

RELATÓRIO FINAL ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

Mestrado Integrado em Medicina | 6ºano

Ciclo de Estudos 2018 - 2024

Regente: Professor Doutor Rui Maio

Orientador: Professor Doutor Albino Maia



ALUNO

Álvaro Corrêa da Silva
Roque de Pinho
2017226

“Onde quer que a arte da Medicina seja amada, haverá também amor pela humanidade.”

Hipócrates

AGRADECIMENTOS

Finalizados os 6 anos do curso de Medicina, há muitas pessoas a quem quero agradecer.

A todos os meus tutores e professores que me acompanharam nestes 6 anos: agradeço pela partilha de vivências e conhecimentos e por cultivarem em mim o amor por esta arte que é a Medicina. Um obrigado especial à Dr^a Marta Fournier pelo exemplo de simpatia e por me revelar o profissional e pessoa que quero tornar-me como médico.

A todos os amigos que fiz nestes 6 anos, em especial a todos os membros da Nova Guarda: agradeço por me mostrarem que “Medicina não se faz sozinho”, e por me mostrarem que onde vai um, vão todos, sejam os momentos bons ou maus. Convosco, tudo foi mais fácil e levo várias memórias, que espero continuar a colecionar no futuro.

Aos meus amigos que já vinham de trás: obrigado por nunca se esquecerem de mim e pelo apoio inabalável que sempre me mostraram. Caminharam comigo em todas as etapas destes 6 anos.

Aos meus avós, Carmen, Teresa, Carlos e Álvaro, por desde cedo me terem mostrado o quão importante é trabalhar para os nossos objetivos. Em especial à minha avó Carmen, por me ensinar que tudo na vida é melhor com humor.

Aos meus irmãos, Inês, Luísa e Duarte: agradeço por terem aturado todo o meu mau feitio e superstições que os obriguei a vivenciar, para que tivesse sucesso na faculdade. Não obstante, agradeço por todo o *bullying* saudável entre nós, que, paradoxalmente, é essencial para a nossa amizade e cumplicidade como irmãos. Sei que, lado a lado, estaremos juntos nas nossas próximas etapas de vida.

Ao meu pai, Jota: agradeço por sempre me mostrar que, com toda a calma do mundo, chegamos sempre a todos os nossos objetivos. Foi quando tudo corria mal, que a sua calma e racionalidade me fazia prosseguir com todos os desafios.

E, por último, à minha querida mãe, Luiza, a quem estou há 6 anos a prometer fazer uma devida homenagem. Nem as melhores palavras seriam suficientes para agradecer todas as aprendizagens e apoio que me deu ao longo destes 6 anos e, sobretudo, durante a vida. Obrigado pelo exemplo de força e perseverança que é para mim, desde sempre. Esta será sempre a nossa profissão.

A ambos, pai e mãe, devo-vos tudo o que sou!

SIGLAS E ABREVIATURAS

ABCDE – *Airway, Breathing, Circulation, Disability, Exposurw*

AVC – Acidente Vascular Isquémico

BO – Bloco Operatório

CE – Consulta Externa

CG – Cirurgia Geral

CISV – *Children International Summer Villlages*

CSP – Cuidados de Saúde Primários

CVC – Cateter Venoso Central

CTG - Cardiotocografia

ECD – Exames Complementares de Diagnóstico

GO – Ginecologia e Obstetrícia

HBA – Hospital Beatriz Ângelo

HDE – Hospital Dona Estefânia

HEM – Hospital de Egas Moniz

HFF – Hospital Professor Doutor Fernando da Fonseca

IFE – Interno da Formação Específica

IFG – Interno da Formação Geral

JMJ – Jornadas Mundiais da Juventude

MGF – Medicina Geral e Familiar

MI – Medicina Interna

MIM – Mestrado Integrado em Medicina

MMD – Mecanismos Moleculares de Doença

NEC – Núcleo de Estudantes Católicos

NMS – *Nova Medical School*

PED - Pediatria

PEM – Prescrição Eletrónica de Medicamentos

PNA – Prova Nacional de Acesso

SM – Saúde Mental

SU – Serviço de Urgência

UC – Unidade Curricular

USF – Unidade de Saúde Familiar

ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO e OBJETIVOS.....	5
2. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS.....	6
2.1 Estágio Parcelar de Cirurgia Geral.....	6
2.2 Estágio Parcelar de Medicina Interna.....	6
2.3 Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia.....	7
2.4 Estágio Parcelar de Saúde Mental.....	8
2.5 Estágio Parcelar de Medicina Geral e Familiar.....	8
2.6 Estágio Parcelar de Pediatria.....	9
3. ELEMENTOS VALORATIVOS.....	9
4. REFLEXÃO CRÍTICA.....	10
5. APÊNDICES.....	13
Apêndice 1: Cronograma do Estágio Profissionalizante.....	13
Apêndice 2: Trabalhos Realizados nos Estágios Parcelares.....	13
Apêndice 3: Casuística dos Estágios Parcelares.....	14
Apêndice 4: Sessões Clínicas Assistidas nos Estágios Parcelares.....	16
Apêndice 5: Estratégias para os Objetivos dos Estágios Parcelares.....	17
Apêndice 6: Aspetos Positivos e Negativos dos Estágios Parcelares.....	19
Apêndice 7: Estratégias para os Objetivos do Estágio Profissionalizante.....	20
Apêndice 8: Autoavaliação do Estágio Profissionalizante.....	21
6. ANEXOS.....	22

1. INTRODUÇÃO e OBJETIVOS

A Unidade Curricular (UC) Estágio Profissionalizante insere-se no programa de estudos do 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina da Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas. A mesma é composta por estágios parcelares em 6 especialidades: Cirurgia Geral, Medicina Interna, Ginecologia e Obstetrícia, Saúde Mental, Medicina Geral e Familiar e Pediatria.

Neste relatório, que tem por objeto a UC Estágio Profissionalizante, iniciarei por expor os objetivos de aprendizagem que estabeleci. De seguida, irei descrever as várias atividades desenvolvidas ao longo dos seis estágios parcelares, bem como outros elementos valorativos que considero terem sido relevantes no último ano para a minha formação. Por fim, terminarei com uma reflexão crítica global, onde irei refletir acerca do alcance dos objetivos propostos, o seu contributo para a minha formação, e ainda uma apreciação global acerca do meu percurso nos últimos 6 anos.

O Estágio Profissionalizante distingue-se dos estágios de anos anteriores pelo facto de ser, por definição, profissionalizante e, por essa razão, pressupõe competências para “fazer” ao invés de apenas “observar”. O objetivo desta alteração de paradigma é, precisamente, a nossa profissionalização, com vista a adquirirmos e integrarmos as competências teóricas, práticas e sociais que serão necessárias no futuro para a nossa atividade enquanto médicos, através de uma forte componente prática em contexto clínico.

Assim, tendo em conta os objetivos de aprendizagem delineados para cada estágio parcelar e os documentos *O Licenciado Médico em Portugal* ^[1] e *The Tunning Project* ^[2], considero, efetivamente, existir um conjunto de competências clínicas e interpessoais fundamentais para uma boa prática. Deste modo, defini os seguintes objetivos gerais para este ano: (1) Consolidar e integrar os conhecimentos teórico-práticos previamente obtidos, auxiliando na minha preparação para a PNA; (2) Adquirir autonomia crescente na colheita da anamnese e realização do exame físico nas diferentes especialidades; (3) Ser capaz de reconhecer eficazmente as manifestações clínicas das patologias mais frequentes da comunidade e os seus diagnósticos diferenciais; (4) Reconhecer as indicações dos exames auxiliares de diagnóstico mais utilizados e saber interpretá-los; (5) Saber elaborar, sob supervisão, propostas terapêuticas para as patologias mais frequentes, incluindo prescrição farmacológica; (6) Treinar e refinar a realização de pequenos procedimentos, nomeadamente suturas e gasimetrias; (7) Aprimorar as minhas competências comunicacionais com outros profissionais de saúde, melhorando a capacidade de trabalho em equipa, e com os doentes e seus familiares através de uma abordagem biopsicossocial; (8) Reconhecer as minhas limitações e superá-las através da busca ativa por oportunidades de aprendizagem, visando adquirir uma experiência contínua e em constante crescimento na minha formação, mantendo uma atitude proativa, empenhada e interessada.

[1] Victorino RM et al; *O Licenciado Médico em Portugal – Core Graduates Learning Outcomes Project*; Coord. Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, 2005; [2] Cumming, A; Ross, M; *The Tunning Project (Medicine) – Learning outcomes / competences for undergraduate medical education in Europe*; ResearchGate, 2008

2. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

No Apêndice 1 está disponível o cronograma dos estágios que realizei, indicando os polos de ensino, regentes e respetivos tutores. As casuísticas específicas dos estágios estão detalhadas no Apêndice 3.

Estágio Parcelar de Cirurgia Geral (11/09/2023 – 03/11/2023)

O estágio parcelar de Cirurgia Geral decorreu no Hospital Beatriz Ângelo, sob orientação da Dr^a Sílvia Silva, tendo estabelecido os seguintes objetivos de: (1) acompanhar as atividades do pré, intra e pós-operatório, (2) participar e auxiliar a equipa no gesto cirúrgico, (3) executar autonomamente técnicas de pequena cirurgia, anestesia local e assepsia e (4) saber distinguir as situações clínicas com indicação cirúrgica eletiva e urgente. Frequentei o BO, CE, SU e ainda duas semanas num estágio opcional em Anestesiologia. No BO observei 33 cirurgias, tendo participado como ajudante em 12. Visto que a Dr^a Sílvia Silva é subespecialista em Senologia, a maioria das cirurgias que acompanhei focaram-se na área mamária, como tumorectomia guiada por arpão com biópsia de gânglio sentinela e reconstrução mamária com simetrização. Ainda assim, por iniciativa própria, pude acompanhar cirurgias noutras especialidades, nomeadamente cirurgia colorretal, vascular e torácica. Destaco ainda que, nesta atividade, pude, no pré-operatório, acompanhar doentes na colocação de arpão, redigir notas de admissão e alta e observar exames extemporâneos intraoperatórios. Na CE acompanhei 100 consultas de pré, pós-operatório e de seguimento, principalmente relacionadas com neoplasia maligna da mama. Realizei regularmente o exame físico, discuti achados clínicos e diagnósticos, além de ajudar na realização de pensos cirúrgicos na sala de tratamentos. Também acompanhei a equipa no SU em 6 ocasiões, onde observei o atendimento de doentes urgentes do ponto de vista cirúrgico. Pude assistir à primeira abordagem, à requisição de ECD e à decisão sobre o tratamento médico ou cirúrgico. Durante estas ocasiões, pratiquei a anamnese, realizei o exame físico, colhi gasimetrias e colaborei na sala de Pequena Cirurgia. No estágio opcional de Anestesiologia, acompanhei diversos médicos especialistas em várias atividades, como consultas de Anestesiologia e dor crónica, além de técnicas em gastroenterologia e BO. Participei ativamente na administração de fármacos, ventilação com máscara facial, colocação de máscara laríngea, entubação e extubação endotraqueal. Em termos formativos, participei no curso TEAM e na Sessão de Simulação promovido pelo *Luz Learning Health* (vide Anexos), onde revisei o algoritmo ABCDE e treinar técnicas de suturas, abordagem à via aérea e colocação de CVC. Por fim, apresentei, no Minicongresso de Cirurgia, o seminário: “Um *accidentaloma*: a propósito de um caso clínico” (Apêndice 2)

Estágio Parcelar de Medicina Interna (06/11/2023 – 12/01/2024)

Realizei o estágio parcelar de Medicina Interna no serviço de Medicina 2 do Hospital de Egas Moniz, sob tutela da Dr^a Teresa Romão. Estabeleci os seguintes objetivos: (1) acompanhar doentes autonomamente, nomeadamente na colheita da anamnese e realização do exame objetivo; (2) consolidar o meu conhecimento na semiologia das principais patologias desta especialidade, para sugerir hipóteses de diagnósticos e dirigir

eficazmente os ECD; (3) elaborar notas de entrada, alta e diários clínicos de forma independente. O Internamento foi a principal componente do estágio. A minha atividade consistia em analisar a história clínica do doente, através da anamnese e exame físico completo, rever o seu historial médico anterior, verificar as notas de enfermagem e intercorrências, interpretar ECD e redigir o diário clínico. No final da manhã, reunia-me com a equipa para discutir em conjunto o plano terapêutico. De facto, ao longo do estágio, fui responsável por 2 a 3 doentes diariamente, totalizando 24. A idade média dos doentes foi de 79,9 anos, com um tempo médio de internamento de 13,1 dias. Face à época do ano em que realizei o estágio, as doenças do foro respiratório (n=15) foram as mais frequentes, seguidas pelas doenças do foro cardiovascular (n=12) e neurológico (n=7). Em termos de procedimentos, realizei várias gasimetrias de forma independente e observei uma punção lombar e uma toracocentese diagnóstica durante o estágio. Frequentei semanalmente o SU, acompanhando médicos IFE e IFG no balcão de atendimento geral, onde pude treinar a observação de doentes em contexto urgente e a sua abordagem sistemática, hierarquizando as situações clínicas com maior urgência. Na valência formativa, assisti às sessões clínicas e clinico-patológicas promovidas pelos internos do serviço (Apêndice 4) e participei nos *workshops* “Alterações do Equilíbrio Ácido-Base” e “Decisões de Fim de Vida” (*vide* Anexos). Para além disso, juntamente com três colegas, fiz uma revisão do tema “Insuficiência da Suprarrenal” para a equipa do serviço (Apêndice 2).

Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia (22/01/2024 – 16/02/2024)

O estágio parcelar de Ginecologia e Obstetrícia decorreu no Hospital Beatriz Ângelo, com a tutoria do Dr. Gustavo Mendinhos. Tracei como objetivos: (1) praticar o exame ginecológico, incluindo colheita para colpocitologia, e obstétrico; (2) conhecer a vigilância normal da gravidez em cada trimestre; (3) saber interpretar um CTG; (4) saber como observar uma puérpera e os respetivos aconselhamentos no pós-parto. Neste estágio pude contactar as várias valências da especialidade. Deste modo, tive a possibilidade de acompanhar 87 consultas: 12 de ginecologia geral, 12 de oncologia ginecológica, 10 de senologia, 6 de ecografia ginecológica, 26 de obstetrícia, 5 de rastreio pré-natal e 16 de ecografia obstétrica. Nestas, pratiquei a observação ginecológica, o uso adequado de um espécule e palpação bi-manual do útero e mama. Na enfermaria vi a avaliação e o seguimento da puérpera. Em contexto de BO, assisti a 8 cirurgias, tendo participado numa histerectomia total com anexectomia bilateral por laparotomia. Adicionalmente, acompanhei o meu tutor no SU, onde, com autonomia parcial, pude executar a abordagem às patologias ginecológicas e obstétricas mais frequentes neste contexto e, a nível do bloco de partos, acompanhar a grávida nas diferentes fases do trabalho de parto, tendo observado 16 partos, 6 eutócicos e 10 distócicos, nos quais auxiliei em 2 cesarianas. Por fim, em termos formativos, participei no *workshop* “The Woman”, assisti a sessões clínicas promovidas pelo serviço (Apêndice 4) e, juntamente com 2 colegas, elaborei um folheto informativo sobre “Contraceção no pós-parto” para oferecer a todas as puérperas (*vide* Anexos).

Estágio Parcelar de Saúde Mental (19/02/2024 – 15/03/2024)

Realizei o estágio de Saúde Mental no Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca, orientado pelos Dr. João Carlos Melo e Dr. Bruno Trancas. Considerei os seguintes objetivos para este estágio: (1) conhecer os serviços e políticas de saúde mental disponíveis em Portugal, incluindo o modelo de cuidados de saúde mental na comunidade e critérios para internamento compulsivo; (2) identificar sintomas de perturbação psiquiátrica e diferenciá-los do funcionamento psicológico normal do indivíduo; (3) refinar a colheita da história clínica psiquiátrica, incluindo a avaliação do estado mental. Nas primeiras duas semanas, acompanhei as atividades no Hospital de Dia, participando ativamente em várias sessões de psicoterapia conduzidas por uma equipa multidisciplinar, incluindo treino de competências sociais, grupos temáticos, terapêuticos e de movimento. Aqui, pude testemunhar a progressão e os impactos terapêuticos destas nos 21 doentes que acompanhei, sendo os diagnósticos mais comuns Esquizofrenia (n=8) e Perturbação de Personalidade *Borderline* (n=7). Nas restantes duas semanas frequentei a CE do Dr. Bruno Trancas na Equipa Comunitária da Damaia, tendo assistido a um total de 42 consultas. As perturbações do humor (n=17) e a Esquizofrenia (n=10) foram os diagnósticos mais frequentes nos doentes observados. Adicionalmente, estive 2 vezes o SU de Psiquiatria, onde observei a abordagem a situações agudas ou de descompensação psiquiátrica, percebendo as diferenças nas entrevistas realizadas em comparação com o ambiente de consulta regular. Também frequentei o internamento uma manhã para entrevistar um doente com perturbação afetiva bipolar, que estava internado por um episódio maníaco. Por fim, acompanhei as sessões clínicas multidisciplinares do serviço (Apêndice 4) e reuniões entre os profissionais das equipas comunitárias.

Estágio Parcelar de Medicina Geral e Familiar (18/03/2024 – 19/04/2024)

O estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar decorreu na USF Ajuda, sob tutela da Dr^a Marta Fournier, tendo como objetivos: (1) adquirir progressivamente maior autonomia na condução de consultas; (2) comunicar eficazmente com os doentes utilizando um método centrado na pessoa; (3) gerir o tempo de consulta eficientemente; (4) familiarizar-me com a PEM; (5) identificar e utilizar os recursos existentes na comunidade; (6) aprender o manejo de doentes polimedicados e com multimorbilidade. Durante o meu tempo de estágio pude acompanhar, dentro das diferentes valências da especialidade, 110 consultas, tendo realizado, em autonomia parcial, 45 destas, sendo a maioria no contexto de doença aguda. Em termos de exame objetivo, efetivamente, pude realizar de forma mais frequente, aprimorando a minha capacidade, a auscultação cardiopulmonar, medição manual da tensão arterial, otoscopia, exame músculo-esquelético e exame ginecológico. Também pude realizar procedimentos de pequena cirurgia, como suturas e drenagem de abscesso. Finalmente, elaborei receitas médicas, certificados de incapacidade temporária, atestados e referência para outras especialidades. Para a avaliação final, elaborei e apresentei um caso clínico interessante de uma doente com multimorbilidade que acompanhei no contexto de consulta (Apêndice 2).

Estágio Parcelar de Pediatria (22/04/2024 – 17/05/2024)

Realizei o estágio de Pediatria no Hospital Dona Estefânia, no serviço de adolescentes, orientado pela Dr^a Joana Simões. Os objetivos incluíram: (1) conhecer as doenças mais comuns na infância e adolescência, incluindo urgências, e suas abordagens clínicas e terapêuticas; (2) realizar exames físicos de forma autónoma em recém-nascidos, crianças e adolescentes; (3) desenvolver habilidades de comunicação com crianças, adolescentes e suas famílias; (4) aperfeiçoar a colheita da história clínica pediátrica. O estágio ocorreu principalmente na enfermaria de adolescentes, onde diariamente acompanhei a minha tutora e equipa na avaliação dos doentes, redação dos registos clínicos e discussão do plano de tratamento. Observei 22 doentes com diversas patologias, principalmente perturbações do comportamento alimentar. Também realizei uma história clínica a um doente, que foi o tema do meu seminário final. Na consulta externa, acompanhei a Dr^a Joana em 7 consultas, focadas principalmente em perturbações do comportamento alimentar. Além disso, acompanhei numa manhã a consulta da cardiologia pediátrica e Imunoalergologia pediátrica. Frequentei semanalmente o SU, onde observei 42 crianças. Os diagnósticos mais comuns foram rinofaringite aguda (n=13) e gastroenterite aguda (n=9). Este contexto permitiu-me melhorar na realização de otoscopias, uma habilidade que antes me era desafiadora. Por fim, participei numa sessão teórica sobre anafilaxia em Imunoalergologia, acompanhei sessões clínicas organizadas pelo serviço (Apêndice 4) e, na última semana, para o seminário final apresentei o tema "AVC isquémico em idade pediátrica" (Apêndice 2).

3. ELEMENTOS VALORATIVOS

Durante os seis anos do MIM, sempre realizei atividades extracurriculares que enriquecessem a minha formação teórica, prática, humana e social. Deste modo, em termos associativos, sou monitor de Anatomia desde 2019/2020, fui delegado de turma nos 6 anos do MIM, tendo, em 2020/2021 e 2021/2022 pertencido à Comissão de Curso. Fiz parte da equipa do NEC da NMS entre 2021 e 2022, onde organizei eventos, participei na Missão País, sendo chefe geral em 2023, e fiz parte dos grupos de bioética. Valorizando profundamente o voluntariado, trabalhei como professor numa escola remota na capital do Camboja, e ajudei nas obras de reconstrução de infraestruturas no Nepal após o terremoto de 2015. Também, faço parte da direção do CISV Portugal, uma organização internacional que visa, através de campos de férias, educar e inspirar a paz, promovendo amizades, cooperação e entendimento entre pessoas de diferentes culturas. Aqui fui monitor e diretor de vários campos de férias, tendo sido responsável nacional entre 2021-2023. Também trabalho com o SAIREF, onde sou monitor e colaboro semanalmente na REFOOD e, ocasionalmente, no Banco Alimentar contra a Fome. Por fim, com as aprendizagens do MIM, estive como voluntário de saúde nas JMJ e, com o COMVIDas, auxiliei os profissionais da Casa de Saúde do Telhal quando este se encontrava com um surto de COVID-19. Em termos formativos, para aprofundar o meu conhecimento das práticas médicas atuais, no último ano, participei: no iMed Conference 15.0, nas palestras e *workshops* de cirurgia robótica e

cirurgia laparoscópica em cadáveres; *World Pancreatic Cancer Day | 4th Edition*; 3º Congresso Nacional de Cirurgia do Hospital da Luz; *workshops* “Alterações do Equilíbrio Ácido-Base” e “Decisões de Fim de Vida”; 13ª Reunião de Imunoalergologia de Lisboa; e no debate “Psicadélicos na prática clínica”. Quanto a trabalhos realizados ou publicado, durante o estágio de GO, criei um folheto informativo para as puérperas sobre contraceção no pós-parto. No âmbito da UC MMD no ano letivo 2022/2023, a proposta de investigação em que colaborei foi uma das finalistas do prémio SICGEN. Por fim, participei no programa Erasmus+ na *Semmelweis University* em Budapeste, experienciando a realidade da medicina no estrangeiro (*vide* Anexos).

4. REFLEXÃO CRÍTICA

Terminado o Estágio Profissionalizante, torna-se essencial refletir sobre o cumprimento dos objetivos propostos (Apêndice 5 e 7), todas as aprendizagens obtidas ao longo do ano, bem como destacar os pontos fortes e positivos de cada estágio parcelar (Apêndice 6).

Analisando, em primeiro lugar, o estágio de **Cirurgia Geral**, considero que a CE, o BO e o SU foram as atividades que mais contribuíram para o meu crescimento e aquisição de capacidades práticas e técnicas. Na CE, pude trabalhar a minha autonomia na colheita da anamnese, exame objetivo, diagnóstico diferencial e proposta terapêutica em doentes com patologia da mama. Frequentar esta atividade num rácio tutor/aluno de 1:2 facilitou o esclarecimento de dúvidas e o treino de certas manobras. No BO, participei em várias cirurgias como ajudante, o que me permitiu compreender melhor cada passo das cirurgias, o manuseamento dos diferentes instrumentos cirúrgicos e treinar as técnicas de assepsia. No SU, além do contacto com patologia urgente e emergente, destaco a participação em procedimentos de pequena cirurgia, como suturas e drenagem de abcessos, possibilitando a aprendizagem de gestos básicos, porém essenciais na formação médica. A passagem pela Anestesiologia foi fundamental para consolidar conhecimentos de fisiologia, fisiopatologia e farmacologia e pela prática de procedimentos complexos potencialmente úteis no futuro, nomeadamente a entubação orotraqueal. O curso TEAM e as sessões de simulação foram fundamentais para o treino de competências num ambiente seguro, realístico e previsível, ajudando a sistematizar gestos e práticas úteis a qualquer médico. No Minicongresso, desenvolvi a minha capacidade de síntese e comunicação em ciência. No entanto, não desvalorizando o estágio proporcionado pela Drª Sílvia Silva, considero que seria interessante a oportunidade de contactar com outras áreas da especialidade além da dedicada pela tutora. Assim, considero que os objetivos propostos para este estágio foram cumpridos.

O estágio de **Medicina Interna** revelou as minhas limitações de conhecimento, motivando-me a estudar para superá-las. Com uma componente prática intensa, foi crucial para o meu crescimento e autonomia como futuro médico, desenvolvendo competências clínicas e humanas. Globalmente, considero que atingi todos os objetivos estabelecidos. A rotina diária de observação de doentes aumentou a minha confiança na colheita de anamnese e realização autónoma do exame físico. Interagir sozinho com os doentes foi essencial para

aprimorar competências comunicacionais, especialmente no diagnóstico, prognóstico, plano terapêutico e relação médico-doente. Inicialmente, tive dificuldades em estabelecer a lista de problemas de cada doente, mas a prática tornou essa tarefa mais simples, facilitando a sugestão de ECD e propostas terapêuticas, responsabilidades que me foram sendo gradualmente atribuídas. A redação e discussão dos diários clínicos foi fundamental, obrigando-me a resumir dados importantes de forma precisa. Também, a equipa médica que integrei, sempre receptiva e orientadora em relação às minhas dificuldades, facilitou imensamente a minha aprendizagem. Além disso, o estágio fez-me contactar com doentes em contexto social precário, contribuindo para a minha formação pessoal e incentivou a pesquisa por recursos (e respetivas limitações) que o nosso país pode oferecer a estes doentes. Por fim, o SU foi outra valência de aprendizagem crucial, onde pude praticar o raciocínio clínico mais rápido e estruturar prioridades na abordagem ao doente urgente. No estágio de **Ginecologia e Obstetrícia**, o cumprimento dos objetivos propostos não foi completamente satisfatório. Considero que tal se deveu principalmente a 2 motivos: o facto de se revelar um estágio maioritariamente observacional e a frequente relutância, compreensível, por parte das doentes que observei em serem avaliadas por um homem, tendo, desta forma, tido muito poucas oportunidades de efetuar o exame físico ginecológico e obstétrico e procedimentos ginecológicos, como colpocitologias. Nesse sentido, para compensar esta lacuna, tentarei colmatar através do estudo e durante o IFG quando frequentar os CSP. No entanto, destaco as valiosas aprendizagens obtidas no âmbito da CE, onde pratiquei habilidades comunicacionais com as doentes, essenciais para a relação médico-paciente. Reforço, em particular, as aprendizagens que fiz na consulta de obstetrícia e de ecografia obstétrica, permitindo-me conhecer o acompanhamento normal da gravidez em cada trimestre. Também, no puerpério, além de avaliar autonomamente mulheres no período pós-parto para identificar possíveis complicações como hemorragia pós-parto, participei ativamente no aconselhamento sobre contraceção pós-parto, incluindo a elaboração de um folheto informativo para o serviço. No serviço de urgência, aprendi a realizar o diagnóstico diferencial das principais queixas em mulheres grávidas e não grávidas e o acompanhamento das várias fases do parto, aprimorando a minha interpretação do CTG. Além disso, face à população variada que o HBA serve, enfrentei desafios linguísticos, culturais e éticos os quais, juntamente com meu tutor, aprendi como abordar.

O estágio de **Saúde Mental** não só me permitiu cumprir todos os objetivos, como também superou as minhas expectativas, pela abordagem inovadora à saúde mental. Escolhi realizar este estágio no HFF para conhecer um serviço de saúde mental hospitalar com ação comunitária, que promove a manutenção dos doentes na comunidade, a sua integração social e autonomia. De uma forma geral, ganhei uma visão holística do doente psiquiátrico, considerando a sua situação sociocultural, bem como da importância desta na capacitação funcional do doente. No Hospital de Dia, tive a oportunidade de participar ativamente numa abordagem terapêutica ampla multidisciplinar, com foco na sua recuperação médica, psicológica e socio-ocupacional. Na Equipa Comunitária da Damaia aprofundei o meu conhecimento sobre diversas perturbações psiquiátricas e

os psicofármacos, aprendi a reconhecer os critérios necessários para um internamento compulsivo e pude testemunhar a importância da relação médico-doente na aliança terapêutica, enquadrando os doentes no seu meio social, laboral e familiar. Por fim, na colheita da história clínica e frequência no SU, treinei competências práticas na colheita da anamnese, exame de estado mental e diagnóstico diferencial.

O estágio de **Medicina Geral e Familiar** foi, paralelamente a MI, dos mais relevantes para a minha formação, tendo cumprido a maioria dos objetivos. Durante este estágio, realizei várias consultas com autonomia parcial sob a supervisão da minha tutora, o que foi fundamental para aprimorar competências de exame objetivo, interrogatório clínico, redação de registo clínico com identificação da lista de problemas, requisição de ECD adequados e proposta de plano terapêutico, utilizando frequentemente a PEM. Aproveitei esta oportunidade para aprender a gerir doentes polimedicados, realizando revisões terapêuticas frequentes, e com multimorbilidade, estabelecendo uma lista de prioridades para cada doente. Além disso, desenvolvi uma saudável relação médico-doente, com base no método centrada na pessoa, avaliando a sua dimensão pessoal, familiar e social, compreendendo a importância desta abordagem para a aliança terapêutica. Destaco que a discussão dos casos observados em consulta com a minha tutora foi crucial para adquirir competências comunicacionais com futuros colegas e integrar conhecimentos. Contudo, senti algumas dificuldades na gestão do tempo de consulta, pelo que preciso de praticar durante o IFG.

Relativamente ao estágio de **Pediatria**, embora tenha sido sobretudo observacional, tive oportunidades suficientes para atingir todos os objetivos. No internamento e na CE, contactei com adolescentes e, juntamente com a minha tutora, compreendi os desafios no tratamento de adolescentes com doenças crónicas ou agudas. Aprendi com a minha tutora e outros profissionais do serviço a importância de ajudar esta faixa etária a gerir as suas patologias. De facto, é essencial compreender as diferenças na abordagem e comunicação com adolescentes, através da aplicação do HEEADSSS, pois uma prática adequada pode ser decisiva na recuperação. Apesar do contacto diário com os doentes na enfermaria, senti que poderia ter tido mais autonomia, pois só nos últimos dias pude acompanhar e observar de forma mais independente os doentes. Também, as idas ao SU foram essenciais para complementar o meu estágio, permitindo-me observar autonomamente crianças de todas as idades e familiarizar-me com as patologias pediátricas mais comuns. Isso contribuiu significativamente para alcançar os meus objetivos em termos de conhecimento teórico, realização de exames físicos e correta abordagem através de investigação e tratamento adequados. Em suma, chegar ao final do Estágio Profissionalizante é uma conquista gratificante, na qual me sinto realizado por ter alcançado a maioria dos objetivos propostos (Apêndice 8). Tornar-me médico sempre foi um sonho e uma vocação de cuidado e responsabilidade que sempre admirei. Agradeço sinceramente a todos os professores e mestres pelos ensinamentos valiosos que moldaram meu percurso. À minha família e amigos, o meu profundo agradecimento pelo apoio incondicional e pela presença constante ao longo desta jornada.

5. APÊNDICES

APÊNDICE 1 | CRONOGRAMA DO ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

ESTÁGIO	PERÍODO	LOCAL	REGENTE	TUTOR (rácio T:A)
Cirurgia Geral	11/09/23 – 03/11/23	HBA	Professor Doutor Rui Maio	Dr. ^a Sílvia Silva (1:2)
Medicina Interna	06/11/23 – 12/01/24	HEM	Professor Doutor António Mário Santos	Dr. ^a Teresa Romão (1:1)
Ginecologia e Obstetrícia	22/01/24 – 16/02/24	HBA	Professora Doutora Teresinha Simões	Dr. Gustavo Mendinhos (1:1)
Saúde Mental	19/02/24 – 15/03/24	HFF	Professor Doutor António Miguel Talina	Dr. João Carlos Melo (1:1) Dr. Bruno Trancas (1:1)
Medicina Geral e Familiar	18/03/24 – 19/04/24	USF Ajuda	Professor Doutor Daniel Pinto	Dr. ^a Marta Fournier (1:1)
Pediatria	22/04/24 – 17/05/24	HDE	Professor Doutor Luís Varandas	Dr. ^a Joana Simões (1:2)

Legenda: HBA – Hospital Beatriz Ângelo; HDE – Hospital Dona Estefânia; HEM – Hospital de Egas Moniz; HFF – Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca; Rácio T:A – rácio tutor:aluno; USF – Unidade de Saúde Familiar;

APÊNDICE 2 | TRABALHOS REALIZADOS NOS ESTÁGIOS PARCELARES

ESTÁGIO	TEMA	CONTEXTUALIZAÇÃO	AUTOR(ES)
Cirurgia Geral	Um <i>acidentaloma</i> , a propósito de um caso clínico	Mulher de 44 anos com diagnóstico de cancro da mama triplo negativo que, nos estudos de estadiamento, foi encontrado uma massa ileal de 5 cm com aspetos compatíveis com um GIST, efetuando, posteriormente, ressecção do mesmo, confirmando-se o diagnóstico.	Álvaro R Pinho Ana Rita Chaves Matilde Carvalho Rafael Copeto
Medicina Interna	Insuficiência Suprarrenal	Definição, epidemiologia, fisiopatologia, etiologia, apresentação clínica, abordagem diagnóstica e diagnóstico diferencial e tratamento; ISR aguda; Apresentação de Caso clínico.	Álvaro R Pinho Henrique Ghira Matilde Carvalho Pedro A Silva
Ginecologia e Obstetrícia	Contraceção na mulher no pós-parto	Elaboração de um folheto informativo e promocional de saúde destino à população local abrangida, abordando as hipóteses disponíveis de contraceção no pós-parto.	Álvaro R Pinho Rafael Copeto Ricardo Ribeiro

ESTÁGIO	TEMA	CONTEXTUALIZAÇÃO	AUTOR(ES)
Saúde Mental	História Clínica	Definição, epidemiologia, fisiopatologia, etiologia, apresentação clínica, abordagem diagnóstica e diagnóstico diferencial e tratamento; ISR aguda; Apresentação de Caso clínico.	Álvaro R Pinho
MGF	Caso Clínico	Mulher de 73 anos, com AP de HTA e Asma, vem a consulta de SA, para avaliação de análises e ecografia renal, requisitadas por suspeita de DRC. Doente refere queixas de lesão infra mamária eritematosa pruriginosa	Álvaro R Pinho
Pediatria	AVC isquémico em idade pediátrica	Definição, epidemiologia, fisiopatologia, etiologia, apresentação clínica, abordagem diagnóstica e diagnóstico diferencial, tratamento e prognóstico; Apresentação de caso clínico.	Álvaro R Pinho Glória Soares Isabel Macedo Paula Gomes

Legenda: AP – Antecedentes Pessoais; DRC – Doença Renal Crónica; GIST – *Gastrointestinal stromal tumors*; HTA – Hipertensão Arterial; ISR – Insuficiência Suprarrenal; SA – Saúde de Adultos;

APÊNDICE 3 | CASUÍSTICA DO NÚMERO DE DOENTES E PRINCIPAIS PATOLOGIAS/MOTIVOS NOS ESTÁGIOS PARCELAR

ESTÁGIO	VALÊNCIA / Nº DOENTES OBSERVADOS		PRINCIPAIS DIAGNÓSTICO(S)/PROCEDIMENTO(S)	MÉDIA IDADES (anos)
MGF	CE - Autonomia parcial (n=45)		Hipertensão arterial sem complicações (K86); Alteração do metabolismo dos lípidos (T93); Diabetes não insulínica dependente (T90); [Classificação ICD-20]	—
PED	CE	CE – Adolescentes (n=7)	Anorexia Nervosa	14,3
	E (n=22)		Anorexia Nervosa; Pneumonia adquirida na comunidade	14,1
	SU (n=42)		Rinofaringite Aguda; Gastroenterite Aguda	5,8
	CE	Ginecologia Geral (n=12)	Leiomioma uterino sintomático	44,9
		Oncologia Ginecológica (n=12)	Adenocarcinoma de endométrio; Carcinoma Pavimento-celular do colo do útero	58,6
		Senologia (n=10)	Neoplasia Maligna da Mama	67,1
		Ecografia Ginecológica (n=6)	Hemorragia Uterina Anómala	49,7

GO		Obstetrícia (n=26)	Diabetes Gestacional; HTA não controlada; Indução do trabalho de parto	32,4	
		Ecografia Obstétrica (n=16)	Ecografia do 2º e 3º Trimestres	31,8	
		Rastreio Pré-natal (n=5)	Rastreio combinado do 1º Trimestre	36,6	
	E	Puerpério (n=34)	Dia 1 pós-parto eutócico	33	
	BO	Ginecologia (n=8)	Histerectomia total + salpingectomia bilateral por via laparoscópica	49,2	
		Obstetrícia (n=5)	Cesariana	36,0	
	SU (n=39)		Início trabalho de parto; Suspeita de gravidez não evolutiva	32,7	
SM	CE	Equipa Comunitária da Damaia (n=42)	PAB (F31); Pert. Depressiva Recorrente (F33); Esquizofrenia (F20)	52,7	
	Hospital de Dia (n=21)		Esquizofrenia (F20); Pert. Personalidade Borderline (F60.3)	31,9	
	SU (n=6)		Ideação suicida (F45.851)	55,4	
MI	E (n=24)		Pneumonia adquirida na comunidade; Insuficiência cardíaca; AVC isquémico	79,9	
	SU (n=38)		DPOC agudizada; Gripe	57,3	
CG	CE (n=100)		Neoplasia maligna da mama	63,8	
	SU (n=5)		Suturas; Drenagem de abscessos	37,1	
	BO	Cirurgia Geral (n=33)		Tumorectomia guiada por arpão com BGS + reconstrução mamária com simetrização	56,0
		Outras especialidades (n=10)		*[C. Torácica, C. Vascular]	39,2
	AN	CE	Pré-operatório (n=4)	Consulta de Pré-operatório	50,9
			Dor crónica (n=5)	Dor crónica	73,5
		Técnicas GE (n=7)		Sedação com Propofol	58,9
		BO (n=15)		Anestesia geral balanceada + epidural	42,3

Legenda: AN – Anestesiologia; BO – Bloco Operatório; CE – Consulta Externa; CG – Cirurgia Geral; GO – Ginecologia e Obstetrícia; E – Enfermaria; MGF – Medicina Geral e Familiar; PAB – Perturbação afetiva bipolar; PED – Pediatria; Pert. – Perturbação; SM – Saúde Mental; SU – Serviço de Urgência

APÊNDICE 4 | SESSÕES CLÍNICAS ASSISTIDAS NO ESTÁGIOS PROFISSIONALIZANTE

ESTÁGIO	TEMA	AUTOR(ES)
Cirurgia Geral	Minicongresso do Estágio	Alunos
Medicina Interna	Managing hyperkalemia with Patiromer: when and how?	Dr ^a Ana Cristina Fonseca
	Sessão clínico-patológica: Neoplasia do Pulmão e Linfoma de Hodgkin	Dr ^a MéliSSa Carvalho
	Prevenção e controlo de infeção por MRSA e ERC	Dr ^a Carolina Antunes
	Conceitos em nutrição peri e pós-operatória	Dr ^a Bruna Esteves
	Prevenção de infeção pelo VSR	Dr. António Almeida
	Sessão clínico-patológica: Doença de Still e Doença de Kikuchi-Fujimoto	Dr ^a Isabel Ferreira
	Alterações do equilíbrio ácido-base	Prof. Dr. Pedro Póvoa
	Decisões de Fim de Vida	Dr ^a Camila Tapadinhas
Ginecologia e Obstetrícia	<i>Workshop: "The Woman"</i>	Dr ^a Ana Rita Mira
	Gravidez e Linfoma de Hodgkin	Dr ^a Madalena Cabrita
	Protocolo: Vigilância puérpera no pós-parto	Dr ^a Catarina Jorge
Saúde Mental	Espaço @Com	Equipa Psicologia Clínica
	Enroll-HD: uma plataforma internacional integrada de investigação clínica e estudo observacional para a doença de Huntington, no HFF	Equipa Psicologia Clínica
	Psicofarmacologia na Doença Renal Crónica e Hemodiálise	Dr. Alexandre Ferreira
MGF	NA	NA
Pediatria	Anorexia Nervosa	Dr. Gonçalo Lacerda
	Mucosite a Mycoplasma Pneumoniae	Dr ^a Ana Catarina Rolim
	Fosfomicina: um passo atrás para dar dois à frente	Dr ^a Clara Lavrador

APÊNDICE 5 | ESTRATÉGIAS ADOTADAS PARA OS OBJETIVOS DOS ESTÁGIOS PARCELARES

ESTÁGIO	OBJETIVOS	ESTRATÉGIAS	ESTADO
CG	1) Acompanhar as atividades do pré, intra e pós-operatório 2) Participar e auxiliar a equipa no gesto cirúrgico 3) Executar autonomamente técnicas de pequena cirurgia, anestesia local e assepsia 4) Saber distinguir as situações clínicas com indicação cirúrgica eletiva e urgente	1, e 2) Assistir ao maior número de cirurgias possível, mostrando sempre o interesse e disponibilidade para colaborar em todas as suas tarefas 3) Participar ativamente nas atividades da sala de Pequena Cirurgia 4) Frequentar o SU e estudar as principais indicações cirúrgicas urgentes	Atingido
			Atingido
			Atingido
			Atingido
MI	1) Acompanhar doentes autonomamente, nomeadamente na colheita da anamnese e realização do exame objetivo 2) Consolidar o meu conhecimento na semiologia das principais patologias desta especialidade, para sugerir hipóteses de diagnóstico e dirigir eficazmente os ECDs 3) Elaborar notas de entrada, alta e diários clínicos de forma independente	1) Ficar responsável pela observação e cuidados de, pelo menos, um doente por dia 1 e 3) Demonstrar uma atitude proativa e receptiva em aprender as melhores técnicas de observação e registo clínico com os colegas 3) Contactar com o maior número de patologias possível, tentando ficar responsável por doentes com patologia diferentes ao longo do estágio 3) Estagiar no SU o maior número de vezes possível	Atingido
			Parcialmente atingido
			Atingido
GO	1) Praticar o exame ginecológico, incluindo colheita para colpocitologia, e obstétrico 2) Conhecer a vigilância normal da gravidez em cada trimestre 3) Saber interpretar um CTG 4) Saber como observar uma puérpera e os respetivos aconselhamentos no pós-parto	1) Praticar toque vaginal, observação com espécuro, palpação bimanual e colpocitologias. 2) Frequentar o maior número possível de consultas de obstetrícia, prestando especial atenção para as vigilâncias e ECDs pedidos. 3) Frequentar o SU, tomando iniciativa para observar e interpretar o maior número de CTGs, confirmando com o meu tutor 4) Exercitar a observação da puérpera, e aconselhamento dado pela minha tutora, tentando replicá-lo	Não atingido
			Atingido
			Atingido
			Atingido
SM	1) Conhecer os serviços e políticas de saúde mental disponíveis em Portugal, incluindo o modelo de cuidados de saúde mental na comunidade e critérios de internamento compulsivo	1) Estagiar num serviço de saúde mental com ação comunitária, tentar contactar com todas as suas valências, nomeadamente hospital de dia e consulta externa em equipa comunitária, abordando holisticamente o doente, tendo em conta o seu contexto biopsicossocial	Atingido

	2) Identificar sintomas de perturbação psiquiátrica e diferenciá-los do funcionamento psicológico normal do indivíduo 3) Refinar a colheita da história clínica psiquiátrica, incluindo a avaliação do estado mental	2) Observar as estratégias utilizadas pelo meu tutor, durante as entrevistas clínicas, tanto no âmbito de CE como em SU. 3) Realizar uma história clínica, executando uma correta anamnese e avaliação ação do estado mental; discutir, posteriormente, a história com o meu tutor	Atingido
			Atingido
MGF	1) Adquirir progressivamente maior autonomia na condução de consultas 2) Comunicar eficazmente com os doentes utilizando um método centrado na pessoa; 3) Gerir o tempo de consulta eficientemente; 4) Familiarizar-me com a PEM; 5) Identificar e utilizar os recursos existentes na comunidade; 6) Aprender o manejo de doentes polimedicados e com multimorbilidade;	1) Observar as estratégias utilizadas na consulta pela minha tutora, aplicando-as nas consultas de autonomia parcial 1, 3, 4) Realizar consultas em autonomia parcial, treinando competências no exame objetivo, interrogatório clínico, redação do registo clínico com identificação da lista de problemas, requisição de ECDs, realizar referências e elaborar propostas de plano terapêutico, treinando a utilização da plataforma PEM 2) Desenvolver habilidades comunicacionais e estabelecimento da relação médico-doente, com base no método centrado na pessoa, avaliando a dimensão pessoal, familiar e social de cada doente 6) Treinar na gestão de doentes polimedicados, realizando revisões terapêuticas frequentes, e com multimorbilidade, estabelecendo uma lista de prioridades para cada doente; Apresentar no seminário um caso clínico de um(a) doente com estas características	Atingido
			Atingido
			Não atingido
			Atingido
			Atingido
			Atingido
PED	1) Conhecer as doenças mais comuns na infância e adolescência, incluindo urgências, e suas abordagens clínicas e terapêuticas; 2) Realizar exames físicos de forma autónoma em recém-nascidos, crianças e adolescentes; 3) Desenvolver habilidades de comunicação com crianças, adolescentes e suas famílias; 4) Aperfeiçoar a colheita da história clínica pediátrica;	1) Rever as principais patologias em pediatria, em estudo autónomo 1 e 2) Contactar com o maior número de doentes, frequentando as diferentes valências (CE, SU e enfermaria), aprimorando as minhas capacidades na execução do exame objetivo, sobretudo em manobras com as quais tenho mais dificuldade, como otoscopias 3) Familiarizar-me e praticar a técnica de entrevista HEEADSSS com os adolescentes; 4) Realizar uma história clínica, executando uma correta anamnese e exame físico, discutindo, posteriormente, a história com a minha tutora	Parcialmente atingido
			Atingido
			Parcialmente atingido
			Atingido

APÊNDICE 6 | ASPETOS POSITIVOS E NEGATIVOS DOS ESTÁGIOS PARCELARES

ESTÁGIO	ASPETOS POSITIVOS	ASPETOS NEGATIVOS / SUGESTÕES DE MELHORIA
Cirurgia Geral	1. Autonomia e responsabilidade oferecidas pela minha tutora 2. Prática em técnicas de pequena cirurgia, como suturas e manobras de assepsia 3. Contacto com outras especialidades cirúrgicas 4. Estágio opcional de Anestesiologia 5. Componente formativa pertinente	1. Pouco contacto com outras áreas da Cirurgia Geral
Medicina Interna	1. Autonomia e responsabilidade concedidos pela minha tutora, com prática da colheita da anamnese, exame físico, redação de diário clínico e estabelecimento de plano terapêutico 2. Integração na equipa médica 3. Contacto com diversas patologias em enfermaria e SU	1. Falta de contacto com a CE 2. Ter mais oportunidades de discussão de casos clínicos em contexto de SU
Ginecologia e Obstetrícia	1. Passagem por várias valências da especialidade 2. Rácio tutor:aluno de 1:1 3. Participação em procedimentos cirúrgicos e cesarianas 4. Sensibilização e prática em contextos com entraves linguísticos e culturais	1. Estágio muito observacional; 2. Pouco treino do exame objetivo ginecológico e obstétrico 3. Menor autonomia na condução de consultas
Saúde Mental	1. Primeiro contacto com cuidados de saúde mental integrados na comunidade 2. Disponibilidade dos tutores para esclarecer as minhas dúvidas e aprofundar conhecimentos 3. Rácio tutor:aluno de 1:1	1. Estágio mais observacional que o expectável 2. Pouco contacto com o internamento e SU
Medicina Geral e Familiar	1. Realização de consultas com autonomia parcial 2. Rácio tutor: aluno de 1:1 3. Treino do método medicina centrada no doente	NA
Pediatria	1. Prática de redação de diários clínicos, notas de entrada e alta e exame físico em adolescentes 2. Contacto com as principais patologias de cada faixa etária, no SU 3. Contacto com patologias raras	1. Estágio mais observacional que o expectável 2. Poucas oportunidades para o treino da comunicação com os familiares

APÊNDICE 7 | ESTRATÉGIAS UTILIZADAS PARA O CUMPRIMENTO DOS OBJETIVOS PROPOSTOS PARA O ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

OBJETIVOS	ESTRATÉGIAS
1) Consolidar e integrar os conhecimentos teórico-práticos previamente obtidos, auxiliando na minha preparação para a PNA	- Revisar os conteúdos teóricos mais importantes para cada área da Medicina simultaneamente aos estágios correspondentes; - Aplicar esses conhecimentos na prática, através da realização da história clínica realização do exame físico autonomamente; - Treinar manobras do exame objetivo que desconheça ou que tenha maiores dificuldades em executar; - Discutir os casos clínicos observados mais relevantes com os meus tutores
2) Adquirir autonomia crescente na colheita da anamnese e realização do exame físico nas diferentes especialidades	
3) Ser capaz de reconhecer eficazmente as manifestações clínicas das patologias mais frequentes da comunidade e os seus diagnósticos diferenciais	
4) Reconhecer as indicações dos exames auxiliares de diagnóstico mais utilizados e saber interpretá-los	- Rever os conteúdos teóricos, nomeadamente relativamente às principais indicações de cada ECD; - Numa primeira fase, interpretar individualmente todos os resultados e, posteriormente, confrontar com os meus tutores as minhas conclusões, discutindo as mesmas; - Familiarizar-me e saber interpretar ECD que tenha tido menor contacto e, consequentemente, maiores dificuldades
5) Saber elaborar, sob supervisão, propostas terapêuticas para as patologias mais frequentes, incluindo prescrição farmacológica	- Aprimorar o raciocínio clínico, acompanhando e tentando resolver casos clínicos de forma independente; - Ser mais consciente dos custos das terapias para elaborar um plano personalizado e sustentável para o doente; - Recordar as principais contraindicações, interações e efeitos colaterais dos fármacos mais comuns. - Discutir com o meu tutor todas as opções terapêuticas com as quais ainda não contactei, entendendo as suas razões e indicações
6) Treinar e refinar a realização de pequenos procedimentos, nomeadamente suturas e gasimetrias	- Realizar ativamente e autonomamente estes procedimentos
7) Aprimorar as minhas competências comunicacionais com outros profissionais de saúde, melhorando a capacidade de trabalho em equipa, e com os doentes e seus familiares através de uma abordagem biopsicossocial	- Colocar em prática técnicas de entrevista clínica centrada na pessoa, utilizando uma linguagem acessível e clara; - Ter atenção à linguagem e expressão corporal - Ouvir os doentes, as suas ideias, preocupações e expectativas - Comunicar com a equipa clínica, treinando a transmissão de informações clínicas com uma linguagem científica adequada
8) Reconhecer as minhas limitações e superá-las através da busca ativa por oportunidades de aprendizagem, visando adquirir uma experiência contínua e em constante crescimento na minha formação, mantendo uma atitude proativa, empenhada e interessada	- Identificar, previamente a cada estágio, áreas frágeis do meu conhecimento, tentando colmatá-las durante os mesmos; - Fomentar a minha busca de conhecimentos, frequentando o maior número possível de congressos, formações e <i>workshops</i>; - Pedir <i>feedback</i> aos meus tutores sobre a minha prestação, sabendo, assim, onde e como melhorar no futuro

APÊNDICE 8 | AUTOAVALIAÇÃO DO CUMPRIMENTO DOS OBJETIVOS PROPOSTOS PARA O ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

OBJETIVO	ESTADO/NÍVEL ATINGIDO	NOTA
1	Cumprido	Nível 4
2	Parcialmente cumprido/ Níveis variáveis conforme a especialidade	Nível 3 Nível 2 em GO
3	Cumprido	Nível 3
4	Cumprido	Nível 3
5	Parcialmente cumprido/ Níveis variáveis conforme a especialidade	Nível 4
6	Cumprido	Nível 4
7	Parcialmente cumprido/ Níveis variáveis conforme a especialidade	Nível 3 em MI, MGF, SM e CG Nível 2 em Pediatria e GO
8	Cumprido	Nível 4

Classificação por níveis: 0 – Não sei; 1 – Sei na teoria, mas não sei fazer na prática; 2 – Sou capaz de fazer com ajuda do meu tutor(a); 3 – Sou capaz de fazer sozinho sem falhas; 4 – Sou capaz de fazer e ensinar a um aluno mais novo

6. ANEXOS

1. ASSOCIATIVISMO	23
1.1 Certificado Monitor do Departamento de Anatomia	23
1.2 Certificado Membro da Comissão de Curso em 2020/2021 e 2021/2022	24
1.3 Certificado Participação na Missão País com a NMS	25
2. VOLUNTARIADO	26
2.1 Certificado de Voluntariado no Nepal com o <i>All Hands and Hearts</i>	26
2.2 Certificado de Voluntariado no Camboja com o COLT	27
2.3 Certificado de Voluntariado no CISV Portugal	28
2.4 Certificado de Voluntariado no SAIREF	29
2.5 Certificado de Voluntariado no projeto COMVIDas	30
2.6 Certificado de Voluntariado nas Jornadas Mundias da Juventude 2023	31
3. CONGRESSOS, PALESTRAS E WORKSHOPS	32
3.1 Certificados de Participação nas Palestras e <i>Workshops</i> do iMed Conference 15.0	32
3.2 Certificado de Participação no Curso Team	33
3.3 Certificado de Participação na Sessão de Simulação – Luz Learning Health	33
3.4 Certificado de Participação no <i>World Pancreatic Cancer Day</i>	34
3.5 Certificado de Participação no 3º Congresso Nacional de Cirurgia do Hospital da Luz	34
3.6 Certificado de Participação no <i>Workshop</i> : “Alterações do equilíbrio ácido-base”	35
3.7 Certificado de Participação no <i>Workshop</i> : “Decisões de Fim de Vida”	35
3.8 Certificado de Participação na 13ª Reunião de Imunoalergologia de Lisboa	36
3.9 Certificado de Participação no debate “Psicadélicos na prática clínica”	36
4. TRABALHOS REALIZADOS OU PUBLICADOS	37
4.1 Folheto Informativo para as Puérperas sobre Contraceção no Pós-parto	37
4.2 <i>Abstract</i> da Proposta de Investigação Finalista do prémio SICGEN	38
5. PROGRAMA ERASMUS + NA SEMMELWEIS UNIVERSITY EM BUDAPESTE	39

6.1 Associativismo

6.1.1 Certificado Monitor do Departamento de Anatomia



Certificado de Colaboração

Para os devidos efeitos, se declara que o aluno **Álvaro Corrêa da Silva Roque de Pinho** fez parte do corpo docente do Departamento de Anatomia da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade NOVA de Lisboa, enquanto monitor nas Unidades Curriculares de Anatomia I e Anatomia II, nos anos letivos de 2019/2020, 2020/2021, 2021/2022, 2022/2023 e 2023/2024.

Ao longo do exercício das suas funções revelou uma elevada competência e dedicação, demonstrou ser uma mais-valia a este departamento através das suas excelentes qualidades pedagógicas.

Lisboa, 04 de junho de 2024

O Diretor do Departamento de Anatomia


(Professor Doutor Diogo Pais)

6.1.2 Certificado Membro da Comissão de Curso em 2020/2021 e 2021/2022**DECLARAÇÃO**

Para os devidos efeitos, declara-se que o aluno ÁLVARO CORRÊA DA SILVA ROQUE DE PINHO representou, no ano letivo 2020/2021 e no 1º semestre do ano letivo 2021/2022, enquanto 2ª membro suplente, os alunos do 3º ano do *Mestrado Integrado em Medicina*, no Conselho Pedagógico da Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa.

Lisboa, 7 de junho de 2024

O Subdiretor e Presidente do Conselho Pedagógico

Nuno Neuparth, MD, PhD, Agg
Professor Catedrático

6.1.3 Certificado de Participação na Missão País com a NMS

Certificado de Participação

Declara-se para os devidos efeitos que Álvaro Corrêa da Silva Roque de Pinho, portador do cartão de cidadão nº 15169974 e aluno da Faculdade Nova Medical School, participou no projeto Missão País entre os dias 10/02/2019-17/02/2019, 16/02/2020-23/02/2020 e 4/0/2023-11/02/2023 frequentando a Missão NMS. Na missão realizada em 2023 foi chefe geral, estando responsável pela organização da mesma.

Durante estas semanas, 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 das localidades de Alcanede, Alvorninha-Vidais e Montargil, desenvolvendo estas atividades nos dias referidos, entre as 10h e as 20h. Do acima exposto retiram-se 210h 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, 11 de Junho de 2024

Pela Missão País,

Madalena Videira



Chefes Nacionais

Madalena Videira | 910 892 249
António Libano Monteiro | 915 275 490

Rua São Francisco Xavier 26,
1400-331 Lisboa

missaopais@gmail.com

6.2 Voluntariado

6.2.1 Certificado de Voluntariado no Nepal com o All Hands and Hearts



USA
6 County Rd, Suite 6
Mattapoisett, MA 02739
Tel.: +1 925 998 8780

March 10, 2018

LETTER OF PARTICIPATION

Name of the organization: **All Hands & Hearts- Smart Response**

Program: **Nepal Earthquake Recovery**

Contact Person: Niklas Frieler, Volunteer Relations Coordinator

Email: niklas.f@allhandsandhearts.org

To whomever it may concern,

This letter is to certify that **Álvaro Correa da Silva Roque de Pinho**,
Portuguese ID number no.: 15169974, is currently volunteering with All
Hands and Hearts- Smart Response on **Nepal Earthquake Recovery**
until April 14th, 2018.

All Hands and Hearts- Smart Response is a US-based, non-profit organization
that addresses the immediate and long-term needs of communities
impacted by natural disasters by engaging volunteers, partner organizations
and local communities.

We aim to demonstrate the power and value of volunteering through the
tangible work done, the hope it brings to suffering communities, and the
transformative experiences it provides for volunteers.

I will be pleased to answer any additional questions you may have.

Sincerely,

Niklas Frieler
Volunteer Relations Coordinator

6.2.2 Certificado de Voluntariado no Camboja com o COLT



6.2.3 Certificado de Voluntariado no CISV Portugal



Rua Anchieta, Nº 29 4º
1200-023 Lisboa
Portugal

Telefone.: +351 213 426 426
E-mail: secretaria@cisv.pt
pt.cisv.org

Certificado de Participação

Aldeias Internacionais de Crianças em Portugal - CISV Portugal, Instituição Particular de Solidariedade Social, Rua Anchieta, 29, 4º andar, 1200-023 Lisboa, declara que **Álvaro Roque de Pinho**, é um voluntário muito ativo da nossa organização, fazendo parte da atual direção.

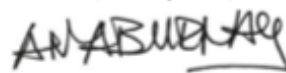
Enquanto participante fez os seguintes programas internacionais:

- Step up Bacolod no verão de 2014
- Step Up London Canadá no verão de 2015
- Village Coruche Portugal no verão de 2016

Tendo depois seguido o caminho de nosso voluntário, a nível nacional o Álvaro esteve bastante envolvido. Foi membro da comissão Village de Setembro de 2018 até Junho de 2022. No Verão de 2019 participou no National Step Up como membro do Staff. Por fim, foi o responsável nacional no mandato de 2021 a 2023.

Desejamos ao Álvaro muito sucesso na sua vida.

Lisboa, 12 de junho°, 2024


Secretária Nacional



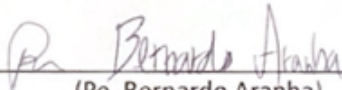
6.2.4 Certificado de Voluntariado no SAIREF

ASSOCIAÇÃO SAIREF ENCONTROS DE FÉ
Rua Luís de Camões, nº 16, 2795-123 Linda-a-Velha
N.I.P.C. 591000130

DECLARAÇÃO DE PARTICIPAÇÃO

Para os devidos efeitos, declara-se que Álvaro Corrêa da Silva Roque de Pinho, portador do Cartão de Cidadão nº 15169974, é um voluntário muito ativo da nossa organização desde 2020, desempenhando funções de monitor de campos de férias durante o verão e participa assiduamente em outras atividades do âmbito social durante o ano, nomeadamente com a ReFood e Banco Alimentar Contra a Fome.

Lisboa, 13 de Junho de 2024


(Pe. Bernardo Aranha)

6.2.5 Certificado de Voluntariado no Projeto COMVIDas**DECLARAÇÃO DE PARTICIPAÇÃO**

Para os devidos efeitos, declara-se que Álvaro Corrêa da Silva Roque de Pinho, portador do Cartão de Cidadão nº 15169974, esteve ao serviço, entre os dias 4 e 12 de Fevereiro de 2021, como voluntário do projeto COMVIDas, na resposta social à Casa de Saúde do Telhal, Centro Assistencial na área da Psiquiatria, Saúde Mental e Reabilitação Psicossocial, situada no Concelho de Sintra, que se encontrava com um surto de COVID-19. Neste período e devido à pandemia da COVID-19, a sua presença neste serviço foi absolutamente imprescindível.

Lisboa, 26 de Maio de 2024

(Assinatura)

Rita Almeida e Brito

Coordenadora do Projeto Portugal COMVIDas



6.2.6 Certificado de Voluntariado na equipa de Saúde das Jornadas Mundiais da Juventude 2023



Volunteer Certificate

awarded to

Álvaro Corrêa da Silva Roque de Pinho

for having completed the Volunteers Training Program
and for his/her meritorious service during the WYD 2023 in Lisbon.

Lisbon, august 10, 2023

6.3 Congressos, Palestras e Workshops

6.3.1 Certificados de Participação nas Palestras e Workshops do iMed Conference 15.0



6.3.2 Certificado de Participação no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management)**Certificado**

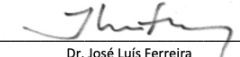
Pelo presente se certifica que

ÁLVARO CORRÊA DA SILVA ROQUE DE PINHO

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 14 e 15 de Setembro de 2023.

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

6.3.3 Certificado de Participação na Sessão de Simulação – Luz Learning Health

Certificado de
participação

Álvaro Roque Pinho

Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Setembro 2023

Presencial | 26 de Setembro de 2023 | 3 horas

Código de certificado: C-6501a759f3a4f

Hospital da Luz Learning Health • hospitaldaluz.pt/learninghealth
Avenida Lusitana, 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

6.3.4 Certificado de Participação no *World Pancreatic Cancer Day* | 4th EditionCertificado de
participação**Álvaro Roque Pinho****World Pancreatic Cancer Day | 4th Edition**

Webinar | 16 de Novembro de 2023 | 4 horas

Código de certificado: C-6512a59ed7db1

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

6.3.5 Certificado de Participação no 3º Congresso Nacional de Cirurgia do Hospital da Luz

**3º Congresso Nacional de Cirurgia do Hospital da Luz**— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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



NOME

Álvaro Roque Pinho

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15169974

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-65bd26bd614ed

Evento

3º Congresso Nacional de Cirurgia do Hospital da Luz

23-02-2024 08:30 → 24-02-2024 18:00 - Duração: 12 horas

Este Congresso contará com a presença de especialistas nacionais, reconhecidos pela sua experiência em áreas específicas da Cirurgia, em conjunto com as suas equipas multidisciplinares que se dedicam diariamente às áreas cirúrgicas nas unidades do Grupo Luz Saúde.

Nesta 3ª edição voltam a ser associados 4 cursos teórico-práticos de diferentes especialidades, e há semelhança da edição de 2023, os participantes podem submeter trabalhos para apresentação no Congresso.

learninghealth.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

6.3.6 Certificado de Participação no Workshop “Alterações do Equilíbrio Ácido-Base”**Certificado**

Certificamos que **Álvaro Corrêa Da Silva Roque De Pinho, N° 2017226**, participou no Workshop intitulado *Alterações do equilíbrio ácido base*, no dia 06 de dezembro de 2023, lecionado pelo Professor Doutor Pedro Póvoa, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Professor Doutor Pedro Póvoa

6.3.7 Certificado de Participação no Workshop “Decisões de Fim de Vida”**Certificado**

Certificamos que **Álvaro Corrêa Da Silva Roque De Pinho, N°2017226**, participou no Workshop intitulado *Decisões de Fim de Vida*, no dia 29 de novembro de 2023, lecionado pela Dra. Camila Tapadinhas, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Dra. Camila Tapadinhas

6.3.8 Certificado de Participação na 13ª Reunião de Imunoalergologia de Lisboa

**13ª REUNIÃO DE IMUNOALERGOLOGIA DE LISBOA**
DESAFIOS DA DOENÇA ALÉRGICA NA CRIANÇA E ADOLESCENTE

10 de maio de 2024

Hotel VIP Executive Entrecampos

CERTIFICADO DE PRESENÇA

Certifica-se que:

Álvaro Corrêa Da Silva Roque De Pinho

Participou no "Workshop: Patologia alérgica cutânea – o que importa saber!" da 13ª Reunião de Imunoalergologia de Lisboa, que decorreu no dia 10 de maio de 2024, no Hotel VIP Executive Entrecampos.

*Paula Leiria Pinto*Paula Leiria Pinto
Comissão Organizadora

6.3.9 Certificado de Participação no debate "Psicadélicos na prática clínica"

**Lançamento 53.ª Revista FRONTAL e Debate "Psicadélicos na prática clínica"**

— Certificado de Participação

EMITIDO POR:

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

NOME

Álvaro Roque Pinho

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15169974

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-65451b73e2d9c

Evento**Lançamento 53.ª Revista FRONTAL e Debate "Psicadélicos na prática clínica"**

07-11-2023 17:30 → 07-11-2023 19:30 - Duração: 2 horas

Apresentamos-te o evento de lançamento da tão esperada 53.ª Edição da Revista FRONTAL. O tema desta edição é a saúde mental e a sua relação com o corpo, meio ambiente e sociedade.

Após o lançamento da revista, realizaremos um debate, organizado em conjunto com a NOVA Debate, sobre a utilização de psicadélicos na prática clínica! Vamos contar com a presença de alguns dos maiores especialistas e investigadores nesta área.

6.4 Trabalhos Realizados ou Publicados

6.4.1 Folheto Informativa para as Puérperas sobre Contraceção no Pós-Parto

 UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
LOURES - ODIVELAS

Contraceção no Pós-Parto

Intervalo mínimo de 24 meses entre 2 gravidezes OMS

 **World Health Organization**

Pílula da Amamentação

- Utilizada durante a amamentação
- Não tem efeitos na qualidade e quantidade do leite
- Não provoca efeitos adversos no bebé

Eficácia de 99.7%

Iniciada 21 dias após o parto: toma diária, à mesma hora, contínua, sem pausas

Implante Subcutâneo

Mais eficaz
Longa duração (3-6 anos)

Pode ser colocado imediatamente após o parto
Seguro durante a amamentação

Reversível



Contraceção Intrauterina

Alta eficácia
Poucos efeitos adversos
Iniciados imediatamente após o parto ou 4 a 6 semanas depois

DIU de cobre – 10 anos
SIU com Levonorgestrel

Reversíveis

Contraceção Hormonal Combinada

Pretende amamentar → Iniciar CHC 6 meses após o parto
Não pretende amamentar → Iniciar 6 semanas após o parto

Pílula Combinada	Via oral
Adesivo	Via transdérmica
Anel Vaginal	Via vaginal

Métodos Barreira

Preservativo

Proteção contra Infecções Sexualmente Transmissíveis
Devem ser usados em conjunto com outros métodos

 **Deve seguir as indicações do seu médico de família**

6.4.2 Abstract da Proposta de Investigação Finalista do prémio SICGEN

Brain-restricted mTOR inhibition through a binary pharmacology strategy: a potential therapeutic approach for Parkinson's Disease

Álvaro Roque de PINHO¹, Ana Rita BORREGO², Elena Asensio AMARAL³, Leonor Banha da SILVA⁴

¹ Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas, nº2017226

² Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas, nº2018222

³ Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas, nº2018295

⁴ Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas, nº2018393

Modelos Celulares e Novas Terapias - Grupo 1

Prof. Dr. Paulo Pereira e Prof. Dr. João Ferrelira

Regente UC: Prof. Dr. Miguel Seabra

UC Mecanismo Moleculares de Doença

6.5 Certificado Participação no Programa Erasmus+ em Budapeste na Semmelweis University

Erasmus+ Higher Education Learning Agreement for Studies

After the Mobility

Álvaro Roque de Pinho
Academic Year 2021/2022

Transcript of Records at the Receiving Institution

Start and end dates of the study period: from [day/month/year] ..04/09/2021 to [day/month/year] ..10/12/2021.....

Start and end dates of the exam period: from [day/month/year] ..13/12/2021..... to [day/month/year] ..28/01/2022.....

Table C
After the mobility

Component code (if any)	Component title at the Receiving Institution (as indicated in the course catalogue)	Was the component successfully completed by the student? (Yes/No)	Number of ECTS credits (or equivalent)	Grades received at the Receiving Institution ¹
ADKGY275B_1A	Pediatrics	Yes	105 hours	5
AQKLMIT09_1A	Laboratory Medicine	Yes	60 hours	5
AQKURO060_1A	Urology	Yes	35 hours	5
ADKPSI762_1A	Psychiatry and Psychotherapy	Yes	90 hours	5
ADKSZB690_1A	Oral Surgery and Dentistry	Yes	25 hours	5
	Internal Medicine Traineeship	Yes	95 hours	attended
			Total: 410 hours	

[Signature of responsible person in receiving institution and date]

(1) Description of the institutional grading system:

5 = EXCELLENT – outstanding performance with minor errors
 4 = GOOD – above average performance with some errors.....
 3 = SATISFACTORY – average performance.....
 2 = SUFFICIENT – performance meets the minimum criteria
 1 = FAIL

ECTS Grade	% of successful students normally achieving the grade	Definition
A	10	EXCELLENT - outstanding performance with only minor errors
B	25	VERY GOOD - above the average standard but with some errors
C	30	GOOD - generally sound work with a number of notable errors
D	25	SATISFACTORY - fair but with significant shortcomings
E	10	SUFFICIENT - performance meets the minimum criteria
FX	-	FAIL - some more work required before the credit can be awarded
F	-	FAIL - considerable further work is required