

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

**6º ANO DO
MESTRADO
INTEGRADO
EM MEDICINA**



**Cláudia Santos
Gomes de Araújo |
A2017260**

**Regente: Professor Doutor Rui Maio
Orientadora: Professora Doutora
Catarina Salvado**

ANO LETIVO 2022/2023

AGRADECIMENTOS

À minha família, que é o meu maior apoio. Aos meus pais, que me proporcionaram a melhor educação possível e que lutaram por este meu sonho tanto como eu. Aos meus avós, os meus “segundos pais”, que acreditam sempre em mim e me dão forças para seguir os meus sonhos e ambições. À minha irmã, que está sempre do meu lado e me lembra das minhas melhores virtudes e qualidades nos momentos em que mais preciso.

A todos os meus amigos, aqueles que vêm desde o início e aqueles que se uniram ao longo destes 6 anos. Por todos os ensinamentos, todas as memórias e todos os momentos inesquecíveis.

Ao Harry, que embarcou nesta viagem quase no fim mas que foi um pilar essencial para que eu pudesse chegar ao meu destino.

Ao *Beatle*, o meu eterno “cãopanheiro” que me acompanhou desde o início deste percurso mas que, infelizmente, não está aqui para ver a sua conclusão.

A todos os meus tutores e professores ao longo destes seis anos que, de alguma forma ou de outra, marcaram o meu percurso académico, profissional e pessoal.

À Cláudia de 18 anos, que não desistiu e perseguiu o seu sonho de estudar Medicina.

Obrigada.

GLOSSÁRIO

ATLS - *Advanced Trauma Life Support*

CG - Cirurgia Geral

CST - Cesariana Segmentar Transperitoneal

DM - Diabetes Mellitus

EO - Exame Objetivo

GI - Gastrointestinal

GO - Ginecologia-Obstetrícia

HC - História clínica

HFF - Hospital Fernando da Fonseca

HSFX - Hospital São Francisco Xavier

HTA - Hipertensão arterial

ITP - Indução trabalho de parto

MCDs - Meios complementares de diagnóstico

MF - Médico de Família

MGF - Medicina Geral e Familiar

MI - Medicina Interna

PNA - Prova Nacional de Acesso

PNV - Plano Nacional de Vacinação

SU - Serviço de Urgência

TEAM - *Trauma Evaluation and Management*

UC - Unidade Curricular

UCI - Unidade de Cuidados Intensivos

UCIP - Unidade de Cuidados Intensivos Pediátricos

USF - Unidade de Saúde Familiar

VSR - Vírus sincicial respiratório

ÍNDICE

I. INTRODUÇÃO.....	5
II. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS.....	6
Cirurgia Geral - Hospital Beatriz Ângelo (5/setembro/2022 - 28/outubro/2022).....	6
Medicina Interna - Hospital São Francisco Xavier (31/outubro/2022 - 6/janeiro/2023).....	6
Saúde Mental - Hospital Fernando da Fonseca (16/janeiro/2023 - 10/fevereiro/2023).....	7
MGF - USF Alma Mater (13/fevereiro/2023 - 10/março/2023).....	7
Pediatría - Hospital Dona Estefânia (13/março/2023 - 14/abril/2023).....	8
Ginecologia-Obstetrícia - Hospital Fernando da Fonseca (17/abril/2023 - 12/maio/2023).....	9
III. ELEMENTOS VALORATIVOS.....	10
IV. REFLEXÃO CRÍTICA GLOBAL.....	11
V. ANEXOS.....	13
Anexo A. Cronograma do Ano Letivo 2022-2023.....	13
Anexo B. Casuística dos estágios.....	14
Anexo C. Componente teórica (sessões teóricas, workshops e seminários).....	21
Anexo D. Trabalhos realizados durante os estágios.....	23
Anexo E. Certificados.....	24

I. INTRODUÇÃO

Ao iniciar o meu sexto e último ano do Mestrado Integrado em Medicina, estabeleci uma série de objetivos pessoais para cumprir ao longo destes 10 meses:

Em primeiro lugar, assegurar uma **base teórica sólida**. Este ano, os conceitos teóricos surgem como conceitos previamente adquiridos. O objetivo é fazer uma revisão dos mesmos, sedimentando aqueles que são mais importantes e com os quais mais frequentemente nos deparamos na prática clínica.

Em segundo lugar, continuar a melhorar a minha **capacidade de comunicação e de empatia** com o doente. A medicina é uma área que gira em torno do ser humano, em que uma boa relação médico-doente desempenha um papel fundamental no sucesso da mesma. Uma comunicação eficaz e a capacidade de nos conectarmos com o doente que temos à nossa frente é essencial para a construção desta relação e para a criação de um ambiente de confiança e respeito.

Além da relação médico-doente, é também imprescindível uma boa relação entre os membros de uma equipa médica. Desde o início deste percurso que ouço dizer que “Medicina não se faz sozinho”, e ao longo dos anos fui verificando a veracidade de tal afirmação. Uma boa medicina exige articulação e cooperação entre todos os profissionais de saúde. Assim, o meu terceiro objetivo passou pelo **desenvolvimento da capacidade de trabalho em equipa**, tanto a nível da realização de trabalhos em grupo com colegas da faculdade ou a nível da minha integração e participação ativa nas diferentes equipas médicas dos hospitais em que estagiei.

Finalmente, mas não menos importante, um dos meus objetivos passou por **continuar a explorar e a dedicar tempo a outras áreas** que despertam o meu interesse, principalmente na vertente cultural, de forma a garantir que sou uma médica o mais completa possível e que as minhas áreas de conhecimento e interesse abrangem muito mais do que apenas a Medicina.

Este relatório visa ser uma reflexão sobre os estágios que realizei e outras experiências que tive ao longo deste sexto ano, resumindo os objetivos propostos e descrevendo as atividades desenvolvidas em cada um. Mas este sexto ano é apenas o culminar da viagem extraordinária que foi o curso de Medicina, pelo que este relatório será também uma reflexão sobre todo esse percurso, traçando uma linha entre a Cláudia de 19 anos, a aluna entusiasmada e assustada que pisou a escadaria da Nova Medical School pela primeira vez, e a Cláudia de 25 anos, a “quase-médica”, grata, orgulhosa, realizada e nostálgica que pisa a mesma escadaria pela última vez.

II. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

Cirurgia Geral - Hospital Beatriz Ângelo (5/setembro/2022 - 28/outubro/2022)

Fiz o estágio de CG orientada pela Dra Sílvia Silva, especialista na área de Patologia da Mama. O cancro da mama é um dos cancros mais prevalentes no mundo, o que torna quase inevitável que nos cruzemos com esta patologia ao longo da nossa carreira. A grande mais-valia deste estágio foi o contacto abundante com esta área, tendo revisto e aprendido novos conceitos e observado em primeira mão a gestão destes doentes, desde a 1ª consulta e do diagnóstico até às hipóteses de tratamento e ao seu seguimento. Destaco ainda o facto da Dra. Sílvia trabalhar muito com a Cirurgia Oncoplástica, área que desconhecia e sobre a qual foi muito interessante aprender mais.

Considero que os objetivos descritos na ficha da UC foram alcançados: por um lado, temos as **competências clínicas**. A tutora garantiu que entendíamos sempre o caso que tínhamos à frente, explicando a patologia e o raciocínio clínico por detrás. Tive a oportunidade de participar ativamente na consulta, fazendo perguntas para completar a HC e realizando o EO. No bloco operatório, pude participar como ajudante, o que me ajudou a rever a técnica de assepsia e as regras de comportamento que este ambiente exige; por outro lado, temos as **competências de formação social**, mais focadas na vertente humana da Medicina, nomeadamente em conceitos como empatia, respeito, ética e trabalho em grupo. Talvez potenciado pelo facto de ter estagiado numa área sensível, estes conceitos estiveram sistematicamente presentes no meu dia-a-dia.

Durante este período tive ainda a oportunidade de frequentar a UCI, como estágio opcional. Foram duas semanas em que ganhei uma grande sensação de autonomia, tendo várias tarefas assignadas todos os dias (como colher histórias clínicas, realizar EO e redigir diários clínicos). Também assisti a vários procedimentos com os quais ainda não tinha tido contacto, nomeadamente toracocenteses, punções lombares e colocação de cateteres centrais e periféricos.

Medicina Interna - Hospital São Francisco Xavier (31/outubro/2022 - 6/janeiro/2023)

No estágio de MI integrei a equipa médica do Dr. Sérgio Brito. Olhando para a ficha da UC e para os objetivos nela descritos, estes descrevem as competências que um médico recém-formado deve saber desempenhar, sabendo aplicar na prática os conhecimentos teóricos previamente aprendidos. Olhando em retrospectiva, posso afirmar que estes objetivos foram cumpridos. Este foi um estágio em que fui integrada numa equipa médica e na qual fui progressivamente ganhando autonomia. O estágio decorreu praticamente todo na enfermaria, onde todos os dias era responsável por um ou dois doentes, o que implicava a realização da anamnese e EO, a redação de diários clínicos, a interpretação e requisição de MCDs, ponderar a alteração da terapêutica e a elaboração de notas de entrada/transferência/alta. Durante este estágio pus também em prática a vertente do trabalho em

equipa todos os dias, quando discutíamos os doentes ao final da manhã, quando assistia às reuniões do serviço ou quando trocava ideias com a equipa de enfermagem. Outro objetivo que considerava importante neste estágio era trabalhar na minha abordagem empática com os doentes e com os seus familiares. Por ser responsável por um ou dois doentes todos os dias, esta habilidade era posta à prova diariamente, quando conversava com os doentes durante a manhã e quando prestava informações aos seus familiares no final do dia. Outro destaque deste estágio foi a frequência semanal do SU. Aqui tive a oportunidade de assistir a múltiplas consultas de admissão, nas quais aprendi a abordar os doentes em contexto de urgência e consolidei conhecimentos sobre variadas patologias, aprendi a gerir o meu tempo de forma eficaz e pus em prática procedimentos como realização de EO dirigido às queixas do doente ou a colheita de gasimetrias.

Saúde Mental - Hospital Fernando da Fonseca (16/janeiro/2023 - 10/fevereiro/2023)

O estágio decorreu sob orientação da Dra Patrícia Gonçalves e do Dr Júlio Santos. Como futura médica, considero essencial que faça parte das minhas competências o saber identificar e abordar as patologias psiquiátricas, tanto individualmente como também o impacto que estas têm em muitas outras áreas da saúde e do bem-estar de um indivíduo. Por ter sido o meu primeiro contacto prático com a especialidade de Psiquiatria, e tendo em conta o descrito na ficha da UC, estabeleci como objetivos: a revisão das perturbações psiquiátricas mais frequentes, a identificação dos seus sinais e sintomas, as opções terapêuticas disponíveis em cada uma; e aprender as estratégias de comunicação adaptadas ao doente psiquiátrico. Um grande ponto positivo deste estágio foi o ter permitido o contacto com duas vertentes desta especialidade. Por um lado, com o **internamento**, onde observei indivíduos com perturbações psiquiátricas em fase aguda, onde acompanhei a Dra. Patricia na realização de entrevistas e no ajuste da terapêutica. Por outro lado, com a **equipa comunitária**, em que observei consultas realizadas a doentes com perturbações psiquiátricas conhecidas, em seguimento e com terapêutica crónica, atualmente estáveis.

Medicina Geral e Familiar - USF Alma Mater (13/fevereiro/2023 - 10/março/2023)

Realizei o meu estágio de MGF na USF Alma Mater na Reboleira, onde acompanhei a Dra. Emília Salta. Por ter feito parte do programa de mobilidade Erasmus no 5º ano, este foi o meu primeiro contacto com os cuidados de saúde primários. Além dos objetivos predeterminados, os meus objetivos pessoais focaram-se principalmente em: rever conceitos teóricos e aperfeiçoar o raciocínio clínico, identificando os problemas de saúde mais prevalentes na população e saber qual a gestão adequada; aprender estratégias de prevenção nos seus quatro patamares; ganhar autonomia e autoconfiança na abordagem aos utentes; e trabalhar na minha capacidade de comunicação.

Ao longo deste mês assisti a vários tipos de consultas: 1) na consulta de **Saúde de Adultos** observei a colheita da história clínica, a realização de exame objetivo e a prescrição de MCDs e de terapêutica. As patologias mais comuns nesta consulta foram HTA, dislipidemia e DM; 2) na **Saúde Infantil e Juvenil** observei consultas realizadas a crianças e adolescentes até aos 18 anos. Estas diferem da consulta de Adultos em vários aspectos: o EO é dirigido consoante a idade, há patologias típicas destas faixas etárias a ter em consideração, temos de assegurar a atualização do PNV, e há preocupações específicas como o desenvolvimento psicomotor e a evolução estatura-ponderal; 3) as consultas de **Saúde Materna** consistem na observação de grávidas de baixo risco, em que se faz o seguimento da gravidez através da requisição e interpretação de análises e ecografias e se garante que não necessitam de um acompanhamento mais exaustivo a nível hospitalar; 4) nas consultas de **Planeamento Familiar** o foco é, por um lado, dar a conhecer às mulheres os métodos de anticonceção disponíveis e discutir qual o mais adequado e, por outro lado, oferecer acompanhamento a mulheres que pretendam engravidar; 5) finalmente, muitas das consultas eram de **Doença Aguda**. Aqui o objetivo é indagar sobre a queixa apresentada pelo utente e decidir a melhor opção de gestão do doente, seja prescrever terapêutica, observar em ambiente de consulta ou referenciar para o SU.

Pediatria - Hospital Dona Estefânia (13/março/2023 - 14/abril/2023)

O meu estágio de Pediatria decorreu sob a tutela da Dra Marta Oliveira. Os objetivos mais importantes que delinee para este estágio foram: rever as principais patologias da criança e do adolescente, incluindo abordagem, diagnóstico e terapêutica; consolidar as técnicas de anamnese e EO; aprender e praticar estratégias de comunicação com crianças e adolescentes e com os seus familiares; aprender a identificar precocemente sinais de alarme no Serviço de Urgência.

Escolhi fazer o meu estágio na UCIP. Aqui, o principal foco foi adquirir conhecimentos sobre a monitorização e abordagem de crianças com patologias graves que requerem uma vigilância contínua, discutindo os casos vistos com a tutora. Nesta unidade colhi uma história clínica sobre um recém-nascido internado por bronquiolite a VSR. Tive ainda a oportunidade de passar um dos dias na Unidade de Adolescentes, o que foi importante pois a adolescência é uma faixa etária muito específica, com as suas próprias características e patologias. Aqui, a maioria das patologias que observei foram distúrbios alimentares. Uma das manhãs foi passada na Consulta de Imunoalergologia, onde adquiri conhecimentos sobre abordagem diagnóstica e as terapêuticas disponíveis para patologias como a rinite alérgica e a asma. O sítio onde passei mais tempo neste estágio foi no SU. Aqui, o que mais observei foram patologias do foro respiratório, sendo queixas como tosse e rinorreia uma das causas mais frequentes de ida ao SU, e do foro GI. Apesar de ter sido

bastante observacional, no SU adquiri conhecimentos sobre a abordagem de doentes pediátricos nas suas diversas faixas etárias e os seus familiares, aprendi a colher uma boa história clínica, fazendo um raciocínio clínico adequado e aprendi a importância de detetar sinais de alerta precocemente.

Ginecologia-Obstetrícia - Hospital Fernando da Fonseca (17/abril/2023 - 12/maio/2023)

O meu estágio de GO decorreu sob orientação da Dra. Elsa Landim. Partindo dos objetivos descritos na ficha da UC, estabeleci como objetivos para este estágio: sedimentar e adquirir conhecimentos teóricos na área de GO; observar e praticar o EO ginecológico; observar técnicas e procedimentos desta especialidade, como ecografias, histeroscopias, cirurgias e partos.

O estágio dividiu-se em 2 semanas na Ginecologia e 2 semanas na Obstetrícia.

Em Ginecologia, estive em: 1) **consultas**, onde observei maioritariamente mulheres pós-menopausa com queixas derivadas, e consultas de pré-histeroscopia, onde se faz uma triagem às mulheres referenciadas e se decide a melhor forma de prosseguir; 2) **enfermaria**, onde as mulheres que observei eram maioritariamente pós-operatórias de cirurgias ao útero, por miomas ou pólipos, ou aos ovários, por teratomas ou quistos; 3) **exames de histeroscopia**, onde estive durante uma manhã e onde assisti à realização deste exame em mulheres referenciadas por suspeita de pólipos ou espessamento do endométrio detectados ecograficamente; 4) **bloco operatório**, onde observei duas cirurgias, uma histeroscopia por via vaginal e uma colporrafia anterior e posterior.

Em Obstetrícia, estive em: 1) **consultas**, onde observei mulheres grávidas referenciadas pelo seu MF por apresentarem uma gravidez que exige acompanhamento hospitalar (por diabetes gestacional, por ser uma gravidez mal vigiada ou por características de alto risco); 2) **enfermaria**, em que por um lado temos o puerpério, onde observei a realização do EO a mulheres puérperas e aprendi sobre os cuidados pós-alta (sinais de alarme, contraceção e amamentação) e onde tive a oportunidade de acompanhar os neonatologistas na abordagem ao recém-nascido. Por outro lado, temos o internamento de mulheres grávidas por complicações ou por ITP; 3) **ecografia**, onde observei e adquiri conhecimentos sobre cada ecografia trimestral e os achados importantes em cada uma.

Uma parte importante do estágio de GO foi a frequência semanal do SU, onde assisti à abordagem da mulher não grávida e grávida no contexto de urgência. Pude rever conceitos teóricos e a sua aplicação na prática, nomeadamente a abordagem, o EO, o raciocínio clínico e a gestão mais adequada em cada caso. As causas ginecológicas mais frequentes de ida ao SU foram queixas de dor pélvica/abdominal e cistites agudas. A nível obstétrico, as causas mais comuns foram ITP/CST programadas, dor abdominal e perda hemática vaginal. O bloco de partos situa-se no SU, pelo que ao longo destes dias assisti também a 5 cesarianas, tendo aprendido mais sobre esta técnica e sobre a importância da monitorização do bem-estar materno-fetal.

III. ELEMENTOS VALORATIVOS

Quem me conhece sabe que sou uma pessoa com múltiplos interesses e que, apesar do meu principal interesse ser a Medicina, sempre tentei dividir o meu tempo equitativamente entre eles. Assim, ao iniciar este sexto ano, um dos meus objetivos foi continuar a dedicar-me a eles: 1) em primeiro lugar, a **família e os amigos**, que sempre foram uma prioridade na minha vida. E, apesar de nem sempre ser fácil conjugar tudo e de por vezes ter de fazer sacrifícios, ao longo destes seis anos garanti que lhes dedicava parte do meu tempo. Fosse nos almoços semanais em casa dos avós, nos programas em família no fim-de-semana ou nos jantares com os amigos; 2) como a minha mãe, sempre fui apaixonada por **línguas**. Desde frequentar uma escola espanhola durante 14 anos, a aperfeiçoar o meu inglês e francês durante a adolescência, até a aprender italiano já adulta, considero esta uma das maiores valências. Ao longo do meu percurso de Medicina, esta valência mostrou-se útil em múltiplas ocasiões, pelo que este ano garanti que continuava a praticar as línguas que falo, de forma autónoma ou tutorada; 3) outro grande interesse meu é o **desporto**. Desde pequena, e potenciado ao longo da faculdade, tenho consciência do enorme impacto que ser ativa tem a nível físico e emocional. Além de todos os benefícios para a saúde, considero essenciais aquelas 1-2h diárias de desconexão e introspeção, que me permitem ganhar clareza sobre múltiplos aspectos e me forçam a saber gerir o meu tempo de melhor maneira; 4) por último, as **viagens**. Sempre gostei de viajar, e esta paixão foi ainda mais espoletada depois de ter frequentado o programa Erasmus durante o 5º ano do curso. Durante esse ano, descobri a importância de conhecermos outras realidades e outras culturas diferentes à nossa. Abre-nos horizontes e faz-nos refletir sobre as nossas próprias vivências. Ao longo deste sexto ano, fiz várias viagens e trabalhei em part-time de forma a poder financiar uma viagem à América Central que estou a planear para o final deste ano.

Além de considerar estes 4 pontos essenciais para o meu bem-estar físico e mental, também considero que ser uma pessoa culta e com outros interesses será importante na minha vida profissional, pois tornar-me-á uma médica mais completa, capaz de me conectar melhor com as pessoas nos mais variados ambientes.

IV. REFLEXÃO CRÍTICA GLOBAL

Há quase seis anos, a Cláudia de 19 anos embarcou nesta viagem. Naquele 6 de setembro de 2017 era apenas uma adolescente entusiasmada e assustada, mas pronta para finalmente começar a percorrer aquilo com que tanto tinha sonhado. Os primeiros anos do curso de Medicina estiveram repletos de horas intermináveis nas salas de aulas, no auditório III, no teatro anatómico, no laboratório, na biblioteca. A absorver o máximo de teoria possível, visando construir uma base sólida de conhecimento. Estes anos testaram a minha resiliência, disciplina, determinação e força de vontade. Depois, troquei os corredores da faculdade pelos corredores dos hospitais e vi finalmente os conceitos que tinha estudado em papel ganharem vida e apresentarem-se diante de mim como pessoas reais. Durante estes anos práticos aprendi a importância da colaboração dentro de uma equipa médica e da capacidade de comunicação e relação com os doentes e aprendi técnicas que nenhum livro ou aula me poderia ensinar.

Olhando em retrospectiva, considero ter alcançado os objetivos a que me propus no início do 6º ano. Na **Cirurgia Geral** reví e pus em prática conceitos teóricos, como a realização de uma boa HC e um bom EO, a técnica de assepsia e comportamento no bloco operatório. Reforcei a importância de um ambiente de confiança e respeito, da empatia e da ética na profissão médica. Como ponto negativo, realço a falta de abrangência do estágio, tendo sentido falta do contacto com as muitas outras áreas que a CG engloba. O estágio de **Medicina Interna** foi, a meu ver, o mais bem-sucedido, tendo atingido em grande escala os objetivos propostos. Foram dois meses que desafiaram os meus conhecimentos teóricos, o saber trabalhar em equipa, a minha capacidade de comunicação e a minha empatia. Ao fim destes dois meses senti-me mais confiante nas minhas habilidades e saí com um grande sentido de autonomia e capacidade para os estágios que se seguiram. O estágio de **Saúde Mental** marcou o meu primeiro contacto prático com a Psiquiatria. Pus finalmente à prova os conhecimentos teóricos aprendidos no 4º ano, fazendo uma revisão das principais perturbações psiquiátricas e da sua abordagem. Neste estágio aprendi estratégias de comunicação diferentes daquelas até então aprendidas e aprendi a importância de uma boa relação médico-doente e do seu impacto no prognóstico do doente. O estágio de **MGF** foi a minha primeira experiência com os cuidados de saúde primários. Senti que pus em prática as competências essenciais da Medicina, nomeadamente a realização de uma boa HC e de um bom EO e um raciocínio clínico eficaz, tendo sempre em mente uma visão holística do doente e a promoção da saúde. Mais uma vez, testemunhei a importância da relação médico-doente e a importância da empatia e da comunicação eficaz. Como ponto negativo saliento o sentir que não tive tanta autonomia como outros colegas, tendo sido um estágio maioritariamente observacional e onde não tive oportunidade de realizar consultas em autonomia parcial; na **Pediatria** aprendi a moldar a minha forma de comunicação com esta

população e com os seus familiares, revii as patologias mais frequentes na criança e no adolescente e pus em prática a realização de EO dirigido às diferentes faixas etárias. Como ponto negativo destaco o facto de ter passado pouco tempo na UCIP, que foi a área em que tinha escolhido fazer o meu estágio; por último, no estágio de **Ginecologia-Obstetrícia** tive a oportunidade de contactar com múltiplas valências desta especialidade, aprender novas técnicas e observar procedimentos novos. Como pontos negativos, apenas salientar que penso que o estágio no HFF carece de organização, sendo que por vezes senti que não estava a rentabilizar o meu tempo da melhor forma.

Para além do conhecimento teórico e das habilidades práticas, a vertente humana da Medicina desempenhou um papel importantíssimo em moldar a Cláudia que sou hoje. Ao longo desta viagem cruzei-me com muitas pessoas (colegas, tutores e doentes) que marcaram o meu percurso através da partilha de histórias e experiências. Aprendi que Medicina não é apenas curar doenças, mas também a arte de nos sabermos conectar emocionalmente com a pessoa que temos à frente. Nestes seis anos desenvolvi habilidades de empatia e de comunicação eficaz que sedimentei ao longo deste 6º ano e que considero essenciais para me tornar uma médica competente.

Desde o início sabia que o curso de Medicina seria exigente, e assim foi. Foi uma viagem repleta de desafios. Houve momentos em que duvidei de mim e das minhas capacidades, momentos de completa exaustão, física e emocional. Mas foi nesses momentos que descobri a força da minha paixão pela medicina e da minha resiliência. Descobri o verdadeiro sentido da frase “Medicina não se faz sozinho”, com o apoio inestimável que da minha família, amigos, colegas de curso e tutores, que fizeram questão de me erguer sempre que necessitava e não permitiram que desistisse.

Tudo isto tornou-me na Cláudia que sou hoje. Com 25 anos, quase formada e prestes a embarcar na minha próxima viagem. Sentada na minha secretária, enquanto reflito e escrevo sobre este percurso, sou inundada por um turbilhão de emoções: gratidão, pelas experiências que tive, os conhecimentos que adquiri e as pessoas que conheci; orgulho, por todo o meu percurso e pelos desafios que superei para chegar até aqui; realização, por ter cumprido o sonho da Cláudia de 5 anos que, ao sair da pediatra, disse aos avós que queria ser médica; nostalgia, por uma viagem que termina e que deixa muitas memórias e vivências que me acompanharão para sempre.

Ao iniciar a minha vida profissional, sinto-me pronta para pôr em prática todos os conhecimentos teóricos, as habilidades práticas e o crescimento pessoal que adquiri nesta viagem do Mestrado Integrado em Medicina que chega agora ao fim.

V. ANEXOS

Anexo A. Cronograma do Ano Letivo 2022-2023

Estágio	Local	Tutor	Data
Cirurgia Geral	Hospital Beatriz Ângelo	Dr ^a Sílvia Silva	05/09/2022 a 28/10/2022
Medicina Interna	Hospital São Francisco Xavier	Dr Sérgio Brito	31/10/2022 a 06/01/2023
Saúde Mental	Hospital Fernando da Fonseca	Dr ^a Patrícia Gonçalves Dr Júlio Santos	16/01/2023 a 10/02/2023
Medicina Geral e Familiar	USF Alma Mater (Reboleira)	Dr ^a Emília Salta	13/02/2023 a 10/03/2023
Pediatria	Hospital Dona Estefânia	Dr ^a Marta Oliveira	13/03/2023 a 14/04/2023
Ginecologia e Obstetrícia	Hospital Fernando da Fonseca	Dr ^a Elsa Landim	17/04/2023 a 12/05/2023

Anexo B. Casuística dos estágios

1. Cirurgia Geral

Cirurgias observadas

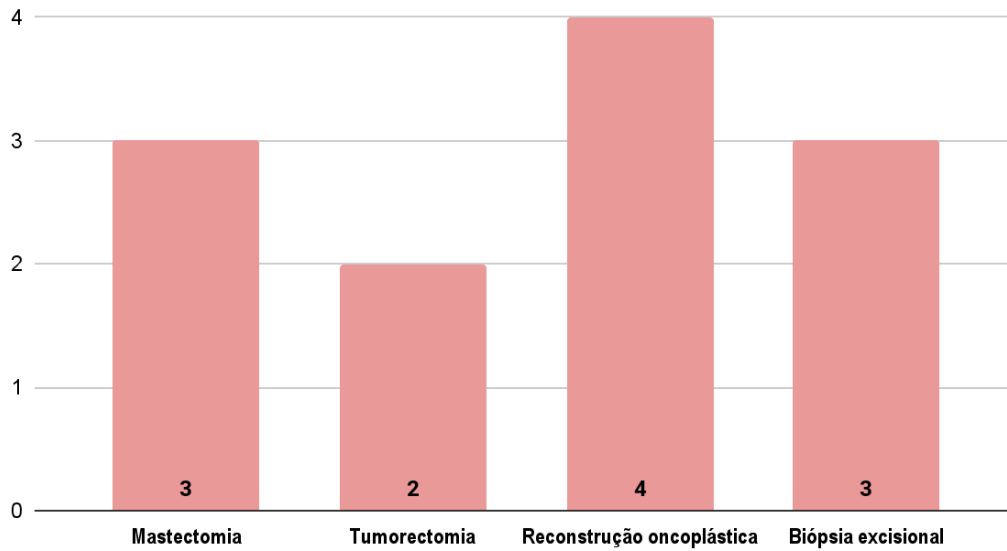


Gráfico 1. Tipos de cirurgias observadas no estágio de CG

Motivo de consulta

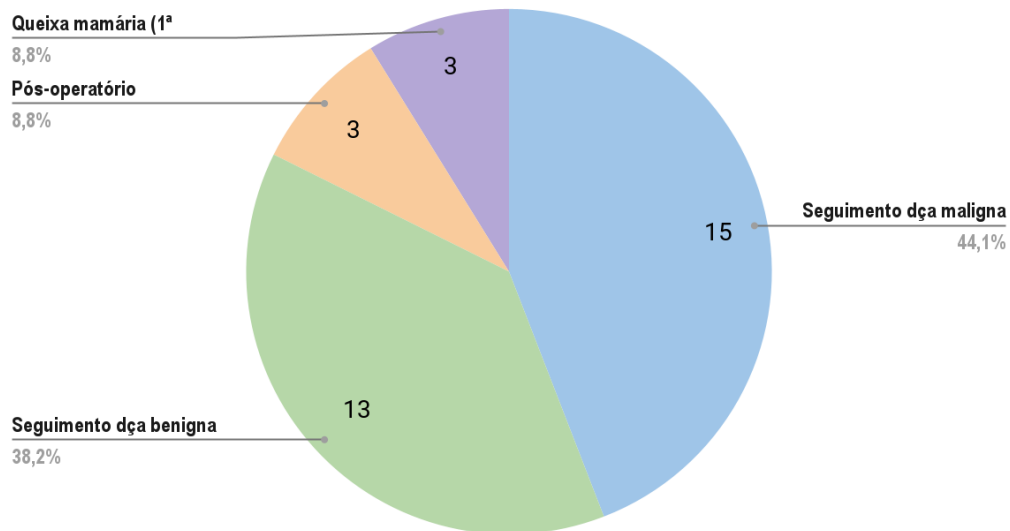


Gráfico 2. Motivo de seguimento/ida às consultas observadas no estágio de CG

Sexo doentes observados na consulta

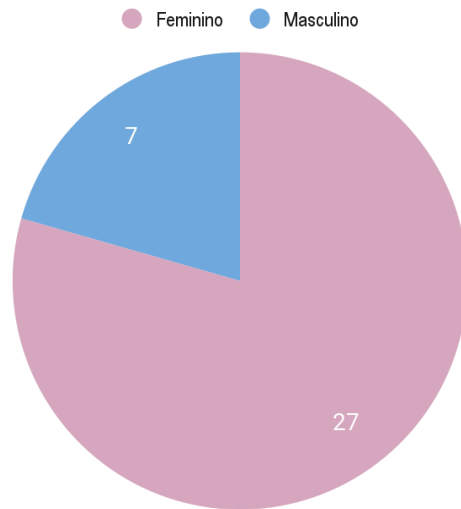


Gráfico 3. Sexo dos doentes observados na consulta no estágio de CG

2. Medicina Interna

Patologias observadas no Internamento

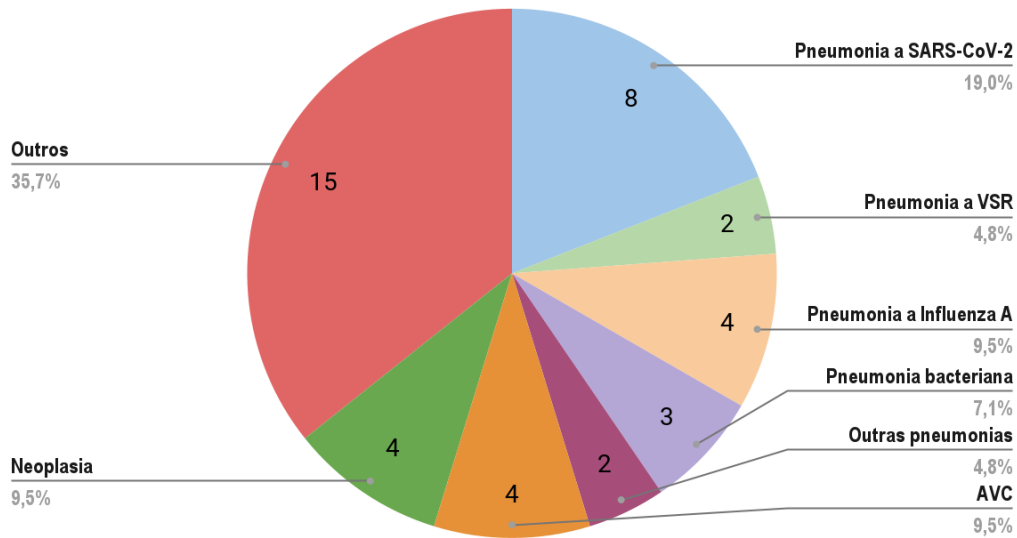


Gráfico 4. Patologias observadas na Enfermaria ao longo do estágio de MI

**"Outros" inclui patologias variadas e observadas uma única vez.*

Idade doentes internados

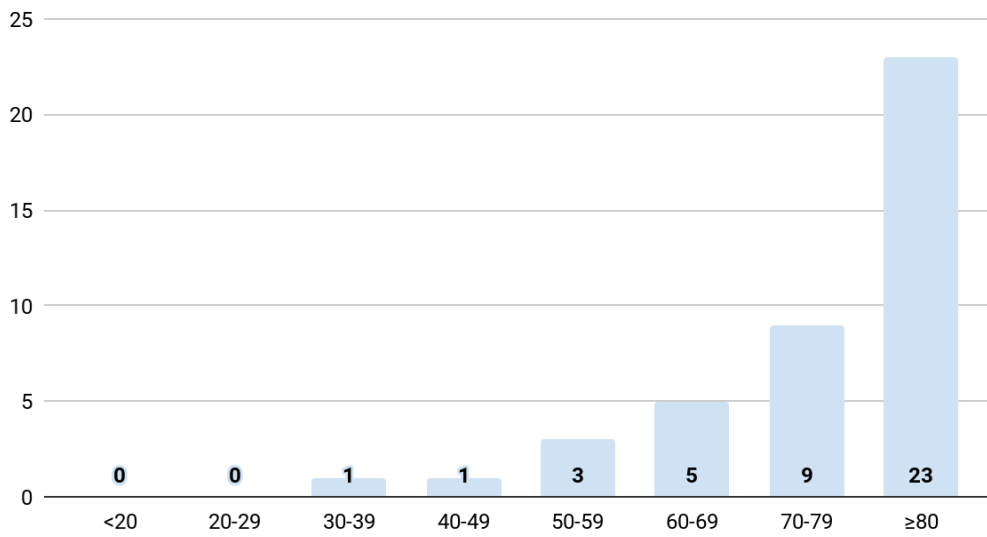


Gráfico 5. Faixas etárias dos doentes internados na Enfermaria de MI

Patologias SU

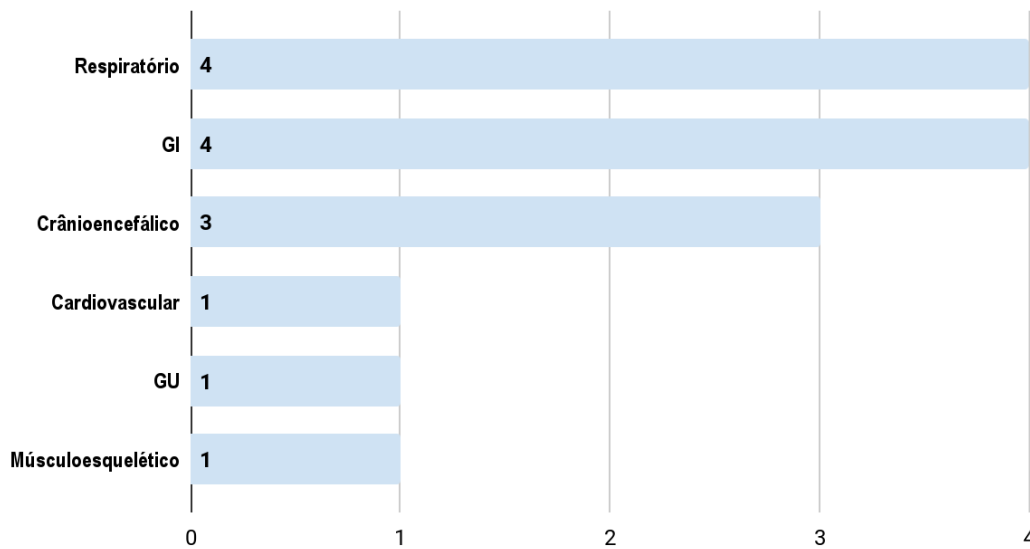


Gráfico 6. Patologias observadas no SU durante o estágio de MI

3. Saúde Mental

Patologias observadas no Internamento

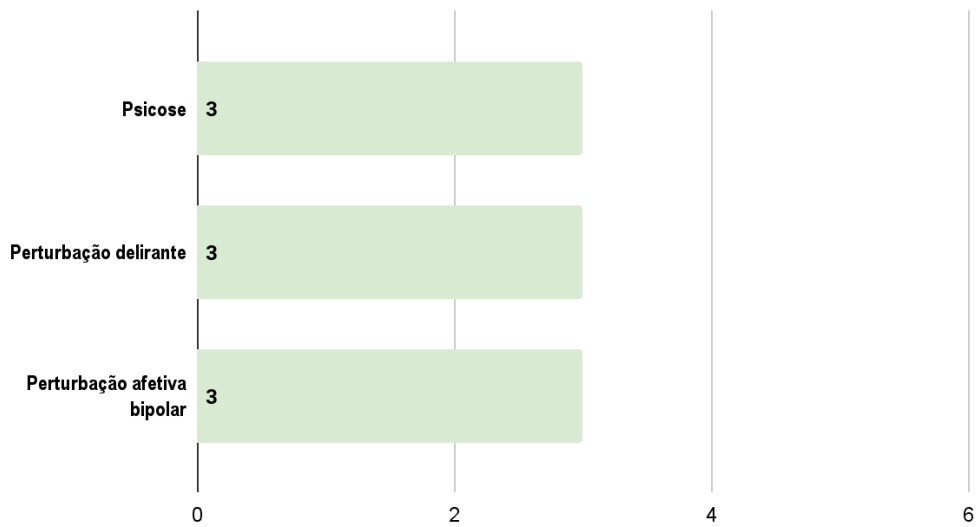


Gráfico 7. Patologias observadas no Internamento do serviço de Psiquiatria do HFF

Patologias observadas na Equipa Comunitária

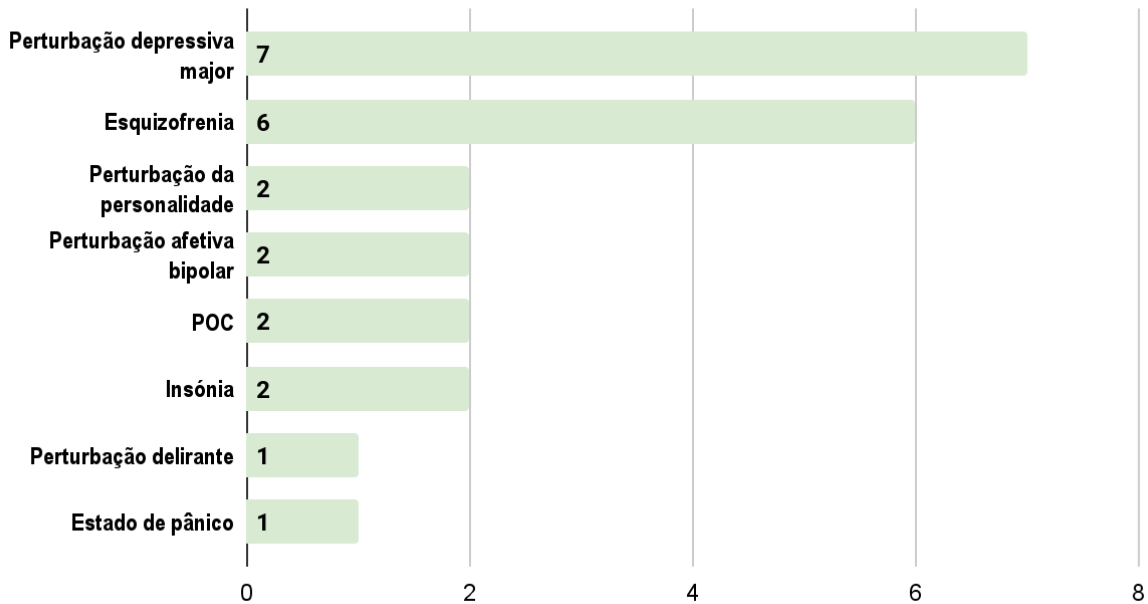


Gráfico 8. Patologias observadas no Equipa Comunitária de Queluz-Massamá

4. Medicina Geral e Familiar

Tipos de consulta observadas

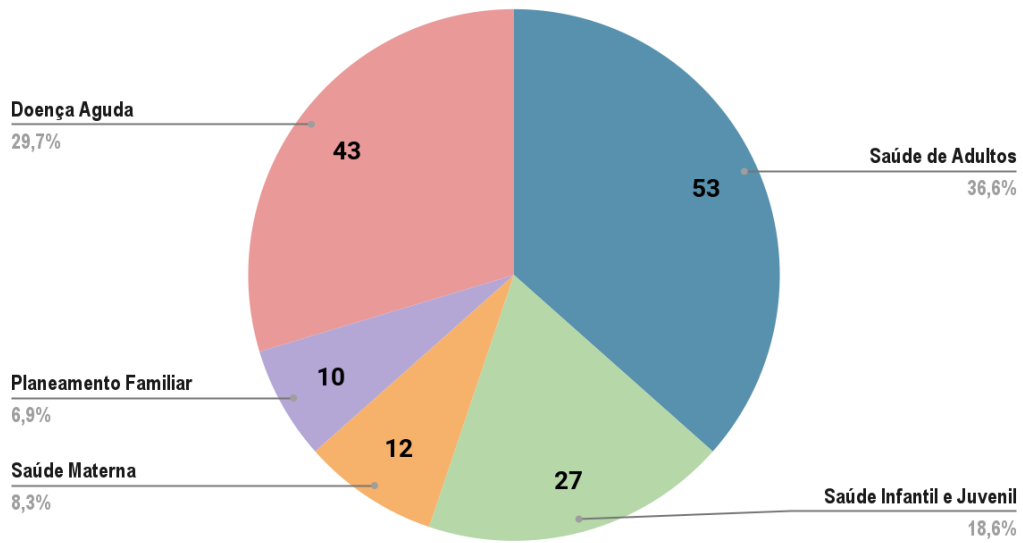


Gráfico 9. Tipologia de consultas observadas na USF

Principais problemas nas consultas observadas

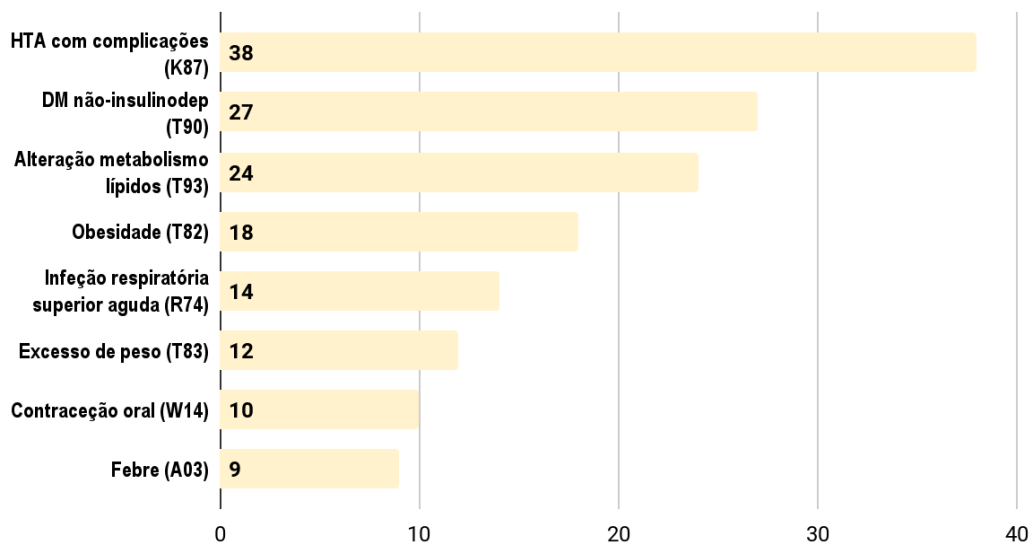


Gráfico 10. Principais problemas observados na USF

5. Pediatria

Patologias observadas SU

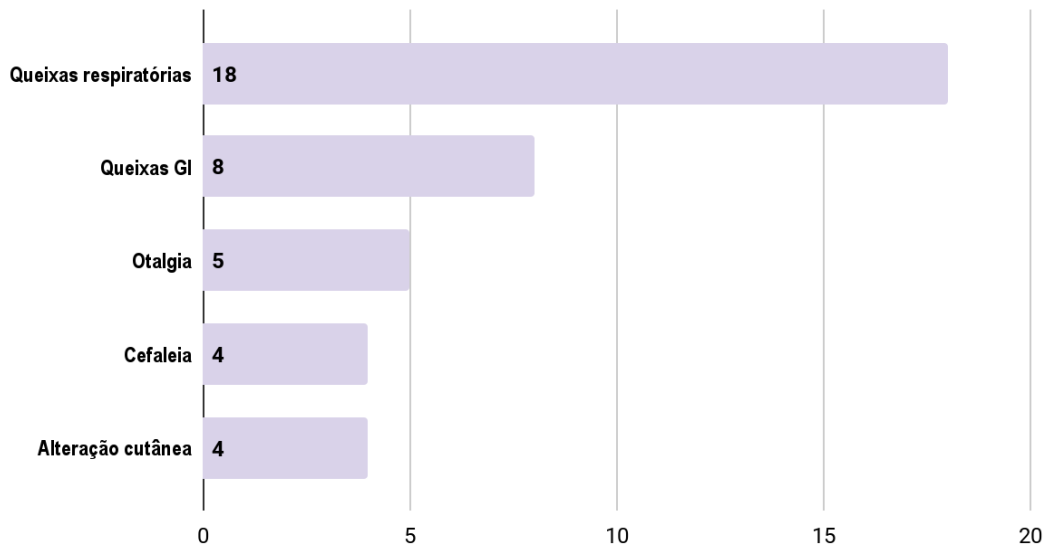


Gráfico 11. Patologias mais frequentemente observadas no SU do HDE

Idades SU

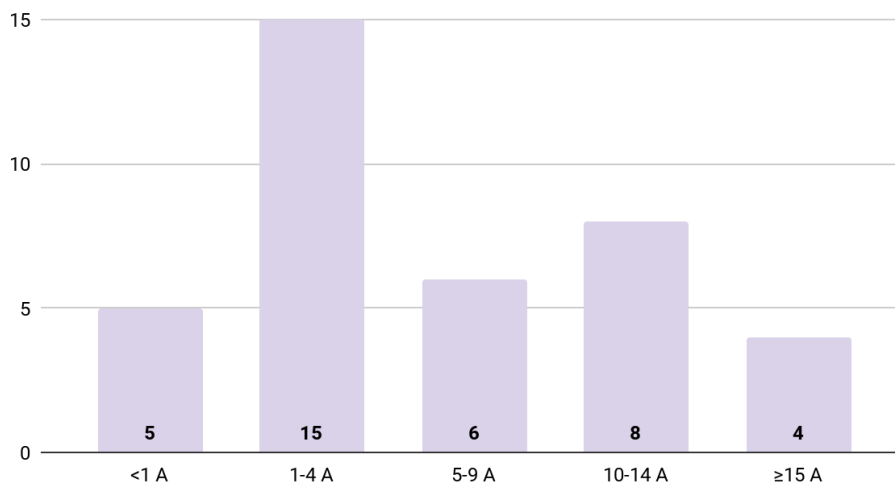


Gráfico 12. Faixas etárias dos doentes observados no SU do HDE

6. Ginecologia-Obstetrícia

Patologias SU

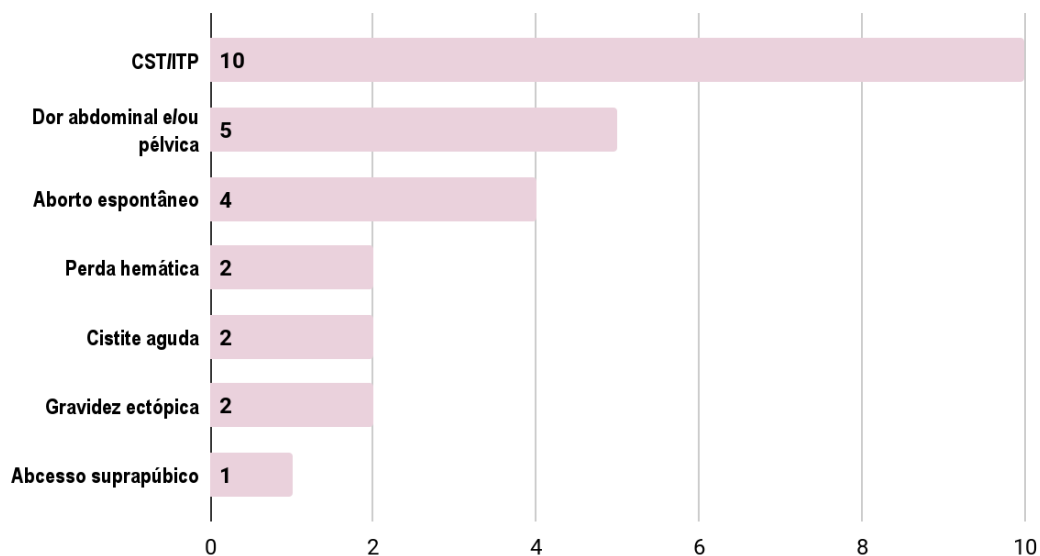


Gráfico 13. Patologias mais frequentemente observadas no SU de GO

Motivo seguimento consulta Obstetrícia

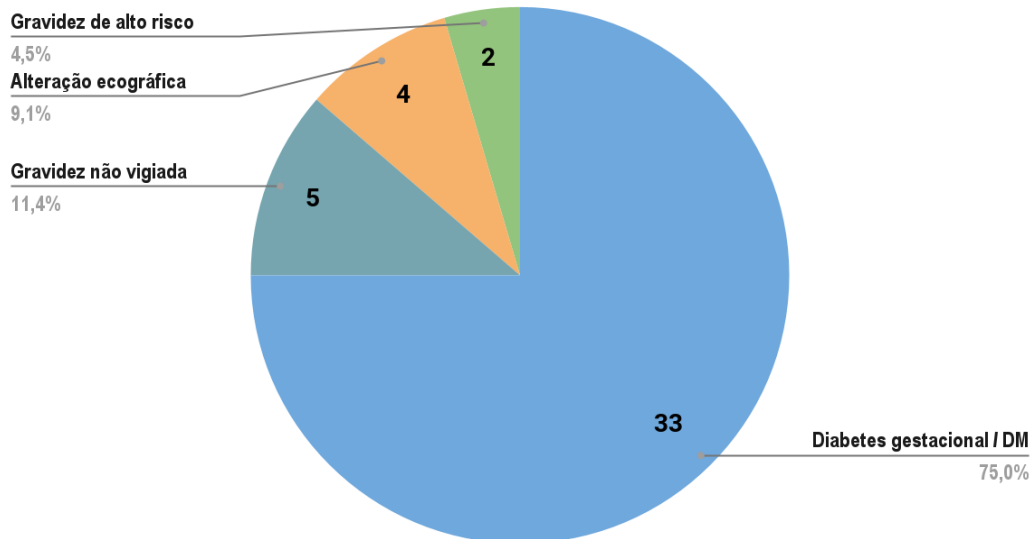


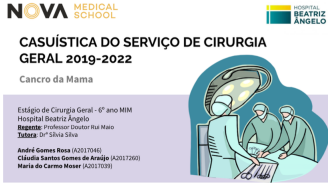
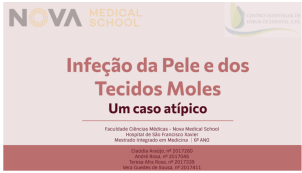


Gráfico 14. Motivo de seguimento na consulta de Obstetrícia no HFF

Anexo C. Componente teórica (sessões teóricas, workshops e seminários)

Data	Tema	Descrição
CIRURGIA GERAL		
Todas 4as-feiras de estágio	Reuniões multidisciplinares de Oncologia	<ul style="list-style-type: none"> ● Reunião com múltiplas especialidades, nomeadamente Oncologia, Cirurgia Geral, Anatomia Patológica, Radiologia e Medicina Nuclear. ● O objetivo é discutir cada doente individualmente, de forma a garantir a melhor abordagem terapêutica. ● Experiência enriquecedora tanto do ponto de vista teórico como do ponto de vista prático, lembrando-nos do papel chave do trabalho em equipa na Medicina.
08/09/2022 09/09/2022	Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management)	<ul style="list-style-type: none"> ● Organizado pela ATLS Portugal e pela Sociedade Portuguesa de Cirurgia. ● Considero o curso extremamente útil, pois permitiu-nos: <ul style="list-style-type: none"> ○ Rever a sequência ABCDE, conceito essencial para todo o profissional de saúde. ○ Praticar técnicas de ventilação e entubação e colocação de acessos vasculares, com as quais ainda não estava muito familiarizada. ○ Aprender a lidar com doentes politraumatizados, nomeadamente saber fazer imobilizações adequadamente. ○ Rever os conceitos básicos do raio-x, exame básico e fundamental na prática clínica.
15/09/2022	Sessões de Simulação Luz Learning Health	<ul style="list-style-type: none"> ● Sessão composta por 3 bancadas de treino, com o objetivo de praticar 3 procedimentos essenciais: <ul style="list-style-type: none"> ○ Realização de suturas. ○ Permeabilização da via aérea. ○ Colocação de catéteres centrais.
28/10/2022	Mini-congresso de Cirurgia Hospital da Luz	<ul style="list-style-type: none"> ● Apresentações de 10 minutos de grupos de 3-4 alunos sobre temas pertinentes no âmbito da Cirurgia Geral, aplicando o observado e aprendido ao longo dos 2 meses de estágio nesta especialidade. ● O meu grupo apresentou o tema "Casuística do Serviço de Cirurgia Geral" (ver anexo D).
MEDICINA INTERNA		
16/11/2022	Alterações do equilíbrio ácido-base	<ul style="list-style-type: none"> ● Foi feita uma revisão teórica sobre estas alterações, revendo os conceitos básicos que por vezes nos faltam. ● Ainda houve discussão de vários casos clínicos e interpretação de diferentes gasometrias, de forma a integrar os conceitos teóricos revistos na prática.
30/11/2022	Decisões de fim de vida	<ul style="list-style-type: none"> ● Palestra sobre decisões e conversas difíceis que inevitavelmente teremos de tomar e ter um dia como futuros médicos. ● A morte é um tema que assusta e que por vezes é um "tabu", que deve ser quebrado, aprendendo a lidar com ela o mais precocemente possível.
Todas as 2as e 6as-feiras de estágio	Sessões clínicas HSFx	<ul style="list-style-type: none"> ● Apresentações com duração de uma hora, em que cada grupo apresenta um tema que considera relevante para a prática clínica. ● As apresentações dividiram-se entre conceitos importantes de rever ou apresentação de artigos científicos com ideias e propostas inovadoras. ● O meu grupo apresentou o tema "Infeções da pele e dos tecidos moles" (ver anexo D).

SAÚDE MENTAL		
16/01/2023	“Perturbações da Personalidade” + “Urgências em Psiquiatria”	<ul style="list-style-type: none"> • Aula interativa, de discussão entre o Prof. Dr Miguel Talina e os alunos sobre uma série de casos clínicos, abordando a sintomatologia, o diagnóstico e o tratamento das patologias psiquiátricas mais frequentes. • Revisão de conceitos teóricos e práticos importantes na Psiquiatria antes de iniciarmos o estágio.
Todas as 4as-feiras de estágio	Sessões clínicas HFF	<ul style="list-style-type: none"> • Apresentações que abordaram os mais variados temas, com o objetivo de alargar e aprimorar conhecimentos do serviço de Psiquiatria do HFF: <ul style="list-style-type: none"> ○ Uma sobre “Saúde Pública”, em que se apresentou a população que o HFF abrange, com o objetivo de identificar as suas características e problemas mais frequentes. ○ Abordagem sobre as dificuldades do cumprimento terapêutico nos doentes com perturbação psiquiátrica e como isto afeta o seu prognóstico, assim como estratégias para ajudar a ultrapassar tal dificuldade. ○ Estigma da doença mental que continua a existir, partindo de um documentário americano sobre um caso mediático de uma jovem que foi encontrada morta em circunstâncias peculiares, e de como a explicação mais explorada era a de “experiência paranormal” e não a doença bipolar que a mulher tinha diagnosticada há muitos anos.
Todas as 5as-feiras de estágio	Reuniões do Serviço de Psiquiatria do HFF	<ul style="list-style-type: none"> • Reunião entre a equipa do Internamento e a Equipa Comunitária, de forma a fazer um ponto de situação sobre os doentes internados, abordando alterações na terapêutica e o plano após a alta. • Reunião do Serviço de Internamento em que se discute cada doente internado e o plano de atuação.
PEDIATRIA		
30/03/2022	“Anafilaxia”	<ul style="list-style-type: none"> • Aula em que foi feita uma revisão sobre o conceito de anafilaxia, a sua abordagem e relevância na Pediatria.
12/04/2022	Apresentação de Trabalhos de grupo	<ul style="list-style-type: none"> • Apresentação de trabalhos por grupos de alunos de 3-4 elementos, abordando temas pertinentes no âmbito da Pediatria e de importante revisão. • O meu grupo apresentou o tema “Malformações do Trato Urinário” (ver anexo D).
GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA		
18/04/2022	“The Woman”	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Workshop</i> com o objetivo de rever os conceitos teóricos mais importantes da área de GO, para os podermos aplicar na formação prática que se iria iniciar. • Abordagem de vários temas, nomeadamente contraceção, vigilância da gravidez e sinais de alarme, patologias da gravidez e o mecanismo e acompanhamento do trabalho de parto.

Anexo D. Trabalhos realizados durante os estágios

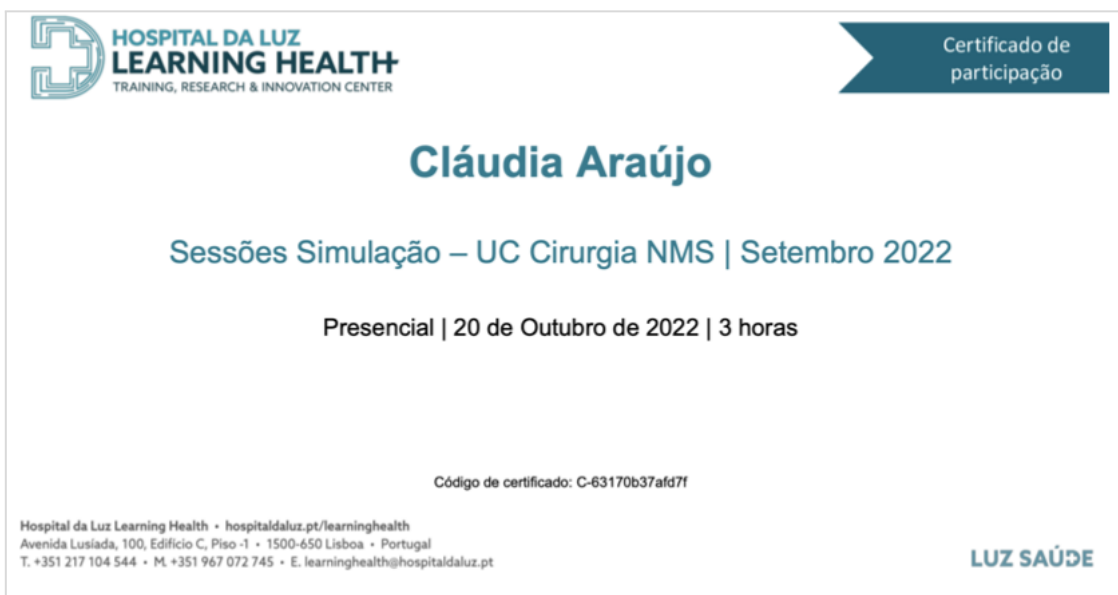
Estágio	Tema do Trabalho	Descrição
CIRURGIA GERAL	<p>Casuística do Serviço de Cirurgia Geral 2019-2022</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Entre 2019 e 2022, o Hospital Beatriz Ângelo foi alvo de uma série de situações que levaram a alterações no seu funcionamento, como a pandemia e o fim da parceria público-privada. A nossa tutora achou interessante analisarmos a base de dados dos doentes correspondentes a este período e vermos se efetivamente estes fatores influenciaram os critérios de qualidade do um serviço, e que efeitos é que isso poderá ter tido e terá a longo prazo. Além disso, abordamos também o conceito de Cirurgia Oncoplástica, com o qual estava muito pouco familiarizada e com o qual tive contacto ao longo do meu estágio.
MEDICINA INTERNA	<p>Infeção da Pele e dos Tecidos Moles</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Optámos por este tema por ser um tema que se observa com bastante frequência e que por vezes tem um grau de gravidade que não corresponde ao observado, podendo levar a desfechos fatais. Depois da revisão teórica, apresentámos um caso clínico do serviço de MI do HSFx, de um homem com gangrena de Fournier, sendo que esta foi detetada tardiamente e teve um mau desfecho.
MEDICINA GERAL E FAMILIAR	<p>Caso Clínico</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Apresentei o caso de uma doente de 68 anos, com antecedentes de HTA, dislipidemia, perturbação ansiosa e gastrite a Helicobacter pylori. Veio à consulta para mostrar as últimas análises e exames efetuados, onde se constatou persistência da HTA e dislipidemia e, pela primeira vez, anomalia da glicémia em jejum. Escolhi esta utente por diversas razões: <ul style="list-style-type: none"> Por ser uma utente que toda a sua vida foi seguida no privado e que agora percebeu a importância de ter um MF que a possa seguir adequadamente. Por ter vários diagnósticos que requerem seguimento e pela deteção da alteração da glicémia em jejum durante a consulta, mostrando que as consultas de MGF são uma oportunidade para abordar o doente como um todo e abordar outros problemas que não os que motivaram a consulta.
PEDIATRIA	<p>Malformações do Trato Urinário</p> 	<ul style="list-style-type: none"> A escolha deste tema passou, por um lado, por ser uma patologia frequente e importante fazer uma revisão e, por outro, por ser um dos temas que teremos que estudar para a PNA. O objetivo foi fazer um resumo das malformações do trato urinário, focando-nos nas válvulas da uretra posterior e no refluxo vesicoureteral, mais sobre a clínica e as opções terapêuticas disponíveis para cada patologia.

Anexo E. Certificados

a) Certificado participação curso TEAM



b) Certificado participação na Sessão de Simulação da Luz Learning Health



c) Certificados presença nos *workshops* de Medicina Interna

NOVA MEDICAL SCHOOL 

Certificado

Certificamos que Cláudia Santos Gomes de Araújo, N°A2017260, participou no Workshop intitulado *Alterações do equilíbrio ácido base*, no dia 16 de novembro de 2022 pelo Professor Doutor Pedro Póvoa, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6° ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Professor Doutor Pedro Póvoa

Pedro Póvoa

NOVA MEDICAL SCHOOL 

Certificado

Certificamos que Cláudia Santos Gomes de Araújo, N° A2017260 participou no Workshop intitulado *Decisões de Fim de Vida*, no dia 19 de outubro de 2022 pela Dra. Camila Tapadinhas, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6° ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Camila Tapadinhas

Dra. Camila Tapadinhas