERDITA A REPRODUÇÃO DE TEXTOS, IMAGENS E ANÚNCIOS DE PUBLICIDADE SEM DEVIDO CONSENTIMENTO DO NOTÍCIAS DE CASCAIS

Mérito da Palavra

**Anexo 8** | Workshop “Vamos falar sobre Prevenção do Suicídio”**Vamos falar sobre Prevenção do Suicídio**— *Certificado de Participação***EMITIDO POR:**

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

**NOME**

Margarida Urpina Portugal Cabrita Matias

**DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO**

14014307

**CÓDIGO DE CERTIFICADO**

C-6141a331c946b

**Evento****Vamos falar sobre Prevenção do Suicídio**

16-09-2021 18:00 → 16-09-2021 18:30 - Duração: 0:30 horas

A ARIS da Planície, o Fumaça, a Associação Portuguesa de Internos de Psiquiatria e a Sociedade Portuguesa de Suicidologia, com o apoio do Programa Nacional para a Saúde Mental da Direção-Geral da Saúde, promovem a sessão de capacitação “Vamos falar sobre prevenção do suicídio”, ao longo do mês de setembro.

Apoiada nos recursos da Campanha Nacional de Prevenção do Suicídio ([www.prevenirsuicidio.pt](http://www.prevenirsuicidio.pt)), em particular no Manual de Prevenção do Suicídio para Profissionais de Saúde, esta ação pretende capacitar futuros profissionais de saúde para comunicarem de forma eficiente questões de saúde mental, na luta contra o estigma, no aumento da literacia e na prevenção do suicídio.

**Anexo 9** | Formação "Medicina em cenário de guerra"**Medicina em Cenário de Guerra**

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Margarida Urpina Portugal Cabrita Matias

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14014307

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-605d146927c7b

**Evento****Medicina em Cenário de Guerra**

01-04-2021 18:30 → 01-04-2021 20:00 - Duração: 1 horas

É já na próxima quinta-feira, dia 1 de Abril, que se realiza mais uma formação do MarcaMundos com a temática **Medicina em Cenário de Guerra** pelo **Dr. Carlos Ferreira**, especialista em Cirurgia Geral que participou em missões pela Cruz Vermelha.

Nesta formação vamos abordar a sua vivência pessoal como médico de missões humanitárias, bem como os requisitos teóricos, práticos e humanos para esses mesmos contextos.



**Anexo 10** | Workshop “Emergências Médicas Hospitalares”**Emergências Hospitalares Médicas***— Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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



NOME

Margarida Urpina Portugal Cabrita Matias

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14014307

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6165e94da1422

**Evento****Emergências Hospitalares Médicas**

14-10-2021 18:30 → 14-10-2021 20:00 - Duração: 1:30 horas

Gostas de imenso trauma? Mal podes esperar por passar noites inteiras no SU? Se és aluno do 3º-6º ano, esta palestra é para ti!

Convidamos o Professor Doutor Oliveira Martins para nos apresentar casos clínicos sobre as emergências médicas mais frequentes com as quais te podes deparar no estágio!

**Anexo 11** | Certificado de participação no Dia Mundial do Cancro do Pâncreas**Dia Mundial do Cancro do Pâncreas***— Certificado de Participação***EMITIDO POR:**

Hospital da Luz Learning Health  
Avenida Lusíada 100 Edifício C, Piso -1  
1500-650 Lisboa

**NOME**

Margarida Urpina Portugal Cabrita Matias

**DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO**

14014307

**CÓDIGO DE CERTIFICADO**

C-61840a5ba79c7

**Evento****Dia Mundial do Cancro do Pâncreas**

18-11-2021 14:00 → 18-11-2021 18:00 - Duração: 4 horas

O dia 18 de novembro é o Dia Mundial do Cancro do Pâncreas.

A incidência desta neoplasia está a aumentar nas últimas décadas e prevê-se que em 2030 seja uma das principais causas de morte por Cancro no Mundo Ocidental. Este aumento de incidência prende-se com fatores de risco muito prevalentes nas sociedades modernas como sejam o excesso de peso, a diabetes, o tabagismo e o abuso de álcool, entre outros.

## Anexo 12 | Certificados de participação nas edições 11.0 e 12.0 da iMed Conference



### iMed Conference® 11.0 Lisbon 2019

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Margarida Urpina Portugal Cabrita Matias

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14014307

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5cdc6fe946ac8

Evento

**iMed Conference® 11.0 Lisbon 2019**

16-10-2019 13:30 → 20-10-2019 14:00

The iMed Conference® 11.0 | Lisbon 2019 will take place between the 16th and 20th of October at Teatro Camões and NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas.  
Prepare for groundbreaking lectures, practical workshops, challenging competitions and an immersive social programme.

aeefcm.up.events  
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico



### 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

Margarida Urpina Portugal Cabrita Matias

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14014307

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5f158553cc669

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.

aeefcm.up.events  
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

## Anexo 13 | Certificado de Formação Profissional de Aquarela Iniciação creditado pela Nextart (Faculdade Belas Artes de Lisboa)



formação artística

### Certificado de Formação Profissional

Certifica-se que Margarida Urpina Portugal Cabrita Matias natural de Lisboa nascida em 05/05/1992, com o N.º de Identificação Civil 14014307 válido até 22/05/2022, concluiu com aproveitamento o curso de Formação Profissional de Aquarela Iniciação (fim de semana) 28h, em 14/02/2021, com a duração de 28:00 horas.

| Unidades de Formação/Módulos/Outras Designações | Horas<br>(hh:mm) | Classificação<br>0..5 |
|-------------------------------------------------|------------------|-----------------------|
| Materiais, Procedimentos e Técnicas             | 7:00             | 4                     |
| Representação de Formas / Natureza-Morta        | 7:00             | 5                     |
| Teoria e Prática da Cor                         | 7:00             | 5                     |
| A Paisagem                                      | 7:00             | 4                     |
| Nota Final                                      |                  | 5                     |

Lisboa, 13 de abril de 2021

O(A) Responsável pelo(a) Nextart Centro de Formação Artística

(Assinatura e selo branco ou carimbo)

 **NEXTART**  
CENTRO FORMAÇÃO ARTÍSTICA, LDA  
NIPC: 508 169 518  
RUA DA VITÓRIA, 73 2º  
1100-618 LISBOA

Certificado n.º 44/2021 de acordo com o modelo publicado na Portaria n.º 474/2010