

2020/2021

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE
MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA

CRISTIANA PELAEZ BICO
2015418

ORIENTADOR:
PROF. DOUTOR BRUNO HELENO
REGENTE:
PROF. DOUTOR RUI MAIO



“Better is possible. It does not take genius. It takes diligence. It takes moral clarity. And above all, it takes a willingness to try.”
Atul Gawande

Índice

1 - Introdução	3
2 - Objetivos.....	3
3 – Síntese das atividades desenvolvidas	4
3.1. – Estágio parcelar de Ginecologia e Obstetrícia (GO)	4
3.2. – Estágio Parcelar de Saúde Mental	4
3.3. – Estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar (MGF)	5
3.4. – Estágio parcelar de Pediatria	5
3.5. – Estágio parcelar de Cirurgia Geral	6
3.6. – Estágio parcelar de Medicina Interna.....	7
4 – Elementos valorativos	8
5 – Apreciação Crítica	8
6 – Apêndices	11
Apêndice 1 – Cronograma das atividades desenvolvidas	11
Apêndice 2 – Trabalhos e apresentações realizados.....	11
Apêndice 3 – Tabela de sumarização das características positivas e negativas de cada estágio	12
Apêndice 4 – Estatística do número de doentes observados durante o Estágio Profissionalizante, tendo em conta cada Estágio Parcelar.....	13
Apêndice 5 – Casuística das patologias mais observadas nos vários estágios parcelares	13
7 – Anexos.....	14

1 - Introdução

O 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina (MIM) representa o último ano da formação médica pré-graduada e, por isso, adquire o papel fundamental de consolidar competências clínicas adquiridas ao longo do curso, bem como de valores e atitudes necessárias para o correto exercício da profissão médica. Deste modo, este ano integra, na sua maioria, o Estágio Profissionalizante que inclui 6 estágios clínicos parcelares de áreas basilares da Medicina. O presente relatório pretende registar a estruturação dos principais objetivos a que me propus durante este ano, a descrição das atividades desenvolvidas em cada estágio parcelar (Anexo 1), a referência a atividades extracurriculares relevantes para o meu percurso e conclui com uma reflexão crítica acerca do cumprimento, ou não, dos objetivos propostos, das competências aprendidas ou aperfeiçoadas e da sua contribuição para a minha formação académica global e pessoal. No final do relatório, encontram-se ainda, em apêndice, algumas tabelas que permitem a sistematização do descrito previamente.

2 - Objetivos

Ao alcançar esta fase final e tendo em vista a futura fase de formação pós-graduada, considerando sempre a importância da Educação médica continuada¹, neste momento de retrospeção, é importante compreender não só os objetivos que esperava alcançar no final deste percurso mas também as expectativas que a própria sociedade espera de um jovem médico. Assim, tendo por base as competências nucleares¹ que devem ser adquiridas nesta fase, tanto a nível de conhecimentos como de aptidões interpessoais, estabeleci os seguintes objetivos:

- Consolidar e aplicar os conhecimentos teóricos adquiridos na prática clínica;
- Ser capaz de proceder de forma autónoma e estruturada à anamnese e exame objetivo de qualquer doente e colmatar possíveis lacunas existentes;
- Melhorar o raciocínio clínico para aperfeiçoar a organização dos diagnósticos diferenciais e a capacidade de propor decisões terapêuticas adequadas;
- Saber identificar e hierarquizar situações de emergência médica e definir prioridades na sua abordagem;
- Desenvolver a capacidade de expor e sumarizar situações clínicas complexas;
- Desenvolver capacidades de comunicação, não só com os doentes e os seus familiares mas também com os restantes profissionais de saúde, para uma melhor articulação dos cuidados de saúde;
- Adquirir conhecimento e autonomia acerca da organização interna hospitalar bem como dos sistemas informáticos;
- Estimular o sentido de proatividade na busca da constante atualização do conhecimento médico;
- Desenvolver a compreensão do que significa ser médico, da identidade e responsabilidade profissional e dos valores e atitudes que os médicos devem cultivar.

¹ O Licenciado Médico em Portugal

3 – Síntese das atividades desenvolvidas

3.1. – Estágio parcelar de Ginecologia e Obstetrícia (GO)

Hospital Vila Franca de Xira | Data: 7/09/2020 a 2/10/2020 | Tutores: Dr^a Célia Pedroso e Dr^a Ana Margarida Sousa

O estágio de GO teve a duração de 4 semanas. Como principais objetivos deste estágio, estabeleci, além do maior contacto com as patologias mais comuns da Saúde da Mulher, o treino da realização do exame ginecológico e do exame objetivo da grávida.

De forma a cumpri-los, nas primeiras 2 semanas, na área da Obstetrícia assisti a consultas que variaram desde a avaliação de 1^o trimestre até às consultas de programação do parto, durante as quais tive a oportunidade de, além da realização do exame objetivo, realizar também a colheita de exsudados vaginais e anais e da auscultação do foco cardíaco fetal. Assisti ainda a dezenas de ecografias obstétricas em várias idades gestacionais, bem como à realização de 3 amniocenteses para determinação de anomalias cromossómicas.

Durante a segunda quinzena, na área de Ginecologia, assisti a consultas de ginecologia, de patologia do colo, nas quais, onde sendo tutelada, pude realizar algumas colposcopias e citologias do colo do útero, e consultas de planeamento familiar. Ainda nesta área, assisti à realização de várias ecografias ginecológicas e histeroscopias. Deste modo, participei ativamente em cerca de 27 consultas do foro ginecológico e em cerca de 12 na área da obstetrícia. No contexto do internamento, auxiliei na avaliação clínica de cerca de 20 doentes que incluíram grávidas em trabalho de indução de parto, de puérperas, e de doentes pós-cirurgia ginecológica. Semanalmente, durante um período de 12h, acompanhei a equipa no serviço de urgência, altura em que tive um maior contacto com as patologias mais frequentes em GO, tendo observado cerca de 44 doentes, e que assisti à maioria dos partos, presenciei 12 partos eutócicos e 7 cesarianas. No Bloco operatório, assisti a 5 cirurgias do foro ginecológico, principalmente hysterectomias.

Participei no workshop intitulado “The Woman – Obstetrics and Gynecology” e no final do estágio, apresentei um trabalho de revisão, acerca da “Doença inflamatória pélvica e Abscesso Tubo-Ovárico”.^(Apêndice 2)

3.2. – Estágio Parcelar de Saúde Mental

Hospital Júlio de Matos (CHPL) | Data: 5/10/2020 a 30/10/2020 | Tutora: Dr^a Marisa Martins

Neste estágio, defini como objetivos principais melhorar a capacidade de identificar a sintomatologia associada às perturbações psiquiátricas mais prevalentes, bem como desenvolver as técnicas de entrevista clínica, privilegiando uma abordagem ao doente atendendo o modelo biopsicossocial.

As primeiras duas semanas de estágio foram passadas em regime de ensino à distância, durante as quais foi proposta a realização de duas tarefas: a colheita de duas histórias clínicas através da visualização de uma entrevista clínica pré-gravada e a realização de 6 vinhetas clínicas acerca das principais patologias psiquiátricas. Ainda como componente teórico-prática assisti a dois seminários, um sobre casos clínicos para estimular o raciocínio clínico e o outro acerca do estigma da Saúde Mental.

A segunda quinzena decorreu exclusivamente no internamento da Unidade de Psiquiatria para Adolescentes e Jovens Adultos. Neste, pude contactar diariamente com jovens com idades compreendidas entre os 18 e

os 25 anos com várias patologias e contextos sociais e familiares distintos. Durante a minha permanência participei ativamente na realização de várias entrevistas clínicas e intervim nas discussões de diagnóstico, na perspetiva de evolução diária dos doentes e na abordagem terapêutica consequente e no planeamento da reinserção social aquando do processo de alta. Semanalmente, assisti também às reuniões conjuntas do serviço, nas quais eram discutidos os doentes em conjunto com os serviços sociais e que primavam muito pela análise do contexto social dos jovens que, muitas vezes, condicionava a sua reinserção social.

3.3. – Estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar (MGF)

USF Linha de Algés | 2 de novembro a 27 de novembro de 2021 | Dr^o Francisco Carvalho

Encontrando-se a especialidade de MGF mais próxima da população, um dos objetivos que defini para este estágio foi a realização de uma abordagem mais centrada na pessoa, primando pela escuta ativa, de forma a conseguir gerir os problemas de saúde do doente e reforçar a importância da promoção de saúde e da prevenção de doença. De modo a cumprir este intuito, era um dos meus objetivos práticos a realização, de forma organizada, da consulta de MGF.

No período de 4 semanas em que realizei o estágio de MGF, a maioria das Consultas do Adulto estavam a ser realizadas em formato de Teleconsulta, através de contacto telefónico. Deste modo, contactei com a maioria dos doentes nas consultas de Saúde Infantil e Juvenil onde o exame objetivo era orientado de acordo com a faixa etária das crianças e onde era importante a compreensão das etapas de desenvolvimento não só físico como cognitivo e psicossocial. Outra característica relevante era a promoção e prevenção de saúde que era feita através dos pais, aos quais deviam ser transmitidos conhecimentos e ferramentas que permitissem o acompanhamento correto das crianças. Relativamente à Consulta Aberta, assisti a cerca de 12 consultas, de doentes com idades entre os 6 e os 75 anos, prevalecendo, e tive a oportunidade de conduzir de forma autónoma, mas supervisionada, duas destas consultas. Nas restantes consultas, realizei o exame objetivo, maioritariamente direcionado para a patologia músculo-esquelética.

Para além das áreas comuns de atuação de uma unidade de saúde familiar, o médico de família ainda ficava encarregue da gestão de doentes na plataforma Trace Covid, sendo que, foi minha função diariamente contactar alguns destes doentes e ajudar a gerir não só situações de patologia ativa mas também aqueles que se encontravam em isolamento profilático. Assim, ajudei a gerir os sintomas e terapêutica mas também tentei auxiliar na promoção da prevenção, realçando a importância do isolamento nos casos de doença e quais os cuidados a ter.

3.4. – Estágio parcelar de Pediatria

Hospital Dona Estefânia | 30 de novembro de 2020 a 8 de janeiro de 2021 | Dr^a Rute Baptista

A especialidade de pediatria envolve uma população bastante específica, como tal, a abordagem da mesma deve ser adaptada. Deste modo, estabeleci como objetivos melhorar a capacidade de comunicação, aperfeiçoar o exame objetivo direcionado e ser capaz de identificar as patologias mais frequentes consoante a faixa etária. O estágio de pediatria decorreu durante 4 semanas e, apesar da minha tutora ser

subespecializada em Nefrologia, permitiu-me a organização de um estágio mais dinâmico e diversificado de modo a contactar com várias áreas da pediatria. Assim, frequentei não só o internamento de Nefrologia como também o da Unidade de Adolescentes, no qual ficava responsável pela avaliação clínica de 1 doente o que me permitiu aperfeiçoar a realização da anamnese, exame objetivo e registo do diário clínico. Posteriormente, era discutida a avaliação das possíveis hipóteses de diagnóstico e de gestão terapêutica do doente com a restante equipa médica. Supletivamente, frequentei a Unidade de Cuidados Intensivos Pediátrica onde contactei com doentes que necessitavam de estar sob uma maior vigilância. Aí assisti a algumas técnicas como entubação orotraqueal e remoção de drenos.

Particpei num total de 20 consultas de diferentes áreas, nomeadamente de Nefrologia, Pediatria Geral e de Imunoalergologia, nas quais realizei o exame objetivo direcionado, a par de registos de pressão arterial, peso e altura, sendo a maioria destas consultas de monitorização de doentes com patologias crónicas. Frequentei semanalmente o Serviço de Urgência, onde a observação de cerca de 28 doentes permitiu a minha melhoria da capacidade de raciocínio clínico, de realização do exame objetivo, e de identificação das patologias mais frequentes, bem como do reconhecimento dos critérios de gravidade das mesmas. No seminário que decorreu no final do estágio, realizei, em grupo, um trabalho acerca da “Interpretação do Hemograma”.

3.5. – Estágio parcelar de Cirurgia Geral

Hospital da Luz | 18 de janeiro a 12 de março de 2021 | Dr^o João Rebelo de Andrade

O estágio de cirurgia geral decorreu durante 8 semanas, tendo, durante duas delas, frequentado um estágio opcional em Anestesiologia. Além da consolidação de conhecimentos teóricos acerca das patologias cirúrgicas, os meus objetivos para este estágio também incidiram na melhoria da compreensão da gestão multidisciplinar do doente, e na melhoria das técnicas não só cirúrgicas, em especial da técnica de sutura cirúrgica e entubação orotraqueal, como também das técnicas de assepsia. Na vertente mais teórico-prática do estágio, decorreu o curso TEAM (*Trauma Evaluation And Management*) e participei a várias sessões de casos clínicos e de outros temas relevantes à prática clínica, onde foram discutidos, entre alunos e assistentes, vários casos clínicos, alguns deles retirados de provas anteriores da Prova Nacional de Seriação. O restante estágio decorreu, na maioria, no bloco operatório onde assisti a cerca de 33 cirurgias, do foro hépato-biliar, colo-rectal e de patologias da parede abdominal bem como a cirurgias da tiroide. Dentro destas cirurgias, tive a oportunidade de participar em cerca de 12 quer como 1^a ajudante com também 2^aajudante. Na consulta externa, participei em cerca de 39, que variaram entre consultas de primeira avaliação e consultas de seguimento pós-operatório. Neste contexto, as patologias mais comuns foram a patologia herniária e a patologia hemorroidária, o que me permitiu praticar o exame objetivo dirigido para a patologia abdominal e o toque retal. Ainda nesta vertente, participei em procedimentos de pequena cirurgia como a remoção de pontos, oncoplastia e a excisão de quistos superficiais. Semanalmente, assisti à reunião multidisciplinar, onde era discutida qual a abordagem mais adequada para casos mais complexos. Na opcional de Anestesiologia, acompanhei e participei na realização de procedimentos anestésicos e

aprofundei conhecimentos acerca das diferentes modalidades anestésicas, nomeadamente da anestesia geral e loco-regional. Destaco a oportunidade de ter realizado técnicas como a entubação com máscara laríngea e a utilização do laringoscópio para entubação oro-traqueal.

Durante o estágio, participei também numa sessão prática de técnicas cirúrgicas onde treinei vários procedimentos nomeadamente: suturas, entubação laríngea e oro-traqueal e ainda a colocação de um cateter venoso arterial. No final do estágio, participei no minicongresso online onde, juntamente com alguns colegas, apresentei um caso clínico intitulado *“The Volvo that drives you to the ER”*. (Apêndice 2)

3.6. – Estágio parcelar de Medicina Interna

Hospital de Santa Marta | 15 de março a 14 de maio de 2021 | Dr^a Teresa Garcia

O estágio de medicina interna teve a duração de 8 semanas, envolvendo o internamento, a consulta externa e o serviço de urgência. Como objetivos primordiais deste estágio estabeleci: o desenvolvimento da minha autonomia relativamente à anamnese e à realização do exame objetivo, o acompanhamento de doentes no serviço de urgência, a melhoria da capacidade de síntese e de discussão de casos clínicos complexos e a familiarização com o sistema informático.

No internamento, fui integrada na equipa médica e fiquei diariamente encarregada da avaliação clínica autónoma de 1 a 2 doentes, realizei a recolha da anamnese, exame objetivo e registo no diário clínico dos mesmos. Posteriormente, discutia com a restante equipa acerca da possível necessidade de exames complementares de diagnóstico e qual a abordagem terapêutica adequada. Durante esta valência observei cerca de 24 doentes nos quais as patologias mais frequentes foram a patologia cardiovascular e a infecciosa. Semanalmente nas reuniões de serviço participei ativamente através da apresentação de um caso clínico.

Relativamente às consultas externas, participei em 22 consultas de Diabetes Mellitus, Hipertensão e gestão de risco cardiovascular. Nestas, participei na realização do exame objetivo, monitorização da pressão arterial, auscultação pulmonar e cardíaca e medição da glicémia capilar. Ainda durante o estágio tive a oportunidade de acompanhar a equipa da Hospitalização domiciliária. Nesta valência, assisti à gestão de doentes clinicamente estáveis aos quais eram prestados cuidados de nível hospitalar no conforto das suas casas.

Semanalmente, frequentei o serviço de urgência no Hospital de São José, onde acompanhei a restante equipa na observação de doentes nos gabinetes de observação e na sala de reanimação. Nos balcões de atendimento além de acompanhar a equipa, foi-me dada autonomia para, sozinha, realizar a colheita da história e exame objetivo de vários doentes e discutir posteriormente acerca da abordagem ao doente. Neste contexto de urgência, as patologias que mais observei foram infeções do trato genito-urinário, e a patologia com maior gravidade foi uma intoxicação medicamentosa que observei na sala de reanimação.

Participei ainda em dois workshops, um acerca de *“Alterações do equilíbrio Ácido-Base”* e outro acerca de *“Decisões de Fim de Vida”*. No final do estágio, juntamente com os restantes colegas, apresentámos, com base num caso clínico, uma revisão da abordagem de Hipertensão pulmonar. (Apêndice 2)

4 – Elementos valorativos

De forma a complementar os conhecimentos adquiridos ao longo deste estágio profissionalizante e de forma a enriquecer ainda mais a minha formação participei em algumas atividades de temas variados, das quais destaco: o TedX Campo Santana; o Congresso N2s (centrado nas ciências da Nutrição); Future MD; a palestra acerca da “Saúde Digital – A inovar para transformar”. A nível internacional e pela importância que teve no meu percurso refiro também a participação do programa ERASMUS+ na Nicolaus Copernicus University em Torun, na Polónia, no ano letivo 2019/2020.

5 – Apreciação Crítica

A Medicina é uma arte em constante renovação, pelo que quem percorre esta jornada deve ter um constante desejo e curiosidade pelo saber. Deste modo, terminando este último ano do percurso académico, é imperativa a realização de um balanço retrospectivo do mesmo, para compreender quais os objetivos que foram cumpridos, e qual o valor que cada estágio e atividade extracurricular acrescentaram ao meu desenvolvimento pessoal e profissional, para assim, compreender o ponto de situação em que me encontro com o culminar da formação pré-graduada.

Iniciei este ano com o estágio parcelar de **Ginecologia e obstetrícia**. Este permitiu-me ter uma visão global da especialidade e correspondeu às minhas expectativas, nomeadamente, na oportunidade de contactar com as patologias mais prevalentes, tanto na área da ginecologia como da obstetrícia, assim como no treino de competências clínicas a que me tinha proposto. Neste estágio, ressalvo a importância de, particularmente nas consultas de planeamento familiar, assegurar que os doentes se encontravam corretamente informados, neste caso, acerca dos métodos contraceptivos e da importância que tem o reforço da prevenção de infeções sexualmente transmissíveis e da diferença que estas atitudes podem ter na vida dos doentes.

O estágio de **Saúde Mental** ficou marcado pela importância do combate ao estigma da saúde mental, uma vez que este permanece como um dos principais obstáculos à recuperação e reabilitação dos doentes. Uma particularidade neste estágio foi o facto de apenas ter realizado a entrevista clínica de dois doentes, tendo estado em contacto com uma maior diversidade de perturbações psiquiátricas através das reuniões de serviço. No entanto, não considero que tenha sido um aspeto negativo do estágio, uma vez que me permitiu, devido ao maior tempo passado com o mesmo doente, a construção de uma melhor relação médico-doente que facilitou o diálogo e a avaliação do doente ao longo do internamento, indo ao encontro de um dos objetivos gerais propostos inicialmente. Neste estágio, senti apenas falta da participação em consultas desta especialidade pela falta de contacto com doentes em fase de reabilitação.

O estágio de **MGF** foi, provavelmente, o estágio mais afetado pela pandemia COVID-19, uma vez que as restrições impostas no contexto da mesma limitaram uma grande parte das consultas presenciais, impossibilitando-me de cumprir todos os objetivos a que me tinha proposto inicialmente, nomeadamente a na gestão autónoma de uma consulta do início ao fim. No entanto, tive na mesma, a oportunidade de iniciar

consultas abertas e de realizar o exame objetivo dirigido a todos os doentes e, por isso, no aspeto prático, penso ter cumprido o objetivo proposto, tendo aprimorado durante o estágio, particularmente, a realização do exame objetivo musculoesquelético. Gostava também de realçar que participar na monitorização de doentes sinalizados na plataforma Trace COVID, me permitiu ajudar a criar uma relação médico-doente, e valorizar a importância do papel do médico na transmissão de informação correta e baseada na evidência aos doentes, principalmente numa altura em que a informação se encontrava em constante mudança.

No que concerne ao estágio de **Pediatria**, este ficou marcado pelo contacto com várias subespecialidades conseguindo cumprir o objetivo de compreender as patologias mais frequentes das mesmas. Melhorei a capacidade de comunicação, que neste caso envolve três partes: o doente, o médico e os pais, e apesar de ainda sentir alguma dificuldade, considero que evoluí muito na capacidade de construção desta boa relação tripartida. Devido ao elevado tempo de permanência no serviço de urgência, treinei a realização do exame objetivo através da sistematização e repetição do mesmo.

Do estágio de **Cirurgia Geral**, destaco, além do avultado número de consultas e procedimentos de pequena cirurgia em que participei, também a vivência direta da dinâmica do bloco operatório que me proporcionou uma aprendizagem diversificada. Estas experiências ajudaram-me a cumprir os objetivos a que me tinha proposto, tanto a nível de capacidades técnicas, como de familiarização com o material cirúrgico utilizado, bem como a nível das capacidades de comunicação. Destas, destaco a importância que têm na gestão de expectativas e receios dos doentes face às intervenções a que vão ser submetidos e respetivo pós-operatório. O facto de ter realizado o estágio no Hospital da Luz trouxe-me a oportunidade de contactar com uma realidade diferente da que tinha experienciado anteriormente, com uma maior facilidade de acesso a meios complementares de diagnóstico, e possibilidade de contactar com tecnologias inovadoras na área da cirurgia, nomeadamente cirurgia 3D e de assistir a cirurgia robótica em que as máquinas se tornam uma espécie de extensão das mãos do cirurgião, que também foi um dos pontos positivos deste estágio. Saliento também o curso de treino de procedimentos de técnicas cirúrgicas, pois o facto de o contacto inicial ser em modelos permitiu um treino prático sem o medo de magoar ou errar, ajudou-me não só a treinar a técnica mas também a confiança. O único ponto negativo do estágio remete para a impossibilidade de frequentar o serviço de urgência, deixando por cumprir a observação de patologia urgente que ficou aquém do esperado. Terminei o estágio profissionalizante com o estágio de **Medicina Interna**, o que terá sido particularmente vantajoso, uma vez que, além da abrangência e transversalidade da especialidade, também foi onde adquiri mais competências práticas, sendo agora capaz de uma abordagem autónoma das patologias mais prevalentes. A discussão diária dos casos que observava permitiu-me treinar a minha capacidade de sintetizar casos clínicos, indo de encontro aos objetivos inicialmente propostos. O contacto com um elevado número de casos sociais que acabavam por ficar internados apenas por este contexto foi uma realidade presente neste estágio, e contrastou bastante com a minha experiência na hospitalização domiciliária. Aqui pude fazer parte desta humanização dos serviços e foi verdadeiramente recompensador, ver a valorização do papel da

família e a diferença que um bom ambiente familiar em segurança faz na recuperação dos doentes foi clara e ter tido a oportunidade de fazer parte dos sorrisos e boa disposição que a equipa levava a cada doente foi, sem dúvida, uma experiência enriquecedora.

Para além do estágio, procurei participar em atividades extracurriculares que complementassem lacunas do meu percurso nestes seis anos de curso e em atividades que satisfizessem áreas de curiosidade ou inovação. Assim, destaco a participação na conferência N2s, dedicada às ciências da nutrição que considero uma área que, apesar de inerentemente se encontrar ligada à atividade diária do médico, é pouco desenvolvida no currículo do estudante de medicina. Após experienciar este ano de mudanças, muitas delas impostas pela pandemia de COVID-19, passámos a ter uma vida mais digital e esta moldou não só a gestão de informação como a gestão de doentes pelo que a palestra “Saúde Digital – A inovar para transformar” serviu para compreender quais as barreiras a nível da saúde digital que já ultrapassámos e o que nos esperará no futuro. Dentro de atividades que considero terem sido estruturantes para a meu enriquecimento pessoal, não posso deixar de referir o programa *Erasmus+*, durante o 2º semestre do 4º ano de Medicina, na *Nicolaus Copernicus University* em Torún (Polónia). Foi uma experiência enriquecedora a nível pessoal e académico, pois, além da oportunidade que tive de contactar com outras culturas experienciei também outros métodos de ensino, que me fizeram valorizar o bom ensino médico que temos em Portugal, não só pela grande componente clínica que experienciamos mas também pela importância que o rácio tutor:aluno, que na NMS|FCM geralmente variou entre 1:1 e 1:3, tem na facilitação da troca de conhecimentos e abordagem ao doente. A situação pandémica em que vivemos representou um desafio não só na educação como nos sistemas de saúde. Passei assim o meu último ano a incorporar a pandemia no meu percurso, foi um período de mudança e adaptação, acabando por se tornar também num período de aprendizagem, não só em questões de saúde pública, mas também, me ajudou a assumir uma perspetiva mais humanista e solidária da atividade médica, o que fez com que este ano fosse caracterizado por uma vontade de querer fazer mais e melhor.

Numa perspetiva global, considero que cumpro os objetivos a que inicialmente me tinha proposto, em todos os estágios pude trabalhar e melhorar as minhas competências na abordagem ao doente, e aumentei progressivamente a minha autonomia e confiança na gestão do doente em todas as suas dimensões.

Termino, assim, este ano com um sentimento de dever cumprido e de esperança, com elevada satisfação pessoal e académica, convicta de que os 6 anos de formação nos quais trabalhei e aos quais me dediquei me prepararam para a prática clínica e responsabilidades inerentes que me irão ser impostas num futuro próximo, e que me capacitaram para exercer uma medicina mais humana.

Finalizo, agradecendo a todos os tutores e profissionais que acompanharam o meu percurso, a todos os doentes que partilharam comigo histórias e experiências, aos meus colegas e amigos que me acompanharam ao longo deste percurso e, sobretudo, à minha família, em especial aos meus pais, que, além de tornarem tudo possível, mostraram sempre um apoio incansável.

6 – Apêndices

Apêndice 1 – Cronograma das atividades desenvolvidas

Estágio Parcelar	Tutor	Período de estágio	Local	Trabalhos realizados
Ginecologia e Obstetrícia	Dr ^a . Célia Pedroso e Dr ^a . Ana Margarida Sousa	7/09/2020 a 2/10/2020	Hospital Vila Franca de Xira	“Doença inflamatória pélvica e Abscesso Tubo-Ovárico” Abordagem e revisão teórica
Saúde Mental	Dr ^a . Marisa Martins	5/10/2020 a 30/10/2020	Hospital Júlio de Matos	Três histórias clínicas Seis vinhetas clínicas com 3 questões cada
Medicina Geral e Familiar	Dr. Francisco Carvalho	2/11/2020 a 27/11/2020	USF Linha de Algés	Caso clínico sobre Esclerose sistémica
Pediatria	Dr ^a . Rute Baptista	30/11/2020 a 8/01/2021	Hospital Dona Estefânia	“Interpretação do Hemograma”
Cirurgia Geral	Dr. João Rebelo de Andrade	18/01/2021 a 12/03/2021	Hospital da Luz	“The Volvo that drives you to the ER” Caso clínico e revisão teórica acerca de volvo intestinal
Medicina Interna	Dr ^a . Teresa Garcia	15 /03/2021 a 14/05/2021	Hospital de Santa Marta	“Hipertensão Pulmonar” Caso clínico, abordagem e revisão teórica

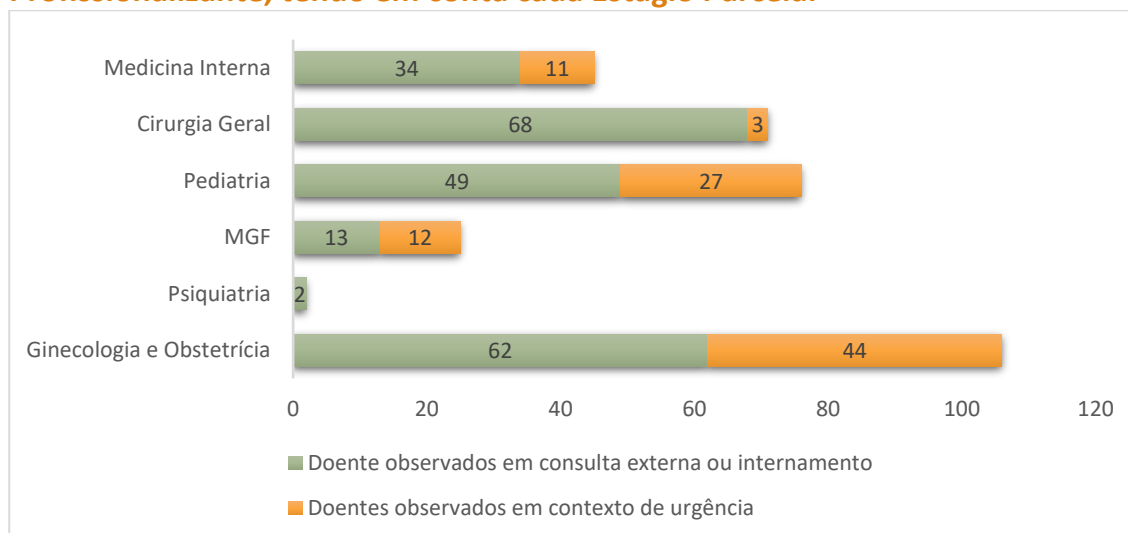
Apêndice 2 – Trabalhos e apresentações realizados

Estágio parcelar	Tema	Descrição
Ginecologia e obstetrícia	“Doença inflamatória pélvica e Abscesso Tubo-Ovárico”	Abordagem e revisão teórica. Este tema foi escolhido uma vez que nas semanas frequentadas no estágio o abscesso tubo-ovárico como complicação de doença inflamatória pélvica não tratada foi uma patologia recorrentemente observada.
Saúde Mental	Três histórias clínicas Seis vinhetas clínicas com 3 questões cada	2 história clínicas realizadas através da visualização pré-gravada da entrevista clínica e outra realizada no internamento acerca de transtorno afetivo bipolar.
Medicina Geral e Familiar	Esclerose sistémica	Revisão teórica e gestão da clínica, diagnóstico e tratamento desta patologia crónica. Esta tema surgiu a propósito de um caso que observei na consulta.
Pediatria	“Interpretação do Hemograma”	A revisão da interpretação do hemograma surgiu como forma a consciencializar os restantes alunos e docentes para qual a verdadeira utilidade deste meio complementar de diagnóstico que é rotineiramente pedido.
Cirurgia Geral	“The Volvo that drives you to the ER”	Revisão bibliográfica de Volvo intestinal com enfoque na etiologia, epidemiologia, manifestações clínicas, abordagem diagnóstica e terapêutica. O tema surgiu com base num caso clínico observado em contexto de urgência.
Medicina Interna	“Hipertensão Pulmonar”	Após o contacto com um caso de HTP idiopática este tema foi proposto no sentido de relembrar os alunos e restante equipa médica da epidemiologia, fisiopatologia, apresentação clínica, marcha diagnóstica e terapêutica.

Apêndice 3 – Tabela de sumarização das características positivas e negativas de cada estágio

Estágio parcelar	Pontos positivos	Pontos Negativos
Ginecologia e Obstetrícia	<ul style="list-style-type: none"> • Liberdade de organizar o estágio • Elevado número de vários tipos de consultas • Assistir a procedimentos técnicos • Tempo de permanência nas urgências 	<ul style="list-style-type: none"> • Predominantemente observacional
Saúde Mental	<ul style="list-style-type: none"> • Treino da entrevista clínica • Participação nas reuniões multidisciplinares • Vinhetas clínicas • Vídeo de entrevista clínica 	<ul style="list-style-type: none"> • Poucos doentes observados • Sem experiência em consultas
Medicina Geral e Familiar	<ul style="list-style-type: none"> • Ótima integração na equipa • Prática do exame músculo-esquelético • Participar no projeto TRACE covid 	<ul style="list-style-type: none"> • Impossibilidade de dirigir consultas de forma mais autónoma • Poucos doentes observados presencialmente
Pediatria	<ul style="list-style-type: none"> • Dinâmica do estágio, possibilidade de ter passado em várias especialidades • Elevada permanência no serviço de urgência 	<ul style="list-style-type: none"> • Pouco contacto com patologias do foro respiratório
Cirurgia Geral	<ul style="list-style-type: none"> • Anestesiologia como especialidade opcional • Curso TEAM • Participação num elevado número de cirurgias • Inovação tecnológica • Sessões de discussão de casos da PNAFE 	<ul style="list-style-type: none"> • Sem experiência no serviço de urgência
Medicina Interna	<ul style="list-style-type: none"> • Ótima integração na equipa médica • Autonomia • Discussão diária dos doentes • Hospitalização domiciliária • Reuniões de serviço e visita médica 	<ul style="list-style-type: none"> • Equipa médica extensa que diminui possibilidade de procedimentos práticos

Apêndice 4 – Estatística do número de doentes observados durante o Estágio Profissionalizante, tendo em conta cada Estágio Parcelar



Apêndice 5 – Casuística das patologias mais observadas nos vários estágios parcelares

Estágio Parcelar	Vertente	Faixa etária	Patologias mais frequentes
Ginecologia e Obstetrícia	Consulta externa	15 – 76 anos	Dismenorreia e metrorragias
	Serviço de urgência	18 – 45 anos	Infeções vulvo-vaginais
Saúde Mental	Internamento	18-25 anos	Transtorno afetivo Bipolar
MGF	Consulta Aberta	6 -76 anos	Lombalgia
	Consulta externa	4 – 14 anos	Asma e rinite alérgica, pielonefrite
Pediatria	Internamento	5 – 18 anos	Colite ulcerosa
	Serviço de urgência	3 meses – 15 anos	Gastroenterite aguda
Cirurgia geral	Consulta externa	19 – 80 anos	Patologia hemorroidária, sinus pilonidalis, e quisto sebáceo
	Bloco operatório	35 – 85 anos	Colecistectomia laparoscópica e hernioplastia
Medicina Interna	Internamento	43 – 97 anos	Insuficiência cardíaca descompensada, Acidente vascular cerebral, Pielonefrite
	Serviço de urgência	22 – 89 anos	Infeções genito-urinárias

7 – Anexos

Anexo 1 - Curso TEAM	14
Anexo 2 - TedxCampoSantana.....	15
Anexo 3 - Sessões de Simulação - UC Cirurgia.....	16
Anexo 4 - N2S Conference.....	17
Anexo 5 - Saúde Digital - A Inovar para Transformar	18
Anexo 6 - Future MD 4.0	19
Anexo 7 - Future MD 4.0 - Médicos pelo Mundo	20
Anexo 8 - Certificado de Participação no programa ERASMUS +.....	21

Anexo 1 - Curso TEAM



Certificado


Pelo presente se certifica que

CRISTIANA PELAEZ BICO

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado no dia 21 de Maio de 2021.

O Curso "TEAM" está integrado no currículo do 6º Ano do Mestrado Integrado de Medicina da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa. É organizado pelo ATLS Portugal e pela Sociedade Portuguesa de Cirurgia, segundo o formato educativo proposto pelo American College of Surgeons para estudantes de Medicina.


Professor Doutor Rui Maio
Regente U.C. Cirurgia Estágio


Dr. José Luís Ferreira
Coordenador do TEAM/NMS | FCM-UNL

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



TEDxCampoSantana

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Pelaez

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14999568

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5f99ec3c5eb19



Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Janeiro 2021



— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Pelaez

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14999568

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-600e8788aa7ab



Bilhete Webinar

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Pelaez

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14999568

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-607768bc83f99

Evento

Bilhete Webinar

08-05-2021 10:00 → 09-05-2021 17:00 - Duração: 8 horas

A Nutrition Science Student Conference é um evento dirigido a todos os estudantes universitários da área das Ciências da Saúde e da Vida, centrado na divulgação das Ciências da Nutrição enquanto área científica fulcral.

De forma inovadora, visamos inspirar a nova geração de profissionais da área da saúde a contemplarem as Ciências da Nutrição na sua atividade diária.

Cientes da importância da multidisciplinaridade para a excelência do exercer de qualquer profissão, convidamos-te a conhecer esta área tão importante a vários níveis!

Vem participar na 1ª Edição da N2S Conference!



Saúde Digital - A Inovar para Transformar

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Pelaez

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14999568

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-606cce283ab22

Evento

Saúde Digital - A Inovar para Transformar

08-04-2021 18:30 → 08-04-2021 20:00 - Duração: 1 horas

A Saúde Digital é uma área em constante e emergente desenvolvimento.

Em que consiste? Que barreiras já permitiu ultrapassar? Quais ainda tem pela frente?



FutureMD - Bilhete Premium

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Pelaez

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14999568

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-608882f86239a

Evento

FutureMD - Bilhete Premium

22-05-2021 09:00 → 23-05-2021 19:00 - Duração: 48 horas

O FutureMD está de volta com uma nova edição que promete ser memorável! Esta 3ª Edição irá decorrer em formato online nos dias 22 e 23 de Maio. Se és **aluno do 4º, 5º ou 6º Ano**, poderás adquirir o **Bilhete Premium**, que te dá acesso às **Sessões Plenárias**, à **Mesa Redonda** e a um **Bloco de Sessões Paralelas** do Congresso. Para adquirires este bilhete, **basta inscreveres-te no congresso na Plataforma UpEvents da AEFCM**.

Este é o momento de estares Frente a Frente com o teu Futuro!



Médicos pelo Mundo (FutureMD)

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Pelaez

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14999568

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5fb439ece20fd

Evento

Médicos pelo Mundo (FutureMD)

21-11-2020 10:30 → 21-11-2020 18:00 - Duração: 8 horas

O Médicos pelo mundo é um evento que surge no âmbito do projeto FutureMD, dedicado à temática da Formação Médica no estrangeiro. Este é um tema cada vez mais presente na realidade dos estudantes de Medicina, no entanto, verifica-se uma carência de informação sobre o assunto.

Pretendemos, assim, proporcionar aos estudantes um evento que os esclareça sobre oportunidades no estrangeiro, empregabilidade, e todas as condicionantes inerentes à realização da Formação Médica fora de Portugal. Iremos abordar, em específico, os seguintes países: Alemanha, Dinamarca, EUA, Austrália, Suíça e Reino Unido. Para além disso, iremos contar com a presença do Gabinete de Apoio ao Médico Residente no Estrangeiro da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos.

SECÇÃO DE INTERCÂMBIO E MOBILIDADE
DIVISÃO ACADÉMICA

BOLETIM DE RECONHECIMENTOS ACADÉMICOS

Informo que a aluna Cristiana Pelaez Bico, que frequentou a *Nicolaus Copernicus University in Torun*, (Polónia), no ano letivo 2018/2019, no âmbito do Programa Erasmus+ Estudos, obteve aproveitamento nas unidades curriculares que constavam no *Learning Agreement*, pelo que deverá ser-lhe atribuída creditação às seguintes unidades curriculares do Plano de Estudos do Mestrado Integrado em Medicina da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas:

Unidade Curricular:

Especialidades médicas e cirúrgicas 2
Introdução à pediatria e saúde na adolescência
O doente idoso
Opcional livre

Número total de páginas do boletim: 4

O Coordenador dos Programas de Mobilidade

Prof. Doutor Paulo Paixão



Lisboa, 08/07/2019