



Maria Canas Mendes

Maria Barbosa Canas Mendes | 2019342

Regente: Prof. Doutor Rui Maio

Orientadora: Doutora Alexandra Cabeleira



PINTURA DA CAPA EM AGUARELA “AS CARAS ATRÁS DA HISTÓRIA”

Representação dos doentes que mais me marcaram ou sobre os quais realizei trabalhos ou histórias clínicas ao longo dos estágios profissionalizantes do 6º ano. Embora não sejam retratos fidedignos para preservar o seu anonimato, lembram-me a razão pela qual decidi seguir Medicina. Foi graças a estes doentes e às suas histórias que pude aprender tanto ao longo deste ano.

AGRADECIMENTOS

À minha família, em especial à minha mãe, por ser a minha maior inspiração, pelo seu apoio incansável, por me ter ensinado que há sempre uma maneira, e por saber ainda antes de mim que este era o caminho certo. Aos meus colegas que partilham comigo o entusiasmo por esta profissão que escolhemos, e com quem aprendo todos os dias.

Aos meus tutores durante este ano, aos internos, enfermeiros, e outros profissionais da saúde que me ensinaram por exemplo a fazer parte de uma equipa hospitalar, que me receberam de braços abertos e me tornaram numa melhor profissional e pessoa.

Acima de tudo aos doentes com que contactei, incluindo os que já não estão entre nós. Sem eles não poderia nunca estar preparada para a próxima etapa que se avizinha.

Muito obrigada a todos.

ÍNDICE

GLOSSÁRIO.....	3
INTRODUÇÃO E OBJETIVOS	4
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS.....	4
SAÚDE MENTAL.....	4
MEDICINA GERAL E FAMILIAR	5
PEDIATRIA.....	5
GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA	6
CIRURGIA GERAL	7
MEDICINA INTERNA.....	8
CIRURGIA PLÁSTICA, RECONSTRUTIVA E ESTÉTICA – ESTÁGIO OPCIONAL	8
ELEMENTOS VALORATIVOS	9
REFLEXÃO CRÍTICA	9
APÊNDICES E ANEXOS.....	12
ANEXO I – CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	12
ANEXO II – TRABALHOS REALIZADOS	12
ANEXO III – ASPETOS POSITIVOS E NEGATIVOS DE CADA ESTÁGIO	12
ANEXO IV – CASUÍSTICA DOS DOENTES OBSERVADOS	13
ANEXO V – Certificado CURSO TEAM	15
ANEXO VI – CERTIFICADO SIMULAÇÃO HOSPITAL DA LUZ	15
ANEXO VII – CERTIFICADO WORKSHOP ELETROCARDIOGRAFIA.....	16
ANEXO VIII – CERTIFICADO PARTICIPAÇÃO <i>FUTURE MD</i>	16
ANEXO IX – CERTIFICADO PARTICIPAÇÃO <i>IMED CONFERENCE 16.0</i>	17
ANEXO X – BOLETIM DE RECONHECIMENTOS ACADÉMICOS NO PROGRAMA ERASMUS+	18
ANEXO XI – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO <i>MISSÃO PAÍS</i>	19
ANEXO XII – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO <i>ARTE NO HOSPITAL</i>	20
ANEXO XIII – PARTICIPAÇÕES NO PROJETO <i>CURARTE</i>	21
ANEXO XIX – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO <i>KILLING US SOFTLY 2.0</i>	22
ANEXO XX – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO <i>WORKSHOP ESCRITA CRIATIVA</i>	23
ANEXO XXI – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO <i>“PRECISAMOS DE ARTE NA MEDICINA?”</i>	24

GLOSSÁRIO

EP – Estágio Profissionalizante

SM – Saúde Mental

MGF – Medicina Geral e Familiar

GO – Ginecologia e Obstetrícia

MI – Medicina Interna

CG – Cirurgia Geral

CPRE – Cirurgia Plástica Reconstructiva e Estética

USF – Unidade de Saúde Familiar

SU – Serviço de Urgência

ITU – Infecção do Trato Urinário

UCERN - Unidade de Cuidados Especializados Respiratórios e de Nutrição

BO – Bloco Operatório

UCI – Unidade de Cuidados Intensivos

HBA – Hospital Beatriz Ângelo

HSM – Hospital de Santa Maria

INTRODUÇÃO E OBJETIVOS

O Estágio Profissionalizante (EP) do 6.º ano do Mestrado Integrado em Medicina é uma fase fundamental na formação dos jovens médicos em Portugal, permitindo o desenvolvimento de competências técnicas e pessoais que promovem uma prática clínica mais autónoma e preparam a transição para a formação pós-graduada. No âmbito deste estágio, passei pelas especialidades de Saúde Mental (SM), Medicina Geral e Familiar (MGF), Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia (GO), Cirurgia Geral (CG) e Medicina Interna (MI), além de duas semanas de estágio opcional em Cirurgia Plástica Reconstrutiva e Estética (CPRE).

A análise das fichas das Unidades Curriculares e de documentos como o “O Licenciado Médico em Portugal” evidencia a importância de um estágio prático, exigente e orientado por objetivos gerais e específicos. A reflexão crítica sobre o seu cumprimento permite uma autoavaliação do meu percurso e da qualidade da formação médica na nossa faculdade.

Identifico como principais objetivos gerais do EP: 1) Consolidar competências na colheita de história clínica, exame objetivo e formulação de hipóteses diagnósticas com maior autonomia; 2) Integrar ativamente as equipas, contribuindo com tarefas como diários clínicos, pequenos procedimentos (ex.: gasometrias) ou consultas supervisionadas; 3) Aplicar os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo do curso na prática clínica, promovendo o raciocínio diagnóstico e a abordagem das patologias mais prevalentes; 4) Desenvolver competências de comunicação com doentes e famílias de diferentes idades, géneros, origens e níveis socioeconómicos, adequando a linguagem à literacia em saúde e promovendo estilos de vida saudáveis; 5) Abordar os doentes de forma holística, integrando os seus contextos pessoal, físico, familiar e espiritual.

Concluídas as 32 semanas de estágio obrigatório e duas semanas opcionais, este relatório tem como objetivo demonstrar os objetivos atingidos, refletir sobre os que ficaram por cumprir e apresentar outras atividades desenvolvidas que contribuíram para a minha formação como médica.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

SAÚDE MENTAL

O estágio de Saúde Mental, realizado de 9 de setembro a 4 de outubro de 2024, marcou o início do EP do 6.º ano. Durante duas semanas estive na Unidade de Saúde Familiar da Damaia, integrada na equipa comunitária coordenada pela Dr.ª Alexandra Lourenço, e nas restantes no Hospital de Dia de Psiquiatria do Hospital Fernando da Fonseca, onde acompanhei o Dr. João Carlos Melo e as terapeutas ocupacionais nas suas atividades diárias. Dado o carácter da especialidade, este estágio não proporcionou muitas oportunidades para uma abordagem clínica autónoma nem para realização de procedimentos, com exceção da colheita de história clínica a uma doente com Perturbação de Personalidade Borderline e Perturbação Factícia. Ainda assim, creio ter contribuído para o serviço, nomeadamente através do apoio às terapeutas ocupacionais nas dinâmicas do Hospital de Dia.

Os principais objetivos específicos definidos foram: 1) **Aplicar conhecimentos teóricos na prática clínica em diversos contextos.** Considero este objetivo parcialmente atingido. Contactei com doentes com patologias psiquiátricas variadas, em contexto de consulta, apoio domiciliário e Hospital de Dia. Contudo, faltou o contacto com internamento e Serviço de Urgência (SU), onde apenas acompanhei uma doente numa ocasião. 2) **Desenvolver empatia e compreensão face aos doentes psiquiátricos.** Objetivo amplamente cumprido, sobretudo no Hospital de Dia, onde pude conversar informalmente com jovens próximos da minha idade sobre o impacto da doença mental nas suas vidas. Essa experiência foi particularmente enriquecedora, contrastando com o ambiente mais técnico e limitado da consulta na USF Damaia.

Apesar de ter sido um estágio predominantemente observacional, permitiu-me familiarizar com as patologias psiquiátricas mais comuns e a sua abordagem. Para colmatar algumas lacunas, participei ainda em momentos teórico-práticos como um seminário sobre urgências psiquiátricas e sessões clínicas do serviço, que reforçaram a aprendizagem adquirida.

MEDICINA GERAL E FAMILIAR

Realizei o estágio de Medicina Geral e Familiar na USF Avenças, sob orientação da Dr.^a Raquel Baptista Leite, entre 7 e 31 de outubro de 2024. Este foi, sem dúvida, um estágio verdadeiramente profissionalizante, permitindo-me evoluir como membro da equipa e ganhar autonomia progressiva, chegando a realizar consultas de forma independente, sempre com supervisão. Treinei diariamente a colheita de história clínica, exame objetivo e realizei procedimentos como a colheita de amostras para citologias.

Acompanhei a tutora em diversos tipos de consulta oferecidos pela USF: Saúde do Adulto, Saúde Infantil e Juvenil, Saúde Materna, Planeamento Familiar e Doença Aguda. Contactei, assim, com doentes de várias idades e contextos socioculturais, adaptando a comunicação a cada caso e promovendo estilos de vida saudáveis. Apliquei os conhecimentos teóricos à prática clínica, elaborando hipóteses diagnósticas e escolhendo terapêuticas adequadas, integrando cada situação no contexto social, familiar e profissional do doente.

Entre os objetivos específicos destaco: 1) **Realizar consultas com autonomia parcial e aprender o registo clínico segundo o modelo SOAP.** No final do estágio, conduzi 15 consultas de Doença Aguda, diagnosticando sobretudo infeções respiratórias e ITU, com escolha de terapêutica supervisionada. 2) **Valorizar o contexto familiar e integrar fatores psicossociais no plano de cuidados.** Para o trabalho final do estágio, apresentei o caso clínico de uma doente com múltiplas patologias crónicas, cuja situação familiar complexa impactava diretamente a sua saúde. Utilizei ferramentas como o Genograma e a Psicofigura de Mitchell, que evidenciaram a importância do contexto psicossocial no seguimento clínico.

PEDIATRIA

O estágio parcelar de Pediatria decorreu no Hospital Dona Estefânia entre 4 e 29 de novembro de 2024, sob orientação da Dr.^a Rute Neves, na Unidade de Cuidados Especializados Respiratórios e de Nutrição (UCERN). Este estágio revelou-se bastante enriquecedor. Observei diariamente um a dois doentes de forma autónoma, realizando exame objetivo adaptado à idade, e participei ativamente na equipa — escrevendo diários clínicos, notas de alta, pedindo exames e discutindo os casos nas reuniões do serviço. A comunicação nesta especialidade representa um desafio acrescido. Tive de ajustar a abordagem clínica e o discurso às diferentes faixas etárias, garantindo uma observação eficaz e aplicação adequada dos conhecimentos teóricos, tanto na interpretação de exames como dos sinais clínicos.

Entre os objetivos específicos destaco: 1) **Conhecer as principais patologias pediátricas.** Estando colocada num serviço altamente especializado, contactei sobretudo com crianças com síndrome do intestino curto e alimentação parentérica, o que limitou a diversidade de casos. No entanto, colmatei essa limitação com idas regulares ao Serviço de Urgência com a Dr.^a Rute, onde observei patologias mais comuns, como infeções respiratórias e gastrointestinais. Assisti ainda a sessões clínicas e seminários apresentados por colegas sobre doenças pediátricas. 2) **Comunicar eficazmente com a criança/adolescente e respetiva família.** Treinei esta competência tanto em internamento como na urgência, adaptando o discurso à idade do doente e ao contexto clínico.

No final do estágio, elaborei um trabalho sobre um caso de celulite pré-septal observado no SU, incluindo uma revisão teórica sobre infeções orbitárias.

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA

Entre 2 de dezembro de 2024 e 10 de janeiro de 2025 realizei o EP de GO no Hospital São Francisco Xavier, sob supervisão do Dr. Rui Gomes. Este estágio foi talvez o menos satisfatório no cumprimento dos objetivos gerais. Frequentei diversos serviços de Ginecologia e Obstetrícia — Consulta, Internamento, Bloco Operatório (BO), Puerpério e SU — mas, de forma geral, encontrei pouca disponibilidade e oportunidade para aprendizagem, seja pela escassez de profissionais, seja pelo encerramento frequente do SU. Assim, apesar da presença diária, foi difícil integrar-me de forma ativa, ganhar autonomia ou praticar a abordagem à grávida, puérpera ou mulher com patologia ginecológica.

Tentei aproveitar ao máximo as oportunidades disponíveis, nomeadamente na consulta com o Dr. Rui, onde pude praticar o exame ginecológico, realizar procedimentos como colposcopias e citologias, e iniciar consultas de forma autónoma.

Dos objetivos específicos, destaco: 1) **Abordar a grávida e a puérpera, com capacidade de requisitar exames na gravidez normal, identificar gravidezes de risco e reconhecer patologias associadas.** Acompanhei mulheres em várias fases da gravidez, pedi e interpretei exames em contexto de consulta, observei casos no internamento de medicina materno-fetal, em trabalho de parto no SU (quando disponível) e no puerpério, com atenção às principais complicações pós-parto. É com pena que não pude assistir a mais partos ou

participar em cesarianas, devido ao encerramento frequente do SU. 2) **Realizar o exame ginecológico e conhecer as principais patologias ginecológicas.** Tive essa oportunidade sobretudo em consulta, sob supervisão direta, e observei diversas patologias em mulheres de diferentes idades. 3) **Assistir a técnicas cirúrgicas (convencionais, laparoscópicas, histeroscópicas) e de ambulatório.** Apenas tive uma ida ao BO, de forma observacional.

Apesar dos desafios, procurei sempre envolver-me e contactar com profissionais de diferentes áreas, retirando o máximo de experiências na área da saúde da mulher. Destaco ainda momentos de aprendizagem teórico-prática, como o workshop WOMAN e a apresentação do Journal Club sobre Parto Pré-Termo

CIRURGIA GERAL

O meu Estágio Profissionalizante (EP) de Cirurgia Geral decorreu no Hospital Beatriz Ângelo (HBA) entre 20 de janeiro e 14 de março de 2025, sob a orientação da Dr.^a Mariana Sousa e da Dr.^a Marta Santos. Das oito semanas totais, duas foram realizadas na Unidade de Cuidados Intensivos (UCI), como opcional, à semelhança de outros colegas. No que respeita aos objetivos gerais, a componente de Cirurgia Geral teve um carácter maioritariamente observacional. Acompanhei as tutoras nas suas atividades no internamento, consulta, serviço de urgência e bloco operatório. No entanto, não atingi o nível de autonomia que esperava, especialmente no internamento, onde teria sido possível uma maior participação. Já na UCI tive uma experiência mais rica, com contacto direto com doentes críticos (muitos deles cirúrgicos), procedimentos e discussões clínicas relevantes.

Defini como objetivos específicos para este estágio: 1) **Compreender o funcionamento do bloco operatório e colaborar com a equipa cirúrgica,** participando nos atos cirúrgicos sempre que possível. Apesar da limitação de vagas nas cirurgias eletivas da manhã devido à presença de internos, mantive uma postura ativa, colaborando com a equipa de enfermagem e aprendendo sobre os procedimentos, instrumentação e dinâmica do bloco. No período da tarde, aproveitei as cirurgias ambulatoriais do SIGIC para participar ativamente, praticar a técnica asséptica e colaborar em intervenções simples, como hernioplastias ou remoção de quistos. 2) **Praticar técnica de sutura e aprender os diferentes tipos de pontos e suas indicações.** O workshop realizado no Hospital da Luz foi fundamental para atingir este objetivo, ao permitir treino prático estruturado. Contudo, no HBA não tivemos acesso ao serviço de pequena cirurgia, o que limitou a prática em contexto real. 3) **Conhecer as principais síndromes cirúrgicas, suas causas, manifestações e tratamento.** A participação nas consultas e no serviço de urgência foi essencial para este objetivo. Nas consultas pré-operatórias observei a avaliação e decisão sobre intervenções, e no SU realizei a colheita de história clínica e exame objetivo de um doente que veio a ser o caso apresentado no minicongresso final, onde também fizemos uma revisão teórica sobre massas hepáticas. Na UCI aprofundei ainda o conhecimento sobre complicações cirúrgicas graves e sua gestão multidisciplinar.

MEDICINA INTERNA

O meu Estágio Profissionalizante (EP) de Medicina Interna decorreu entre 17 de março e 16 de maio de 2025, no Hospital São Francisco Xavier, sob orientação da Dr.^a Ana Lynce. Pela sua abrangência, este estágio revelou-se particularmente enriquecedor. O internamento, marcado por múltiplas patologias crónicas e respetivas descompensações, proporcionou treino diário na colheita da história clínica, exame objetivo e formulação de hipóteses diagnósticas, sendo uma excelente preparação para a prática clínica.

Assumi um papel ativo e integrado na equipa, com autonomia crescente na abordagem aos doentes, até estar funcionalmente equiparada a um Interno de Formação Geral. Diariamente apliquei conhecimentos adquiridos em estudo autónomo e pratiquei uma medicina centrada na pessoa e no seu contexto social. Desenvolvi também competências de comunicação com doentes, famílias e profissionais de saúde, o que contribuiu para uma verdadeira experiência profissionalizante.

Defini como objetivos específicos para este estágio: 1) **Elaborar documentação clínica** (diários, notas de alta, pedidos de exames, colaborações, transportes), o que realizei de forma regular e autónoma. 2) **Avaliar, diagnosticar e propor medidas terapêuticas nas principais patologias prevalentes**. A partir da segunda semana, observei de forma autónoma 2 a 3 doentes por dia, elaborando listas de problemas, diagnósticos diferenciais e propostas terapêuticas, sempre discutidas com a tutora. Frequentei ainda a consulta de Diabetes com o Dr. José Guia, aprofundando conhecimentos numa patologia altamente prevalente. 3) **Integrar a equipa de internamento, participando ativamente nas suas atividades clínicas e formativas**. Para além da prática clínica diária, participei em sessões teóricas, visitas médicas, apresentações, revisões de artigos e trabalhos de colegas. Tive também oportunidade de apresentar um caso clínico de elevada complexidade, acompanhado de uma revisão teórica sobre Sarcoidose, que motivou discussão clínica aprofundada e contribuiu para a abordagem deste doente em particular.

CIRURGIA PLÁSTICA, RECONSTRUTIVA E ESTÉTICA – ESTÁGIO OPCIONAL

Terminados os estágios obrigatórios do 6.^o ano, realizei um estágio opcional com o Dr. Pedro Garcia no Serviço de CPRE do Hospital Beatriz Ângelo, entre 19 e 30 de maio de 2025. Apesar da curta duração, foi uma oportunidade única de contacto direto com uma especialidade que não integrei ao longo do curso, mas pela qual tinha grande curiosidade e interesse. Na ausência de internos ou outros alunos, beneficieei da total disponibilidade da equipa, podendo participar ativamente em todas as cirurgias e compensar a escassez de oportunidades que senti em Cirurgia Geral.

Tendo como principal objetivo adquirir uma visão geral da especialidade e das suas principais patologias, pude, tanto no BO como em consulta, observar uma variedade representativa de casos: patologia da mão, tumores cutâneos, malformações e cirurgia estética da mama (por hipertrofia ou reconstrução pós-mastectomia). Foi, assim, um estágio muito enriquecedor, com experiências de grande valor formativo.

ELEMENTOS VALORATIVOS

Ao contrário de muitas outras profissões, a Medicina é — e deve ser sempre — centrada na pessoa. Desde cedo soube que a minha maior motivação é servir os outros, e acredito que, para ser uma boa médica, é fundamental ser também uma boa pessoa. Por isso, ao longo do curso, procurei experiências que me enriquecessem não só como futura profissional, mas também como indivíduo.

Desde o primeiro ano — exceto durante a pandemia — trabalhei em part-time na área da restauração, como empregada de mesa e balcão. Não foi por necessidade económica, mas para desenvolver competências interpessoais, ganhar autonomia e lidar com situações de stress e resolução de conflitos, competências que considero valiosas para a prática médica.

No 5.º ano, participei no programa Erasmus+ na *Università degli Studi di Messina*, Itália, onde estagiei e estudei durante seis meses. Esta experiência permitiu-me aprender uma nova língua, adaptar-me a um sistema de saúde diferente, com menos recursos e tecnologia, e lidar com desafios como o acesso limitado a exames complementares, o que contribuiu para a minha autonomia e resiliência.

A arte é uma das minhas paixões, que sempre procurei conciliar com a Medicina. Participei no projeto **Curarte**, que consistiu na criação de obras para os corredores do Hospital de Santa Maria, e na **Oficina das Artes**, com atividades artísticas para crianças hospitalizadas. Acredito no impacto positivo do ambiente e da arte no bem-estar dos doentes. No âmbito do voluntariado, destaco ainda a **Missão País**, onde tive contacto com uma instituição de apoio a idosos, tendo dinamizado a pintura de um mural para melhorar o espaço.

Com interesse nas especialidades cirúrgicas, especialmente Cirurgia Geral, acompanhei, no meu tempo livre, o Dr. José Azevedo na **Fundação Champalimaud**, onde assisti a cirurgias robóticas colorretais, experiência que reforçou o meu entusiasmo pela área.

Por fim, ao longo deste ano, participei em vários congressos e palestras para aprofundar conhecimentos e conhecer melhor o futuro da profissão médica, como o **iMed Conference** e o **Future MD**. Os certificados encontram-se nos anexos.

REFELXÃO CRÍTICA

Terminado o 6º ano do curso, é com grande apreciação por esta oportunidade que posso agora refletir sobre os diversos estágios, o meu crescimento e evolução como pessoa e futura médica ao longo destes meses e sobre o que me ajudou ou dificultou no cumprimento dos objetivos propostos. Optei por apontar os objetivos e o seu cumprimento ou não nas respetivas secções de cada estágio no âmbito de ser clara, e irei agora dar a minha opinião sobre o que contribuiu para esses resultados, avaliando tanto o meu empenho e dedicação, como a vontade e disponibilidade de oportunidades de aprendizagem por parte dos serviços que me receberam. Os pontos positivos e negativos de cada estágio, bem como a casuística dos doentes observados encontram-se em tabelas nos anexos III e IV.

Durante o estágio de **Saúde Mental**, embora tenha alcançado os objetivos de compreender melhor as doenças psiquiátricas e o seu impacto na vida dos doentes, não atingi o nível de autonomia e responsabilidade a que me propunha. Tal deve-se, por um lado, à natureza da especialidade, em que a vulnerabilidade dos doentes limita a abordagem autónoma por parte dos alunos, e por outro, à organização do estágio, que me permitiu apenas frequentar a equipa comunitária da Damaia e o Hospital de Dia, ficando excluídas valências importantes como o internamento e o SU. Apesar disso, destaco o empenho dos profissionais com quem contactei, especialmente a Dr.ª Alexandra Lourenço, que me apresentou iniciativas como programas na área da depressão pós-parto, e o Dr. João Carlos Melo, cuja empatia e entusiasmo foram marcantes.

No estágio de **MGF**, tive uma experiência verdadeiramente profissionalizante, com uma evolução notável da minha autonomia na abordagem aos doentes em contexto de cuidados primários. A estrutura do estágio, com o Diário do Exercício Orientado e o planeamento de objetivos, permitiu-me acompanhar o progresso e identificar áreas a melhorar. A realização do caso clínico consolidou a importância do papel do médico de família na gestão global do doente, no seu contexto familiar e social. A Dr.ª Raquel Baptista Leite foi incansável em garantir oportunidades de aprendizagem, articulando-se com colegas e enfermeiros. Esta colaboração contribuiu de forma decisiva para a minha evolução clínica e de comunicação.

Em **Pediatria**, estive numa unidade com patologias pouco variadas, mas beneficieei de um nível de responsabilidade significativo, o que permitiu treinar a observação clínica em idade pediátrica. A ausência de diversidade foi parcialmente compensada pelas idas ao SU com a Dr.ª Rute Neves, que, embora extremamente úteis, foram dificultadas pelo rácio elevado de alunos (4:1), limitando o número de oportunidades de aprendizagem. Ainda assim, considero que melhorei as minhas capacidades de comunicação com crianças, um objetivo pessoal importante para este estágio.

O estágio de **GO** acabou por ser o mais desapontante. Após uma experiência muito positiva no mesmo hospital durante o 4.º ano, foi frustrante enfrentar menos oportunidades de aprendizagem no 6.º. A ausência do tutor durante duas das quatro semanas, sem substituição designada, levou a uma grande dificuldade em integrar-me nos serviços, muitas vezes sobrecarregados com internos e alunos do 4.º ano. Cheguei a circular por várias valências por dia sem sucesso, o que gerou frustração pessoal. Ainda assim, procurei aproveitar o tempo acompanhando outros profissionais, como os de enfermagem. Com o regresso do Dr. Rui Gomes, as condições melhoraram e tive oportunidade de realizar procedimentos como colposcopias e citologias, bem como iniciar consultas de forma autónoma. Contudo, o rácio de 4 alunos por tutor continuou a dificultar a plena participação.

No estágio de **CG**, as minhas expectativas eram elevadas pelo interesse pessoal na especialidade. Atingi os objetivos, sobretudo devido ao investimento pessoal em prolongar os horários e à escolha das duas semanas de opcional na Unidade de Cuidados Intensivos. Identifiquei como principais obstáculos o elevado número

de alunos por cirurgião — muitas vezes 4 ou 5 por cirurgia — o que limitava o acesso mesmo em contexto apenas observacional. Nas visitas médicas e reuniões de serviço, o excesso de profissionais presentes impedia o contacto direto com os doentes e dificultava o acompanhamento da discussão clínica. Apesar destas limitações, a Dr.^a Mariana Sousa e a Dr.^a Marta Santos mostraram-se sempre disponíveis para ensinar e proporcionar experiências enriquecedoras, como a participação em cirurgias do SIGIC. O workshop no Hospital da Luz e o curso TEAM foram fundamentais para o treino de técnicas cirúrgicas e abordagem ao doente crítico. Destaco ainda o minicongresso, cuja organização foi exemplar e que representou um excelente treino para comunicações futuras.

O estágio de **MI** foi, sem dúvida, o mais completo e profissionalizante. A abrangência da especialidade permitiu o contacto diário com síndromes e patologias comuns e um treino clínico constante. Atuei com crescente autonomia, sendo responsável por colheita de história clínica, exame objetivo, registos, requisição de exames, e articulação com outras especialidades. Colaborei também com outros profissionais, como enfermagem, nutrição e serviços sociais, no planeamento terapêutico. A confiança depositada pela Dr.^a Ana Lynce e o apoio dos internos foram fundamentais. A possibilidade de acompanhar os turnos no SU alargou a minha experiência clínica a contextos de urgência. A apresentação do caso final, que acompanhou um doente desde a admissão até à evolução desfavorável, foi uma experiência marcante e reforçou o meu sentimento de pertença e vocação pela Medicina.

No estágio opcional de **Cirurgia Plástica**, tive a oportunidade de conhecer uma especialidade com a qual não tinha tido contacto. A participação ativa em cirurgias eletivas e ambulatoriais e a disponibilidade do Dr. Pedro Garcia foram fundamentais para colmatar a falta de oportunidades noutras áreas cirúrgicas e consolidar competências técnicas como a assepsia.

Quanto aos elementos valorativos, queria destacar a minha experiência profissional na área da restauração. Embora a responsabilidade e investimento académico sejam dramaticamente diferentes, a Medicina e restauração têm em comum o facto de exigirem o contacto com as pessoas. Devido a estes trabalhos, creio ter desenvolvido capacidades de comunicação e resolução de situações, que me foram úteis não só no estágio profissionalizante deste ano, como certamente o serão na vida profissional futura. O trabalho sob stress temporal, a destreza de mãos e a gestão de conflitos necessária muitas vezes no dia a dia dos restaurantes são problemas que os profissionais de saúde enfrentam no seu dia a dia e por isso creio que estas experiências me fortaleceram para enfrentar estes desafios no futuro.

Destaco também as experiências de voluntariado com a Missão País e a Oficina das Artes, em que pude conciliar o meu amor pelas artes e Medicina, para contribuir positivamente para a vida de idosos e crianças respetivamente.

APÊNDICES E ANEXOS

ANEXO I – CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

ESTÁGIO PARCELAR	COORDENADOR	DATA	LOCAL	TUTOR
SAÚDE MENTAL	Prof. Dr. Miguel Talina	9/9/25 a 4/10/24	Hospital Fernando da Fonseca, USF Damaia	Dr. João Carlos Melo, Dr ^a . Alexandra Lourenço
MEDICINA GERAL E FAMILIAR	Prof. Dr. Daniel Pinto	7/10/24 a 31/10/24	USF Avenças	Dr ^a . Raquel Baptista Leite
PEDIATRIA	Prof. Dr. Luís Varandas	4/11/24 a 29/11/24	Hospital Dona Estefânia	Dr ^a . Rute Neves
GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA	Prof. Dr ^a . Teresinha Simões	2/12/24 a 10/1/25	Hospital São Francisco de Xavier	Dr. Rui Gomes
CIRURGIA GERAL	Prof. Dr. Rui Maio	20/1/25 a 14/3/25	Hospital Beatriz Ângelo	Dr ^a . Mariana Sousa, Dr ^a . Marta Santos
MEDICINA INTERNA	Prof. Dr. António Mário Santos	17/3/25 a 16/5/25	Hospital São Francisco de Xavier	Dr ^a . Ana Lynce
CIRURGIA PLÁSTICA RECONSTRUTIVA E ESTÉTICA	Prof. Dr. José António Pereira Delgado Alves	19/5/25 a 30/5/25	Hospital Beatriz Ângelo	Dr. Pedro Garcia

ANEXO II – TRABALHOS REALIZADOS

ESTÁGIO	TEMA	COAUTORES
Saúde Mental	História Clínica: Perturbação de Personalidade Borderline e Perturbação Factícia	-
Medicina Geral e Familiar	Caso clínico	-
Pediatria	Infeções Orbitárias – Celulites	Joana Menezes Cunha, Bruno Almeida, Ricardo Payan Mesquita
Ginecologia e Obstetrícia	Parto Pré-termo	Andreia Lourenço
Cirurgia Geral	Liver or Leave it: O desafio diagnóstico das lesões hepáticas	Camila Pintor, Maria João Brás, Miguel Pavia
Medicina Interna	Caso Clínico – Sarcoidose	Mariana Veloso e Andreia Lourenço

ANEXO III – ASPETOS POSITIVOS E NEGATIVOS DE CADA ESTÁGIO

ESTÁGIO	ASPETOS POSITIVOS	ASPETOS NEGATIVOS
Saúde Mental	- Oportunidade de diálogo com doentes do Hospital de dia - Visitas ao domicílio - História Clínica	- Sem oportunidade de ir ao internamento ou SU - Pouca autonomia
Medicina Geral e Familiar	- Consultas em autonomia parcial - Rácio tutor aluno 1:1 - Uso de ferramentas como genograma para estabelecer o contexto familiar dos doentes - Procedimentos como citologias	- Pouca duração do estágio
Pediatria	- Integração ativa na equipa - Sessões clínicas	- Idas ao SU com rácio aluno tutor 4:1 - Patologias muito específicas na UCERN

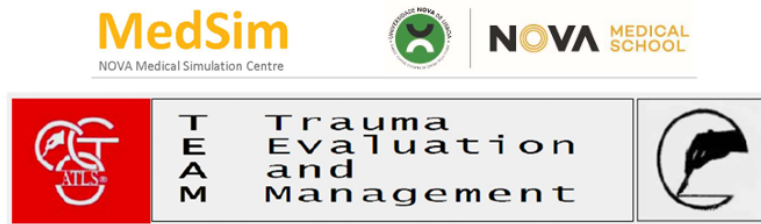
Ginecologia e Obstetrícia	- Realização de colposcopias e colheita de citologias	- Tutor ausente e sem substituição - Restantes profissionais pouco disponíveis para nos ensinar
Cirurgia Geral	- Oportunidade de participar em cirurgias do SIGIC - Estágio opcional em Medicina Intensiva - Workshop Hospital da Luz - História Clínica	- Número de internos e alunos no serviço - Pouca autonomia
Medicina Interna	- Integração ativa na equipa com responsabilidade e autonomia - Observação autónoma de doentes todos os dias - Realização de procedimentos como gasimetrias - Frequência no SU - Trabalho final	
Cirurgia Plástica Reconstrutiva e Estética	- Participação em todas as cirurgias - Especialidade do meu interesse e com a qual não teria contactado durante o curso	- Pouco tempo

ANEXO IV – CASUÍSTICA DOS DOENTES OBSERVADOS

ESTÁGIO	VALÊNCIA	Nº DOENTES	PRINCIPAIS PATOLOGIAS/CIRURGIAS
Saúde Mental	Consulta USF Damaia	33	Perturbação de ansiedade generalizada, Depressão Pós-parto, Esquizofrenia, Perturbação Afetiva Bipolar.
	Hospital de Dia	16	Perturbação Personalidade Borderline, Esquizofrenia, Perturbação Afetiva Bipolar
Medicina Geral e Familiar	Saúde de Adultos	58	Diabetes, Hipertensão Arterial, Abuso do álcool, Abuso do Tabaco, Dislipidemia, Perturbação depressiva, insuficiência Cardíaca
	Saúde Infantil e Juvenil	24	-
	Planeamento Familiar	5	-
	Saúde Materna	2	-
	Doença Aguda	6	Infeções Respiratórias
	Consultas em Autonomia parcial/Doença Aguda	15	Infeção Respiratória, Infeção do Trato urinário, Lombalgias
Pediatria	UCERN	12	Síndrome do intestino curto, Gastrosquisis, IFALD
	SU	17	Infeções Respiratórias, Outite Média, Gastroenterite Aguda
Ginecologia e Obstetrícia	Consulta Ginecologia	18	Patologia do Colo, Pólipos uterinos, Amenorreia, Infeções vaginais
	Consulta Obstetrícia	9	Consultas de vigilância da gravidez normal, Diabetes Gestacional, Feto com patologia cardíaca

	Medicina Materno-Fetal	11	Ameaça de Parto Pré-termo, Rotura Prematura de Membranas, Indução do Trabalho de Parto
	Bloco Operatório	3	Histerectomia por via vaginal, Cesarianas
	SU	13	Infeções do Trato Urinário, Hemorragias do 1º trimestre, Infeções Vaginais
Cirurgia Geral	Consulta	28	Adenocarcinoma colorretal, Litíase Biliar, Hemorroidas, Fístulas e abscessos do canal anal
	Bloco Operatório	17 (3 participadas)	Hemicolectomia, excisão de quistos sebáceos, Hernioplastias
	SU	5	Abcesso perianal, Apendicite aguda, Hemoperitoneu
	UCI	20	Pneumonia adquirida na comunidade, nosocomial e de aspiração, Insuficiência Cardíaca agudizada, Trauma
Medicina Interna	Enfermaria	35 (17 observados por mim)	Infeções Respiratórias, Insuficiência Cardíaca, Acidente Vascular Cerebral, Hipertensão Arterial, Diabetes Mellitus 2
	SU	26	Infeções Respiratórias, Infeções do trato urinário, Crise hipertensiva, Gastroenterite aguda
Cirurgia Plástica Reconstrutiva e Estética	Consulta	63	Hipertrofia Mamária, Síndrome do Túnel Cárpico, Cicatriz Queloide, Doença de Dupuytren
	Bloco Operatório	14	Mamoplastia de Redução, Libertação do Nervo Mediano, Excisão de tumores cutâneos

ANEXO V – CERTIFICADO CURSO TEAM



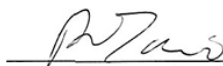
Certificado

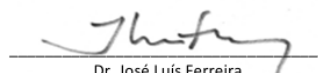
Pelo presente se certifica que

MARIA BARBOSA CANAS MENDES

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 23 e 24 de Janeiro de 2025.

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

ANEXO VI – CERTIFICADO SIMULAÇÃO HOSPITAL DA LUZ



Certificado de
participação

Maria Barbosa Canas Mendes

Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Janeiro 2025

Presencial | 30 de Janeiro de 2025 | 3 horas

Código de certificado: C-678664c219f19

Hospital da Luz Learning Health • hospitaldaluz.pt/learninghealth
Avenida Lusíada, 100, Edifício C, Piso -1 • 1500-650 Lisboa • Portugal
T. +351 217 104 544 • M. +351 967 072 745 • E. learninghealth@hospitaldaluz.pt

LUZ SAÚDE

ANEXO VII – CERTIFICADO WORKSHOP ELETROCARDIOGRAFIA



Certificado

Certificamos que **Maria Barbosa Canas Mendes, N°2019342**, participou no Workshop intitulado *Eletrocardiografia*, no dia 24 de abril de 2025, lecionado pelo Dr. Vítor Mendes, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Dr. Vítor Mendes

ANEXO VIII – CERTIFICADO PARTICIPAÇÃO *FUTURE MD*

Certificado de Participação

A Associação de Estudantes da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas (AENMS) certifica que Maria Barbosa Canas Mendes, nº de identificação 15062681, esteve presente na **7ª edição do FutureMD**, que decorreu entre as 14h do dia 4 de abril e as 12h30 do dia 6 de abril, na qualidade de Participante.

Lisboa, 26 de abril de 2025



Diogo Oliveira
Presidente da AENMS



Inês Grilo
Coordenadora do FutureMD 7.0



ANEXO IX – CERTIFICADO PARTICIPAÇÃO IMED CONFERENCE 16.0



Certificate of Participation

It is hereby certified that,

Maria Barbosa Canas Mendes

Integrated the lectures that took place from the 11th to the 13th of October 2024 at the iMed Conference® 16.0 | Lisbon 2024.

This prestigious event, organized by the Students' Union of Nova Medical School (AENMS), took place at Auditório Prof. Armando Simões dos Santos from the 7th to the 13th of October 2024.

The iMed Conference® is an annual initiative that brings cutting-edge scientific and medical innovations to the next generation of life sciences students.

Its 16th edition, themed "Expand Horizons, Elevate Care", featured keynote lectures by Doctor Douglas Lowy and Professor Michael Sofia, both recipients of the Lasker-DeBakey Clinical Medical Research Award. The conference also hosted sessions focused on The Future of Surgery, The Sensory Spectrum, a roundtable on Healthcare Systems, along with Humanitarian Lectures and iMed Sessions.

A handwritten signature in black ink that reads 'Maria Azevedo Vinhas'.

Maria Azevedo Vinhas

President of the iMed Conference® 16.0



Afonso Dias

President of Associação de Estudantes
da NOVA Medical School (AENMS)

ANEXO X – BOLETIM DE RECONHECIMENTOS ACADÉMICOS NO PROGRAMA ERASMUS+



SERVIÇO ACADÉMICO
NÚCLEO DE MOBILIDADE

BOLETIM DE RECONHECIMENTOS ACADÉMICOS

Informo que o(a) aluno(a) Maria Barbosa Canas Mendes, N.º 2019342, que frequentou a *Università degli Studi di Messina* (ITÁLIA) de 19/02/2024 a 26/06/2024, ano letivo 2023/2024, ao abrigo 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:

107044 - PEDIATRIA - 8 ECTS
107042 - MEDICINA GERAL E FAMILIAR - 8 ECTS
107041 - PSIQUIATRIA - 8 ECTS
107045 - O DOENTE COM CANCRO - 6 ECTS

O Coordenador dos Programas de Mobilidade:


NOVA Medical School
Faculdade de Ciências Médicas
Universidade NOVA de Lisboa

Prof. Doutor Paulo Paixão

Lisboa, 30/07/2024

Anexo: 2 Página(s) de Certificados de Nota originais

ANEXO XI – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO *MISSÃO PAÍS*

Certificado de Participação

Declara-se para os devidos efeitos que Maria Barbosa Canas Mendes, portadora do cartão de cidadão com o NIF: 273063472 e aluna da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa, participou no projeto Missão País entre os dias 13/02/2022 – 22/02/2022, frequentando a Missão NMS I.

Durante esta semana, juntamente com um grupo de jovens, integrou atividades de cariz lúdico e social, com o objetivo de promover experiências sociais e emocionais gratificantes junto da população da localidade de Alvorninha e Vidais, desenvolvendo estas atividades nos dias referidos, entre as 10h e as 20h. Do acima exposto retiram-se 70 horas ao serviço da Missão País.

A Missão País, como organização da Igreja Católica, tem como objetivos proporcionar à juventude universitária uma experiência de vida e de Deus, através de ações de voluntariado, convívio com pessoas mais necessitadas e participação nas atividades e apoio das comunidades onde atua.

Lisboa, 25 de Maio de 2025

Pela Missão País,

Missão País

Assinado por: **António Maria Cunhal Sendim**

Libano Monteiro

Num. de Identificação: 15142823

Data: 2025.05.25 15:29:19 +0100



Chefes Nacionais

Madalena Videira | 910 892 249

António Libano Monteiro | 915 275 490

Rua São Francisco Xavier
26, 1400-331 Lisboa
missaopais@gmail.com

ANEXO XII – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO ARTE NO HOSPITAL



COMPROVATIVO DE EMISSÃO DE CERTIFICADO ELETRÓNICO
ELECTRONIC CERTIFICATE OF PARTICIPATION ISSUANCE RECEIPT

Decreto-Lei n.º 290-D/99, de 02/08 (com as alterações introduzidas pelo Decreto-Lei n.º 62/2003, de 03/04 - Diretiva 1999/93/CE)
Portuguese Law-Decrees 290-D/99 and 62/2003 - European Union Directive 1999/93/CE1

Emitido por
Issued by

-

AEFML - ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES DA FACULDADE DE MEDICINA DE LISBOA
Avenida Professor Egas Moniz, Hospital de Santa Maria - Piso 01
1649-035 Lisboa

PORTUGAL

Identificação do Aluno
Student Identity

Maria Barbosa Canas Mendes
15062681

Atividade com Participação Certificada
Certified Activity

Arte no Hospital-Oficina de Artes Plásticas, Hospital de Dia Pediatria HSM

Data da Atividade
Date of Activity

14 de maio 2025

Documento Processado por Computador. A emissão do Certificado Eletrónico não carece de assinatura.
Este documento é válido desde que a informação nele contida seja coincidente com a apresentada na Base de Dados Pública (Identificação do Aluno, Atividade com Participação Certificada e Data da Atividade).

Electronic Document. The issuing of Electronic Certificates does not require a signature.
This document is legitimate as long the information it contains is subject to validation in the Public Database (e.g.: Student Identity, Certified Activity and Date of Activity)

ANEXO XIII – PARTICIPAÇÕES NO PROJETO *CURARTE*



ANEXO XIX – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO *KILLING US SOFTLY 2.0*

anem Certificado de Participação

Killing Us Softly 2.0 2024

A Associação Nacional de Estudantes de Medicina (ANEM) certifica que Maria Barbosa Canas Mendes, com o número de identificação 15062681, participou no **Congresso Killing Us Softly 2.0**, um congresso *online* de Saúde Pública com o objetivo de formar estudantes de Medicina, Médicos Internos e Médicos Especialistas nas principais temáticas de Saúde Pública que influenciam a Saúde da Humanidade: Estilos de Vida, Saúde Mental, Alterações Climáticas e Sistemas de Saúde, e que se realizou nos dias 18, 19 e 20 de outubro de 2024.



Beatriz Morgado | Diretora de Saúde Pública da ANEM



Rita Ribeiro | Presidente da ANEM

Emitido por:

associaçãonacionalde alamedaprof.hernânimonteiro,
estudantes de medicina 4200-319 porto



ANEXO XX – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO *WORKSHOP ESCRITA CRIATIVA*



Workshop de Escrita Criativa

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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

NOME

Maria Barbosa Canas Mendes

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15062681

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6737a9a8d997a

Evento

Workshop de Escrita Criativa

26-11-2024 18:00 → 26-11-2024 19:30 - Duração: - 1:30 horas

Gostas de escrever? Não sabes bem se gostas, mas não te importavas de experimentar? A Frontal, a AENMS e o Clube de Leitura AENMS juntaram-se para te trazer um workshop de escrita criativa!! Vem aprender truques e praticar, com a orientação da professora Joana Branco (professora de Português e Literatura Portuguesa) e com a nossa equipa! Vai ser no dia 26/11 às 18h na sala D2.07 na NMS! Só há 20 vagas!

ANEXO XXI – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO “PRECISAMOS DE ARTE NA MEDICINA?”



Lançamento da 54ª Edição da Frontal e Mesa-Redonda: "Precisamos de arte na medicina?"

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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

NOME

Maria Barbosa Canas Mendes

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15062681

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-67200eb6d45f6

Evento

Lançamento da 54ª Edição da Frontal e Mesa-Redonda: "Precisamos de arte na medicina?"

11-11-2024 17:30 → 11-11-2024 19:30 - Duração: - 2 horas

Precisamos de arte na medicina?

A FRONTAL traz-te o evento da lançamento da sua 54ª Edição Impressa e este é o seu tema central! Junta-te a nós no dia 11 de Novembro, às 17h30, no Auditório 3, com coffee break incluído para todos os participantes.