

IRIS RAFAELA SANTOS MARTINS

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

NOVA MEDICAL SCHOOL

ANO LETIVO 2017/2018

MESTRADO INTEGRADO
EM MEDICINA

ÍNDICE

Introdução e objetivos	2
Descrição dos estágios	3
Saúde Mental	3
Medicina Geral e Familiar	4
Pediatria.....	5
Ginecologia e Obstetrícia.....	6
Cirurgia Geral.....	6
Medicina Interna	7
Estágio Opcional – Neonatologia.....	8
Reflexão Crítica.....	8
Anexos	10

INTRODUÇÃO E OBJETIVOS

Serve o presente relatório de final de curso o propósito de descrever, de forma sucinta, as atividades por mim realizadas ao longo deste ano letivo, com uma análise crítica das mesmas. O relatório encontra-se dividido em três partes: numa primeira, faço uma pequena introdução do mesmo, explicitando os objetivos propostos no início do ano letivo; numa segunda, descrevo de forma objetiva o meu percurso académico ao longo este ano; por fim, numa terceira, apresento uma breve análise crítica.

Durante os primeiros 5 anos do curso adquirimos uma abordagem mais teórica das várias especialidades, com um intuito mais observacional e de trabalho em pequenos grupos de alunos. No último ano, é-nos proposta uma abordagem mais profissionalizante, permitindo um contacto mais prático e interventivo com as várias áreas. Terminado o 5º ano do curso, coube-me analisar as competências adquiridas e as que necessitava de aprimorar e estipular objetivos para o último ano.

Para este ano letivo propus-me a cumprir vários objetivos relativos ao nível de conhecimento teórico necessário à prática clínica, às aptidões e capacidade de realização de procedimentos e às atitudes e comportamentos esperados de um médico. Assim, cabe-me adquirir uma abordagem teórica mais sistematizada das principais patologias de cada área; saber identificar e tratar as patologias mais prevalentes; identificar e saber referenciar patologias menos frequentes mas, eventualmente, mais graves; sistematizar o melhor método de abordar os doentes, consoante a área em questão; compreender o motivo do doente na procura de ajuda médica e analisá-lo; efetuar uma entrevista médica organizada, de forma a não suprimir etapas importantes da mesma; realizar uma avaliação objetiva centrada na patologia, sem nunca esquecer uma revisão de outros órgãos que possam ou não estar

relacionados com o caso clínico; adquirir maior certeza na afirmação de um diagnóstico diferencial; adquirir mais competências na capacidade de selecionar os exames complementares de diagnóstico necessários; obter autonomia e segurança na prescrição de fármacos para as patologias mais prevalentes no nosso meio, e entender, acima de tudo, quando não prescrever ou optar por uma atitude expectante; ser capaz de efetuar um plano de seguimento do doente ou propor uma eventual referência a outro especialista, sabendo redigir uma carta de transferência a um colega. Igualmente necessárias a uma boa prática médica encontram-se outras competências que devo melhorar, nomeadamente a capacidade de compreender empaticamente os doentes e os seus contextos sociais e familiares; saber comunicar com os diferentes doentes, adequando o discurso e a abordagem ao seu contexto socioeconómico; aceitar e entender as diferentes crenças dos doentes, respeitá-las e saber adequar a minha prática clínica às mesmas; comunicar com os vários profissionais de saúde, sabendo argumentar com base em evidência médica; saber gerir o tempo que disponho para cada doente e ter a capacidade de me organizar para me dedicar durante o tempo necessário a cada um; saber conversar com as famílias, sem incumprir o sigilo profissional; ter a capacidade de transparecer segurança e tranquilidade aos doentes e saber as minhas limitações, nunca prejudicando um doente por excesso de confiança.

DESCRIÇÃO DOS ESTÁGIOS

Saúde Mental

O primeiro estágio que realizei neste ano letivo foi de Saúde Mental no Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa (CHPL). No decorrer do mesmo tive a oportunidade de frequentar o Hospital de Dia, no qual a função do médico passa pela abordagem bio-psico-social do doente e pelo trabalho em equipa multidisciplinar. Constatei que frequentar o Hospital de Dia cria, no doente, responsabilidade social e promove a sua

integração na comunidade. Tive a oportunidade de assistir a sessões de Eletroconvulsivoterapia, nas quais aprendi a sua abordagem teórica e prática. Foi útil ver as condições controladas em que o procedimento é realizado e perceber os resultados terapêuticos manifestos que os doentes apresentam quando têm patologia resistente a outro tipo de tratamentos convencionais. Frequentar o serviço de Urgência no Hospital de São José e a Urgência Interna no CHPL permitiu-me observar doentes com descompensação das suas patologias de base e acompanhar o processo de estabelecimento do diagnóstico inicial. Foi-me permitido assistir a consultas externas no CHPL e no CINTRA - Centro Integrado de Tratamento e Reabilitação em Ambulatório de Sintra, onde tive a oportunidade de contactar com as várias áreas da psiquiatria, desde as perturbações afetivas e psicóticas, até distúrbios alimentares e de ansiedade, onde pude observar o processo de reintegração dos doentes na sociedade.

Medicina Geral e Familiar

O segundo estágio que realizei foi de Medicina Geral e Familiar, onde se assiste a uma medicina centrada na pessoa, baseada na prevenção de doença, promoção da saúde e tomada de decisões baseadas tanto em normas e orientações clínicas como no bom senso médico. Foi um estágio didático pela sua componente muito prática, que me permitiu ganhar experiência clínica, tendo sido muito útil tê-lo feito num ambiente diferente dos estágios feitos ao longo do curso. Esta experiência permitiu-me, ainda, ter uma noção mais abrangente do doente comum dos cuidados de saúde primários e notar que, de facto, as patologias mais prevalentes são, de uma maneira geral, transversais às diversas zonas geográficas.

Tive oportunidade de realizar algumas consultas autonomamente, com orientação da minha tutora. Considero que este exercício foi muito importante para a minha formação, pois permitiu-me ganhar autoconfiança, melhorar as minhas

capacidades de comunicação com os doentes e praticar os gestos técnicos do exame objetivo.

Realizei ainda outras atividades, nomeadamente visitas domiciliares com a equipa de enfermagem, tendo participado na campanha de vacinação da Gripe no Concelho de Coruche; fui à Rádio “A Voz do Sorraia” abordar temas relacionados com a saúde; realizei um folheto alusivo ao Dia Mundial do Acidente Vascular Cerebral, de forma a sensibilizar os utentes para a importância do tema, que junto no *Anexo 3.*, e participei em aulas de preparação para a maternidade. Foi um estágio muito positivo, onde saliento a capacidade da Medicina Geral e Familiar em estar o mais próximo possível das populações e atuar muito na prevenção da doença e promoção da saúde.

Pediatria

Decorreu no Hospital CUF Descobertas o terceiro estágio que realizei neste ano letivo. No mesmo, frequentei o internamento do Serviço de Pediatria, o Serviço de Atendimento Permanente, a Consulta de Externa de Pediatria, de Cirurgia Pediátrica e de Ortopedia Pediátrica, que me permitiram uma perspetiva multidisciplinar da avaliação médica a uma criança.

Este foi um estágio que possibilitou a aquisição de conhecimentos e competências para a abordagem do doente desta faixa etária com todas as particularidades que lhe estão inerentes e que são essenciais a qualquer boa prática médica. Considero que foi incentivada a participação ativa em todos os raciocínios clínicos e atitudes terapêuticas em causa, tendo sido um estágio muito didático.

Destaco a importância do Pediatra na educação da criança e da família para a promoção da saúde e prevenção da doença, numa especialidade que se baseia muito

na semiologia e onde releva particularmente a perspicácia para identificar sinais que não são claramente transmitidos.

Por fim, gostava de destacar que ter tido a possibilidade de realizar este estágio num contexto diferente dos anteriores estágios de Pediatria realizados ao longo do curso foi benéfico para adquirir uma noção das particularidades da abordagem aos doentes em diferentes contextos socioeconómicos.

Ginecologia e Obstetrícia

O último estágio que realizei no primeiro semestre foi o estágio de Ginecologia e Obstetrícia, no Hospital CUF Descobertas. No mesmo frequentei o Serviço de Urgência de Ginecologia e de Obstetrícia, o Bloco de Partos, observei e participei na realização de vários exames complementares de diagnóstico e assisti a várias cirurgias ginecológicas. Estive também presente nas consultas externas de Ginecologia, Obstetrícia, Gravidez de Alto Risco e Senologia.

Considero que foi um estágio bem estruturado pela possibilidade que nos é dada de frequentar e perceber a dinâmica das várias componentes da especialidade e que me permitiu adquirir bases sobre a abordagem ginecológica e obstétrica da mulher em diferentes faixas etárias.

Cirurgia Geral

O estágio de Cirurgia Geral foi realizado no Hospital Beatriz Ângelo, um hospital com uma dinâmica diferente, permitindo ao doente um atendimento multidisciplinar, havendo uma melhor articulação entre os vários serviços. Para além disso, tive a oportunidade de realizar um pequeno estágio opcional de duas semanas em Anestesiologia, que penso ter sido bastante benéfico pois permitiu-me explorar mais uma especialidade que gera algum interesse da minha parte. Assim sendo, e apesar

das dificuldades sempre inerentes à distribuição de alunos pelos diferentes locais de ensino, foi, na minha opinião, algo muito bem conseguido.

Quanto ao método de ensino preferencialmente prático, penso ter sido um estágio vencedor neste aspeto, pois foi-me dada a possibilidade de participar em várias cirurgias e procedimentos no Serviço de Urgência.

Medicina Interna

Realizei no Hospital Egas Moniz o estágio de Medicina Interna, que é um verdadeiro exemplo de um estágio profissionalizante, em que o aluno deve adquirir responsabilidades de forma tutelada.

Ao longo do período de estágio cumpri algumas funções na enfermaria que consistiam em acompanhar os doentes a mim atribuídos, realizando, no final da manhã, a discussão com os restantes elementos da equipa médica. Dentro destas atividades pude aperfeiçoar a colheita de anamnese dirigida à situação clínica e a realização do exame objetivo, redigir diários clínicos, notas de entrada e notas de alta e resolver outras situações que envolvessem o contacto com outros profissionais de saúde e até mesmo de familiares. Toda esta dinâmica permitiu-me a criação e consolidação de uma melhor relação médico-doente, aprofundar o raciocínio clínico e marcha diagnóstica e terapêutica e ganhar alguma autonomia no tratamento de algumas das patologias mais comuns.

Tive também a oportunidade de frequentar o Serviço de Urgência no Hospital de São Francisco Xavier, o qual me permitiu treinar e aprimorar a colheita da anamnese e a realização do exame objetivo de forma sistemática e dirigida, de acordo com as patologias mais provavelmente envolvidas, e estabelecer raciocínio diagnóstico e terapêutico mais rápido.

Considero que fui totalmente integrada na equipa da minha tutora e que trabalhei de forma autónoma, mas supervisionada, tendo por isso obtido um sentido de responsabilidade que foi, sem dúvida, uma preparação para a prática independente no futuro.

Estágio Opcional – Neonatologia

Realizei, no final do ano letivo, um estágio de Neonatologia no Hospital CUF Descobertas. Este foi um estágio que me despertou bastante interesse, pois esta é uma vertente da especialidade de Pediatria que não tinha tido muita oportunidade para acompanhar. Frequentei o Serviço de Neonatologia, o Internamento no berçário e o Bloco de partos. Foi um estágio muito interessante e completo que me permitiu ter contacto com recém-nascido de termo e pré-termo com normal grau de desenvolvimento e sem patologia associada e saber identificar sinais de alarme nesta faixa etária tão particular.

REFLEXÃO CRÍTICA

Concluindo o último ano do curso cabe-me fazer uma breve reflexão sobre o mesmo. De uma forma geral, posso fazer um balanço positivo, tendo sido um ano em que aprendi muito, vivenciei muitas experiências enriquecedoras e tive a oportunidade de frequentar várias vertentes dos cuidados médicos, tendo essas experiências constituído uma mais valia para o futuro, por ter conhecido diferentes realidades.

No início do presente ano letivo propus-me a cumprir determinados objetivos, tarefa realizada maioritariamente com sucesso. No entanto, não posso passar sem referir aspetos que ficaram por melhorar – por várias circunstâncias – nomeadamente adquirir segurança na identificação e terapêutica de patologias menos frequentes mas mais graves; melhorar a minha capacidade de realizar uma entrevista médica

organizada, principalmente nas áreas onde não pude praticar autonomamente; adquirir mais segurança na prescrição terapêutica, aspeto que tenciono colmatar com mais estudo e atualizações constantes, e melhorar a comunicação com os vários doentes, principalmente com doentes mais complexos, apelativos, vulneráveis ou sensíveis. De qualquer forma, penso que desenvolvi muitas das aptidões necessárias para exercer Medicina, tendo adquirindo uma boa noção da realidade de um médico em Portugal.

Ao longo deste último ano apresentei quatro trabalhos científicos, que se encontram descritos no *Anexo 2.*, e que considero terem sido úteis para melhorar a minha capacidade de usar linguagem científica clara na comunicação com outros profissionais de saúde.

Tive ainda a oportunidade de frequentar algumas formações extracurriculares em áreas que me despertam particular interesse, referidas no *Anexo 4.*.

Com o terminar desta etapa, merece uma palavra a necessidade de me manter constantemente informada das novidades, realizando um estudo regular por forma a estar apta a oferecer os melhores cuidados médicos, orientados por evidências científicas fidedignas e atualizadas.

Termino o curso com a sensação de que fui uma privilegiada por ter tido a oportunidade de aprender com todos os profissionais que me acompanharam e com quem me cruzei, tendo-os como verdadeiros exemplos da médica que quero ser, das atitudes que quero e não ter, das qualidades que acho indissociáveis da profissão e da capacidade de trabalhar sobre grande pressão e em circunstâncias nem sempre ideais. A todos, o meu obrigada.

ANEXOS

ANEXO 1. CRONOGRAMA

Estágio	Coordenador do estágio	Tutor(a)	Período de estágio	Local de estágio
Saúde Mental	Professor Doutor Miguel Talina	Dr. Filipe Gonçalves	11 de setembro de 2017 a 6 de outubro de 2017	CHPL - Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa
Medicina Geral e Familiar	Prof. ^a Doutora Isabel Santos	Dr. ^a . Teresa do Vale	9 de outubro de 2017 a 3 de novembro de 2017	USF Vale do Sorraia
Pediatria	Prof. Doutor Luís Varandas	Dr. ^a Sílvia Bacalhau	6 de novembro de 2017 a 1 de dezembro de 2017	Hospital CUF Descobertas
Ginecologia e Obstetrícia	Prof. ^a Doutora Teresa Ventura	Dr. ^a Eugénia Chaveiro	04 de dezembro de 2017 a 12 de janeiro de 2018	Hospital CUF Descobertas
Cirurgia Geral	Professor Doutor Rui Maio	Dr. Luís Palma Féria	21 de janeiro de 2018 a 16 de março de 2018	Hospital Beatriz Ângelo
Medicina Interna	Prof. Doutor Fernando Nolasco	Dr. ^a Raquel Domingos	19 de março de 2018 a 18 de maio de 2018	Hospital Egas Moniz

ANEXO 2. TRABALHOS CIENTÍFICOS REALIZADOS

Estágio	Tema	Autores
Pediatria	“Púrpura de Henoch-Schönlein e Edema hemorrágico agudo da infância”	Iris Martins Débora Silva Rita Sousa
Ginecologia	“Clampeamento tardio do cordão umbilical”	Iris Martins
Cirurgia Geral	“Hérnia do Hiato Complicada”	Iris Martins Afonso Sousa Diogo Baptista
Medicina Interna	“Terapêutica Antiagregante e Anticoagulante”	Iris Martins Filipa Reis Rita Sousa

ANEXO 3. FOLHETO ALUSIVO AO DIA MUNDIAL DO ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL



USF VALE DO SORRAIA

Estrada da
Lamarosa—Santo
Antonino
2100-042 Coruche
Tlf: 243610500



**Ligue 112
SEJA MAIS
RÁPIDO QUE
UM AVC!**

**SABE
RECONHECER
OS SINAIS DE
UM AVC?**



Fontes:
Guia Prático da Saúde— APMGF
Sociedade Portuguesa do Acidente Vascular
Cerebral
World Stroke Organization

Folheto realizado por Iris Santos Martins e Rita Rosa Domingos - alunas de Medicina do 6º ano da NOVA Medical School



QUANTO MAIS DEPRESSA, MELHOR!

O AVC ocorre quando o sangue não chega a uma parte do cérebro devido a uma **trombose**, embolia ou derrame. As funções do cérebro ficam afetadas e pode alterar-se a capacidade de pensar, entender, falar, mover ou sentir.

O AVC É UMA URGÊNCIA

AVC

112 INEM

UNIDADE AVC
CUIDADOS DE FASE AGUDA

SINAIS DE UM AVC

Na cara:

**A pessoa consegue sorrir?
Tem a boca ou um olho caído?**



No braço:

**A pessoa consegue levantar
os braços?**



Na expressão:

**A pessoa consegue falar com
clareza e entender o que lhe dizem?**



IDENTIFICAR
PRIMEIROS
SINTOMAS
E ACCIONAR
OS MEIOS DE
URGÊNCIA



**PARTILHE A
INFORMAÇÃO.
PODE AJUDAR
A SALVAR UMA
VIDA!!**

ANEXO 4. FORMAÇÕES EXTRACURRICULARES

I Jornadas de Medicina Geral e Familiar



CERTIFICADO

Certifica-se que

Iris Santos Martins

esteve presente nas **I Jornadas de Medicina Geral e Familiar**

que se realizou no dia 13 de Outubro de 2017

no Hotel Olissippo Oriente, Lisboa.

Cláudia de Lemos Silveira
Diretora Academia CUF
José de Mello Saúde



Workshop Exame Neurológico

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Iris Santos Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13820547

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5a00d06eebb23



CNEM - Congresso Nacional de Estudantes de Medicina

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

ANEM - Associação Nacional de Estudantes de Medicina
Alameda Professor Hernâni Monteiro Hospital de São João
4200-319 Porto | Portugal
4200-319 Porto



NOME

Iris Santos Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13820547

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-66v680p3xpwcs



Workshops/Paralelas - Congresso Nacional de Estudantes de Medicina



— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

ANEM - Associação Nacional de Estudantes de Medicina
Alameda Professor Hernâni Monteiro Hospital de São João
4200-319 Porto | Portugal
4200-319 Porto



NOME

Iris Santos Martins

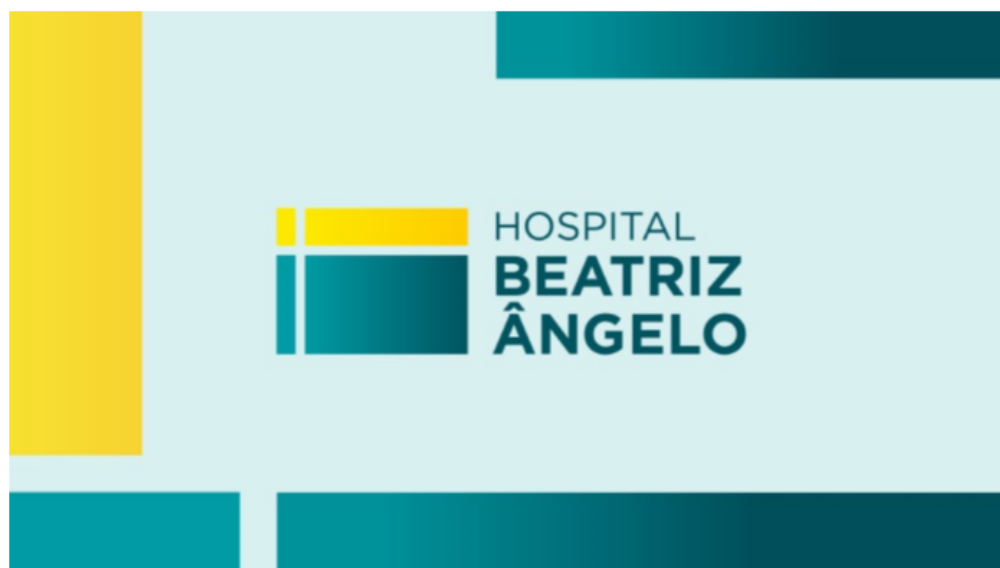
DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13820547

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-59f8e53544471





Abordagem ao Utente Adulto e Criança com Hipoacusia – Surdez Infantil



— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:



Hospital da Luz Learning Health
Rua Carlos Alberto da Mota Pinto, 17-9.º
1070-313 Lisboa

NOME

Iris Santos Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13820547

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5a8957e3a0086



7º Curso de Abordagem ao Doente Urgente - (Mód. 2 - 1ª parte) Via aérea



— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:



Hospital da Luz Learning Health
Rua Carlos Alberto da Mota Pinto, 17-9.º
1070-313 Lisboa

NOME

Iris Santos Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13820547

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5a9d3a6fd4615

7ª Reunião de Imunoalergologia de Lisboa



7ª Reunião de Imunoalergologia de Lisboa

HOTEL OLISSIPPO ORIENTE

20 ABRIL 2018

CERTIFICADO DE PRESENÇA

Certifica-se que:

Iris Santos Martins

participou na **7ª Reunião de Imunoalergologia de Lisboa**, que teve lugar no Hotel Olissippo Oriente, em Lisboa, a 20 de Abril de 2018.

Paula Leiria Pinto

Paula Leiria Pinto

Comissão Organizadora



2º Curso Prático de Urgências Pediátricas no AMP

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

Hospital da Luz Learning Health
Rua Carlos Alberto da Mota Pinto, 17-9.º
1070-313 Lisboa



NOME

Iris Santos Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13820547

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5a959821426a2