

Relatório Final de Estágio



Estágio Profissionalizante 6º Ano

Regente: Professor Doutor Rui Maio

Orientador: Dr.ª Paula Kjollerstrom

Mestrado Integrado em Medicina

Paulo Alexandre da Cruz Graça | 2013256 | Turma 7
NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas

Ano Letivo 2018/2019

Lisboa, julho de 2019

ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO	2
2. OBJETIVOS GERAIS	2
3. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES REALIZADAS	3
A. Saúde Mental	3
B. Medicina Geral e Familiar	3
C. Pediatria	4
D. Ginecologia e Obstetrícia	5
E. Cirurgia Geral	5
F. Medicina Interna	6
G. Unidade Curricular Opcional	7
4. REFLEXÃO CRÍTICA	7
5. ANEXOS	10

1. INTRODUÇÃO

Sendo a Medicina uma área tão vasta como desafiante, torna-se imperativo que a educação médica seja também o mais abrangente possível, quer a nível teórico quer a nível prático. É no seguimento desta premissa que se pretende que o último ano da formação pré-graduada seja profissionalizante, o cimentar de todos os conhecimentos adquiridos ao longo dos últimos anos. Tratando-se de mais uma etapa de inegável importância na nossa formação como futuros médicos, pretende-se que sejam adquiridas aptidões e autonomia que alicerces a prática clínica num futuro próximo, competências que só se adquirem complementando o estudo e o conhecimento com a prática clínica, independentemente do rumo que cada um de nós tome, no futuro. O estágio profissionalizante está incluído no plano curricular do 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina (MIM) da *NOVA Medical School* e é constituído por seis estágios parcelares realizados em distintas, mas complementares, áreas clínicas – Saúde Mental, Medicina Geral e Familiar, Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia, Cirurgia Geral e Medicina Interna. Igualmente incluídos no referido plano curricular estão a Unidade Curricular Opcional e a Unidade Curricular ‘Preparação para a Prática Clínica’. O presente relatório tem como objetivo a descrição sumária das atividades desenvolvidas ao longo do ano, começando por enumerar alguns objetivos gerais a que me propus no início do ano letivo. De seguida, apresentarei, de forma objetiva, o meu percurso e as particularidades de cada estágio parcelar. Termina com uma reflexão crítica do ano profissionalizante, incluindo algumas atividades extracurriculares que considero pertinentes neste contexto.

2. OBJETIVOS GERAIS

Como exposto no documento ‘O Licenciado Médico em Portugal’, a função da educação médica pré-graduada é preparar licenciados médicos com atributos profissionais adequados e com um núcleo de conhecimentos e competências que lhes permita aprender autonomamente ao longo da carreira médica. A componente prática dentro da formação pré-graduada continua a ser o principal objetivo deste ano que se pretende que seja profissionalizante e preparador de uma prática clínica que rapidamente se aproxima, permitindo, ainda dentro da sua formação pré-graduada e através do trabalho clínico tutelado, o contacto com uma vasta diversidade de doentes e patologias, em diferentes áreas clínicas. Posto isto, tendo em conta as minhas expectativas no início deste último ano, estabeleci alguns objetivos gerais, nomeadamente: o aperfeiçoamento do raciocínio clínico sistemático para sinais e sintomas das patologias mais frequentes aliado à consolidação de competências na interpretação de exames complementares de diagnóstico e na abordagem preventiva e terapêutica destas patologias que, em muitos casos, pode fazer a diferença na sobrevivência do doente; a realização de tarefas e procedimentos clínicos; o esforço pela proatividade constante e procura de autonomia nos estágios parcelares para retirar o melhor que cada um pode oferecer, procurando também o desenvolvimento das competências pessoais inerentes à profissão médica, nomeadamente no que se refere à integridade, responsabilidade e interesse pela valorização pessoal; o

aperfeiçoamento da capacidade de comunicação interpessoal em Medicina, entre profissionais, essencial ao trabalho em equipa, e também com os doentes e as famílias, valorizando a diversidade das características pessoais e valores culturais e não dissociando a patologia do doente como um todo; aprender a gerir a influência de fatores como a complexidade, incerteza e probabilidade nas decisões da prática médica; a gestão do tempo, não descurando a vida pessoal e social e o estudo para a prova nacional de seriação.

3. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES REALIZADAS

A. Saúde Mental (10 de setembro a 4 de outubro de 2018)

O estágio de Saúde Mental, sob regência do Prof. Doutor Miguel Talina, teve início com dois seminários teórico-práticos. No primeiro, explanado pelo regente, fez-se um apanhado do exame do estado mental, seguido da discussão de casos clínicos sobre situações frequentes do foro psiquiátrico e com os quais, provavelmente, nos depararíamos ao longo do estágio e no futuro. O segundo, dirigido pelo Prof. Doutor Pedro Mateus, incidiu na importância da visão, por parte da sociedade e, inclusivé, dos estudantes de medicina e da classe médica, do doente e da doença mental, tratando-se de um problema de conhecimento, de atitudes e de comportamento, que tem repercussão na relação terapêutica e na vida destes doentes. A componente prática permitiu-me contactar, pela primeira vez, com o contexto de um hospital psiquiátrico. Decorreu no Hospital Júlio de Matos, com duração de 4 semanas, sob orientação do Dr. Rui Durval, no Hospital de Dia. Através de uma abordagem multidisciplinar na gestão dos doentes, com inúmeras atividades individuais e em grupo, com os doentes e com os cuidadores, no Hospital de Dia consegue-se a estabilização de doentes com diversas patologias, a educação destes para a doença e para o tratamento e, sobretudo, tenta-se dar apoio social e a sua inserção na comunidade. Acompanhei, semanalmente, as reuniões multidisciplinares em que se discutia o ponto de situação e o plano para cada doente. Assisti também a 54 consultas, onde contactei com doentes, na sua maioria, numa fase estável de doença, com destaque para a doença bipolar, esquizofrenia e perturbação depressiva. O serviço de urgência completou o meu estágio no sentido em que consegui contactar com o doente agudo com situações, por vezes, mais difíceis de gerir e que, só com a experiência se aprende a lidar. Apesar do carácter mais observacional, tive a oportunidade de contactar com diversas patologias, ganhando competências e sensibilização para o diagnóstico e tratamento de patologias psiquiátricas frequentes e transversais à prática médica, alicerçados no poder de uma relação médico-doente de confiança.

B. Medicina Geral e Familiar (MGF) (8 de outubro a 2 de novembro de 2018)

O estágio parcelar de MGF, sob regência da Prof. Doutora Isabel Santos, decorreu na USF Santo Condestável, com duração de 4 semanas, sob orientação da Dra. Rita Loureiro. A Medicina Geral e Familiar é uma especialidade muito abrangente, de carácter fundamental para o tratamento e seguimento da população, com uma intervenção holística e longitudinal na vida dos utentes. São características inerentes ao médico de família a capacidade de gestão e avaliação de comorbilidades bem como a antecipação de doença, através

dos quatro níveis de prevenção na saúde, tendo em atenção os tempos reduzidos por consulta, os recursos do utente e do SNS. O principal objetivo traçado para este estágio foi a aquisição progressiva de autonomia, por exemplo, com realização de algumas consultas de forma independente mas supervisionada, permitindo uma auto-reflexão sobre as minhas capacidades e limitações e do modo de as colmatar. Identifiquei, por vezes, algumas limitações teóricas, as quais tentei colmatar através de revisão bibliográfica e do apoio constante da minha tutora. Tive a oportunidade de alargar o meu contacto clínico e conhecimentos com todo o tipo de doentes, desde os primeiros dias de vida aos mais idosos. Contactei com cerca de 230 doentes em contextos distintos, desde consultas programadas (saúde adultos, saúde infantil e juvenil, saúde materna e planeamento familiar) a consultas abertas/urgência. Acompanhei equipas de visitas domiciliárias, permitindo-me desenvolver capacidades distintas, com observação no terreno de diferentes contextos socioeconómicos, e promover a relação com outros profissionais de saúde. Inicialmente deparei-me com alguns obstáculos, sendo que o meu maior receio era não conseguir dar resposta, em tempo útil, às necessidades dos utentes. Percebi a importância da relação de proximidade na prestação de cuidados de saúde à população, onde a empatia e a relação com os doentes são armas fundamentais para o estabelecimento de uma relação terapêutica eficaz.

C. Pediatria (5 de novembro a 30 de novembro de 2018)

O estágio parcelar de Pediatria, sob regência do Prof. Doutor Luís Varandas, decorreu no Hospital Dona Estefânia, com duração de 4 semanas, sob a orientação da Dra. Flora Candeias, no Serviço de Infeciologia. A faixa etária de atuação na Pediatria é muito particular e a grande expectativa para este estágio, no sentido de conhecer melhor a especialidade, fez com que delineasse como principais objetivos o aperfeiçoamento do raciocínio clínico para sinais e sintomas das patologias pediátricas mais prevalentes, a consolidação de competências na interpretação de exames complementares e na abordagem terapêutica, e o desenvolvimento da comunicação com o doente pediátrico e cuidadores, tendo sempre em conta que a patologia pediátrica interfere não só com a vida doente mas também afeta os componentes social, laboral e familiar dos seus cuidadores. Todas as manhãs assisti às reuniões de passagem dos doentes do departamento de Pediatria Médica. A maioria dos dias de estágio decorreram no internamento de infeciologia, onde contactei com crianças dos 20 dias aos 19 anos, tendo como tarefa diária contactar com todos os doentes que entravam na enfermaria, desenvolvendo capacidades de organização e método, de recolha de anamnese, de execução de exame objetivo e ainda de capacidade de síntese na elaboração das notas de entrada. Contactei com patologias muito diversas e, por vezes, complexas para um aluno de 6º ano. A discussão dos casos com os médicos mais experientes e com diversas especialidades tornou este estágio enriquecedor. O Serviço de Urgência fez com que tivesse a oportunidade de contactar com um grande leque de patologias frequentes em contexto agudo, de aprender a identificar esses problemas gerindo os recursos e o tempo, de aprender as particularidades e a aplicabilidade dos diversos aconselhamentos e tratamentos

na idade pediátrica e do cuidado em prescrever a dosagem correta para a idade do doente. Assisti a consultas de Imunodeficiências, cujo conjunto de patologias observadas (foco no HIV, a maioria por transmissão vertical) requiere uma abordagem muito sensível, particularmente na faixa etária em questão pois, na inevitabilidade da transmissão do vírus, resta tentar, através da terapêutica e do seguimento analítico, físico e psicológico, proporcionar um desenvolvimento o mais ‘normal’ possível. Assisti também a consultas de imunoalergologia. Participei em diversas atividades formativas, destacando um Workshop de Urgências, um curso de formação de Saúde Infantil no Hospital Santa Maria (anexo G) e uma sessão SOFIA com o tema ‘Anemia – abordagem inicial’ (Dra. Paula Kjollerstrom). Apresentei, em grupo, o tema ‘Alergias às Proteínas do Leite de Vaca vs Intolerância à Lactose’ e elaborei uma história clínica sobre encefalite a Influenza H1N1.

D. Ginecologia e Obstetrícia (3 de dezembro de 2018 a 11 de janeiro de 2019)

O estágio de Ginecologia e Obstetrícia (GO), sob regência da Prof. Doutora Teresinha Simões, decorreu no Hospital São Francisco Xavier, com duração de 4 semanas, sob a orientação do Dr. Rui Fialho Gomes. A GO constitui uma área da Medicina de grande relevo na Saúde da Mulher, nas tão diversas fases que esta pode experienciar e, durante este estágio, tive a oportunidade de contactar com vários contextos na sua abordagem, nomeadamente: consulta de obstetrícia e materno fetal, ecografias obstétricas, enfermaria materno-fetal, puerpério, consulta de apoio à fertilidade, consulta e enfermaria de ginecologia, bloco operatório e, semanalmente, serviço de urgência e bloco de partos. Dado o único contacto com a especialidade não augurar pontos positivos do ponto de vista prático, depus neste estágio a ambição de poder aliar à consolidação da teoria um contacto com a prática clínica consistente, uma clara lacuna no meu percurso académico. Neste ponto, este estágio superou as minhas expectativas. Tive a oportunidade de estruturar os meus conhecimentos nesta área e de realizar exame ginecológico e colpocitologias, pesquisas de Streptococcus do grupo B a grávidas, realizar exame objetivo a puérperas, participar ativamente, conduzindo, por vezes, de forma semi-autónoma, as consultas, assistir a 10 procedimentos cirúrgicos (entre os quais 3 histeroscopias) no bloco operatório e ainda assistir a vários partos, quer eutócitos quer distócitos, percebendo quais as suas indicações e possíveis complicações. Assisti, semanalmente, às reuniões de serviço e, nesse contexto, apresentei, em grupo, um artigo original intitulado ‘*Influence of intrauterine dispositive in human papillomavirus clearance*’. De referir ainda que este serviço não possui capacidade para realização de interrupções voluntárias da gravidez, uma vez que todos os médicos são objetores de consciência, o que me suscitou curiosidade para relembrar uma monografia realizada por mim no 4º ano sobre ‘A opção do aborto em Portugal’, no contexto de uma Unidade Curricular Opcional – Ética e Cuidados de Saúde.

E. Cirurgia Geral (21 de janeiro a 15 de março de 2019)

O estágio parcelar de Cirurgia Geral, sob regência do Prof. Doutor Rui Maio, decorreu no Hospital Beatriz Ângelo, com duração de 8 semanas, sob orientação da Dra. Susana Ourô, com uma relação discente:docente de 3:1. A cirurgia tem um papel fundamental num grande leque de patologias constituindo, em muitos casos,

a opção mais eficaz e até, em alguns casos, a única opção na tentativa de curar, paliar ou mesmo salvar a vida dos doentes. O estágio começou com uma semana de sessões teórico-práticas, focadas em alguns aspetos menos salientados ao longo do curso introduzindo, por exemplo, conceitos de gestão e liderança hospitalar e desenvolvimento de *soft skills* como técnicas de comunicação ou gestão e prevenção do burnout, muito importantes no exercício da profissão médica. Durante 4 semanas, acompanhei a atividade profissional da equipa da minha tutora. O facto de a equipa ser constituída por dois assistentes fez com que, apesar da boa organização do estágio, fosse preciso conciliar a presença de 6 alunos ao mesmo tempo no bloco operatório, o que diminui as chances de participação em cirurgias. Apesar disso, pude assistir a cirurgias e participar como 2º ajudante em algumas delas. Na enfermaria, participei na realização de pensos e retirada de drenos, permitindo melhorar a minha capacidade de observar, criticamente, as feridas operatórias e detetar sinais de boa ou má evolução. No âmbito da consulta externa, visitei várias vezes a sala de tratamentos e presenciei a inspeção de feridas operatórias, mudança de pensos e remoção de pontos de sutura/agrafos. Nesta valência, observei 33 doentes, e o raciocínio clínico e o exame objetivo eram postos sistematicamente em prática. A frequência de cerca de 12 horas semanais de urgência, por chamada, permitiu-me um grande tempo de contacto com o bloco operatório em contexto de patologia aguda. Durante 2 semanas pude contactar com a Unidade de Cuidados Intensivos, onde tive contacto direto com 21 doentes e pude observar e participar num grande número de procedimentos (gasimetrias, colocação de cateteres de Swan-Ganz, cateteres venosos centrais, linhas arteriais e entubações oro-traqueiais e ainda cardioversão química e elétrica e traqueostomia). Durante 1 semana, tive contacto com os vários postos da urgência do hospital, tendo sido, na minha opinião, o ponto menos positivo deste estágio pois tive muito pouco contacto com a Pequena Cirurgia e com procedimentos simples (como suturas) que deveriam ser treinados por todos os alunos ainda dentro da sua formação pré-graduada. De destacar, por fim, o curso TEAM (anexo F) pela oportunidade de, em contexto de simulação, realizar procedimentos importantes e úteis no futuro sempre com base em casos clínicos. Apresentei, em grupo, o tema ‘Todos os caminhos vão dar ao reto’, sobre cancro colo retal, remetendo a um caso submetido a uma cirurgia inovadora e complexa (TaTME) a que assisti.

F. **Medicina Interna** (18 de março a 17 de maio de 2019)

O estágio parcelar de Medicina Interna, sob regência do Prof. Doutor Fernando Nolasco, decorreu no serviço 2.1 do Hospital Santo António dos Capuchos, sob orientação do Dr. Miguel Valente. O papel da Medicina Interna num vasto leque de patologias, quer crónicas quer em contexto agudo, aliado ao facto de ser esperado que o aluno do 6º ano tenha um papel como membro de uma equipa médica, com a responsabilidade extra que isso acarreta, faz com que este seja, na minha opinião, o estágio mais desafiante deste ano profissionalizante. Posto isto, decidi estabelecer como objetivo primordial, abraçar este desafio e apostar na aquisição de uma autonomia e responsabilidade crescentes, desempenhando tarefas mais exigentes e, muitas vezes, importantes para ajudar a equipa clínica onde estaria inserido. Perspetivei também

o estímulo da comunicação com a equipa e os diversos profissionais do serviço, com os doentes e famílias, um dos pontos que considero que tinha mais a aperfeiçoar. A atividade na enfermaria constituiu o principal componente do estágio. A observação diária, tendencialmente autónoma, de doentes (1 a 3), permitiu ir formulando uma metodologia própria, desenvolveu a minha capacidade de comunicar com outros profissionais do serviço e permitiu-me aperfeiçoar a colheita de anamnese, a realização de exame objetivo de forma sistemática e a capacidade de discussão quer diagnóstica quer de gestão da abordagem terapêutica (com o tutor e com a equipa). Melhorei a capacidade de registos clínicos através da elaboração de diários, notas de entrada e de alta e prescrição de exames complementares. Realizei procedimentos, nomeadamente, colheitas de sangue arterial e venoso, zaragatoa nasal e orofaríngea, aspiração de secreções respiratórias e paracentese e observei algalias, manipulação de acessos periféricos, manejo de perfusões e oxigenoterapia. A passagem pelo serviço de urgência e o incentivo por parte do tutor para a observação de doentes de forma semi-autónoma, proporcionaram-me o contacto com uma grande variedade de doentes, com faixas etárias discrepantes e com um vasto conjunto de patologias agudas ou crónicas agudizadas, contribuindo para a aquisição quer de conteúdos teóricos, quer de experiência pessoal e social no contacto com os doentes. Semanalmente, frequentei a consulta externa de Diabetologia, uma patologia prevalente na nossa sociedade. Frequentei um curso de ECG lecionado pelos internos do serviço, com um teste no final do mesmo. Apresentei, no final do estágio, um caso clínico com uma revisão teórica sobre disseção da aorta.

G. Unidade Curricular Opcional (20 a 31 de maio de 2019)

Nas últimas duas semanas deste ano profissionalizante, realizei o estágio clínico opcional na USF Santo Condestável, sob orientação da Dra. Rita Loureiro. Tendo já realizado estágio neste local no 5º ano e no início do presente ano letivo, pretendi avaliar a minha evolução no fim do mesmo, num local já conhecido, proporcionando-me à vontade para pôr à prova os meus conhecimentos. Participei nos diversos tipos de consultas já mencionados, em visitas domiciliárias e participei no projeto europeu ‘May Measurement Day’, fazendo rastreio de hipertensão arterial na comunidade.

4. REFLEXÃO CRÍTICA

“Por isso a educação dum Médico é complexa; não pode ser apenas a aprendizagem de gestos e atitudes que lhe permitam prática profissional. Requer cultura, sem o que a sua compreensão do indivíduo doente será sempre limitada; formação científica sólida, sem o que não dominará as razões da sua actuação e não poderá progredir e inovar; impõe sentido ético e moral e interesse pelo próximo, sem o que não poderá apreender e viver o espírito de serviço que deve ser o paradigma da sua profissão” – in Licenciado Médico em Portugal.

Finda mais uma etapa deste longo percurso, resta-me fazer uma breve reflexão. O ano profissionalizante e a passagem pelas várias valências que o compõem constituiu um momento de grande importância na minha formação médica e considero o balanço claramente positivo. Notei um claro acréscimo de responsabilidade e confiança depositadas em mim, como aluno de 6º ano, em comparação com os anos anteriores. Apesar

dos receios acoplados, esta maior exigência tornou-se desafiante e constituiu, sem dúvida, um estímulo para cumprir os objetivos traçados para este ano, os quais foram superados, na sua maioria. Reconheço uma evolução significativa na relação interpessoal (com doentes, famílias e outros profissionais de saúde), capacidade de comunicação e empatia, na colheita de anamnese e execução de exame objetivo, interpretação de exames complementares de diagnóstico, abordagem terapêutica e, sobretudo, na tomada de decisão direcionada às queixas dos doentes, em tempo útil. Só com a prática se conseguem aprimorar estas capacidades e não tenho dúvidas que levo muito bons ensinamentos deste ano para a minha vida profissional. Relembrei, e talvez seja o objetivo geral menos bem conseguido, que o dia tem apenas 24 horas e nem sempre consegui conciliar as horas passadas em alguns estágios com o estudo e com a vida pessoal e social. Aprendi que nem sempre é possível curar e que, diariamente, um médico tem de lidar com fatores como a complexidade, a incerteza e a probabilidade. No entanto, foi precisamente este desafio constante e a possibilidade de mudar o rumo de patologias e, sobretudo, da vida das pessoas que me trouxeram até aqui. Aprendi que só com uma boa relação médico-doente se consegue exercer Medicina e que esta deve compreender dois grandes componentes: o conhecimento e a vontade de saber sempre mais pelo bem dos doentes e, muito importante, o saber aplicá-lo da forma mais humana possível.

Considerando o percurso ao longo do ano, foi notória a evolução e a aquisição progressiva de competências, clínicas e comunicativas, completando a minha formação e tornando-me globalmente preparado para o ingresso no Internato Médico. Começando pelo estágio parcelar de **Saúde Mental**, dado o seu carácter mais observacional, apesar de ter ganho alguma capacidade para abordar o doente psiquiátrico, tenho ainda margem para melhorar a estruturação da entrevista clínica com este tipo de doentes. Eliminei grande parte do estigma que, inconscientemente, associava a esta área e percebi, pelo acompanhamento de diversos casos no Hospital de Dia e consulta externa, que é possível estabilizar doentes com patologia psiquiátrica pesada e que o tratamento é mais do que a farmacologia, passando também por ter um bom conhecimento do contexto do doente e por tentar dar apoio social e familiar com objetivo de proporcionar uma vida o mais autónoma possível e inserida na sociedade. Em **MGF**, percebi a importância de haver alguém que centre a abordagem no doente e não só na patologia, coordenando os cuidados de saúde, gerindo listas de comorbilidades e polimedicação e, sobretudo, atuando de forma preventiva, identificando e gerindo problemas de saúde frequentes na população. Destaco a possibilidade de, após uma fase de observação, ter tido possibilidade de conduzir consultas, com supervisão, e o elevado número de utentes em diferentes contextos com que tive oportunidade de contactar. Na minha opinião, este estágio devia ser mais prolongado pois a fase de ambientação e a preocupação em conseguir elementos para a avaliação final diminuem um pouco o enorme potencial deste estágio. Quanto à **Pediatria**, as expectativas de ter um bom estágio eram elevadas. Sendo o HDE um hospital exclusivamente pediátrico tem, para os alunos, a desvantagem de não ser possível o contacto com uma grande parcela das subespecialidades que este oferece. Ainda assim, no

serviço de Infeciologia, tive a oportunidade de contactar com patologias que requeriam a colaboração de várias especialidades e de ser estimulado para a execução de tarefas com utilidade para a equipa. Foi-me dada a oportunidade de desenvolver as minhas capacidades empáticas quer com as crianças quer com os seus cuidadores com os quais a comunicação, por vezes difícil, requer treino, segurança e conhecimento científico sólido, tendo constituído uma parte importante da minha aprendizagem. O estágio de **Ginecologia e Obstetrícia** permitiu-me consolidar e aplicar alguns dos conhecimentos adquiridos anteriormente e, através do contacto com várias valências da especialidade, complementou de forma muito eficaz a lacuna do meu estágio do 4º ano, nomeadamente a realização de exame objetivo e participação em procedimentos, superando as minhas expectativas em relação ao estágio e à própria especialidade. Gostava de salientar a organização e o notório interesse pelos alunos no estágio de **Cirurgia Geral**. Destaco também como pontos positivos a pertinência das palestras, a utilidade do ensino por simulação no curso TEAM e a oportunidade de participar em cirurgias e procedimentos. Como pontos menos positivos, de destacar a discrepância de tempo passado no estágio entre tutores e locais de estágio e o pouco contacto com a Pequena Cirurgia o que, na minha opinião, deveria ser o foco da aprendizagem nesta fase. Dentro dos possíveis, este estágio contribuiu para suscitar um pouco mais a vontade de envolver a cirurgia no meu futuro profissional. Por fim, a **Medicina Interna** como último estágio foi muito útil pois permitiu aplicar muita da bagagem trazida dos outros estágios naquele que, para mim, mais responsabilidade e exigência envolvia. Desenvolvi a minha capacidade de resolução de problemas e segurança no raciocínio clínico, interpretação de exames, realização de técnicas e planeamento da abordagem dos doentes. De destacar ainda a segurança que fui adquirindo na comunicação de informações clínicas entre profissionais, fulcral na gestão dos doentes, e que era um dos principais objetivos traçados para o meu crescimento. Ter na equipa alunos do 3º ano ajudou-me a aplicar e consolidar conhecimentos na tentativa de os ajudar a perceber os casos com que nos deparávamos, as dúvidas que me iam colocando e ainda ajudá-los na observação de doentes e realização de técnicas.

Gostava ainda de destacar algumas atividades extracurriculares que, na minha opinião, foram muito importantes para o meu desenvolvimento este ano, nomeadamente a participação ativa no projeto 'Hospital da Bonecada' (anexo C) e na iniciativa da ANEM 'MedOnTour' (anexo D), pela possibilidade de contactar e ajudar a educar a população sobre Saúde. Pertenci também ao Grémio Académico, como membro efetivo, desde 2015, grupo responsável pela receção dos novos alunos (anexo E). Destaco ainda alguns complementos à minha formação (anexo G), em áreas em que tenho maior interesse.

Não poderia terminar esta reflexão crítica sem agradecer. Agradecer aos doentes e a todos os professores e tutores que me acompanharam e que tanto me ensinaram ao longo deste percurso - '*Guardarei o respeito e o reconhecimento que são devidos aos meus mestres*' (Juramento de Hipócrates). Nesta faculdade aprendi que '*Medicina não se faz sozinho*', por isso, agradeço também aos colegas e amigos que estiveram sempre presentes. Por fim, um agradecimento especial à minha família: conseguimos o nosso sonho, serei médico!

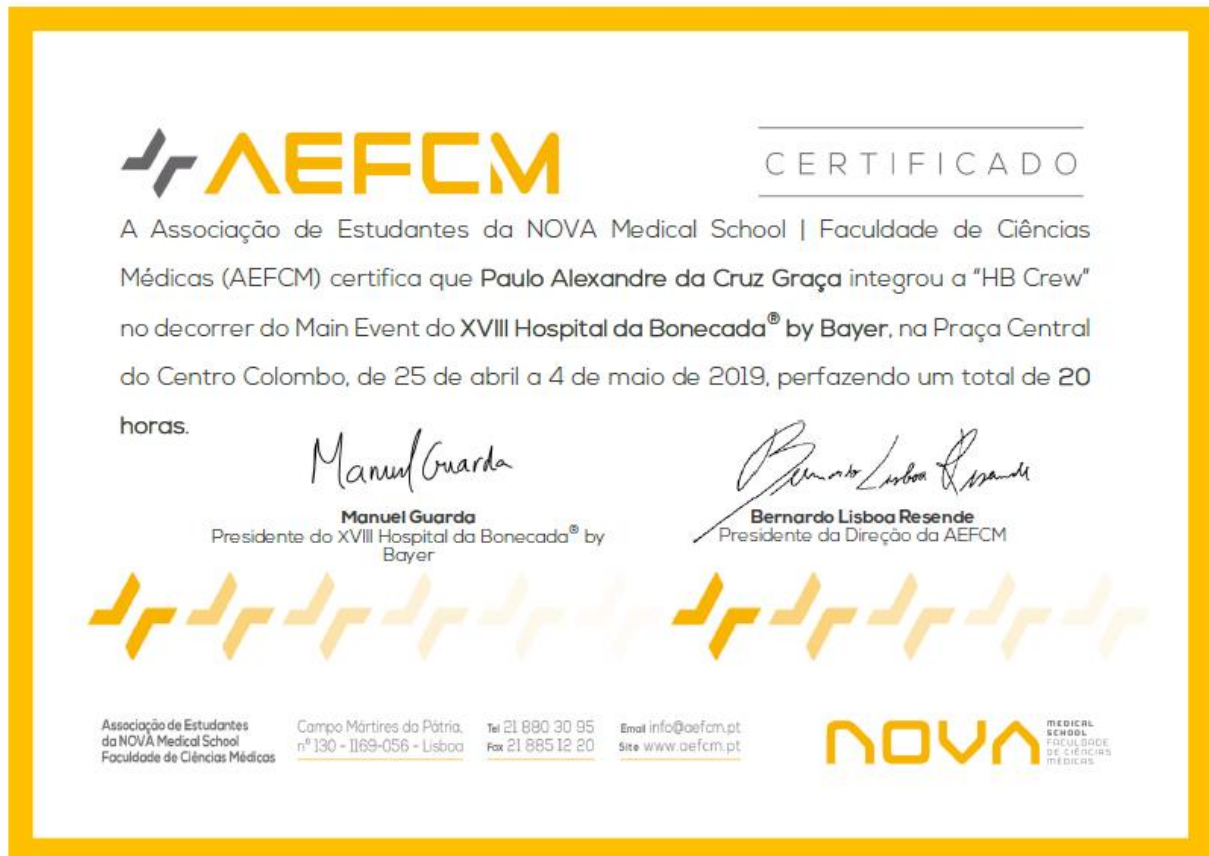
5. ANEXOS**A. Cronograma das atividades desenvolvidas**

ESTÁGIO	COORDENADOR DE ESTÁGIO	TUTOR	PERÍODO DE ESTÁGIO	LOCAL DE ESTÁGIO
Saúde Mental	Prof. Doutor Miguel Talina	Dr. Rui Durval	10/setembro – 4/outubro 2018	Centro Hospitalar Psiquiátrico Lisboa
Medicina Geral e Familiar	Prof. Doutora Isabel Santos	Dra. Rita Loureiro	8/outubro – 2/novembro 2018	USF Santo Condestável
Pediatria	Prof- Doutor Luís Varandas	Dra. Flora Candeias	5/novembro - 30/novembro 2018	Hospital Dona Estefânia
Ginecologia e Obstetrícia	Prof. Doutora Teresinha Simões	Dr. Rui Fialho Gomes	3/dezembro 2018 – 11/janeiro 2019	Hospital São Francisco Xavier
Cirurgia Geral	Prof. Doutor Rui Maio	Dra. Susana Ourô	21/janeiro – 15/março 2019	Hospital Beatriz Ângelo
Medicina Interna	Prof. Doutor Fernando Nolasco	Dr. Miguel Valente	18/março – 17/maio 2018	Hospital Santo António dos Capuchos – 2.1

B. Trabalhos realizados durante o ano profissionalizante

ESTÁGIO	TEMA	AUTORES
Pediatria	'Alergia às Proteínas do Leite de Vaca vs Intolerância à Lactose'	Ana Carolina Antunes, Joana Matos, Paulo Graça e Sara Lopes
Ginecologia e Obstetrícia	<i>'Influence of intrauterine dispositive in human papillomavirus clearance'</i>	Ana Catarina Dias e Paulo Graça
Cirurgia Geral	'Todos os caminhos vão dar ao reto'	Joana Matos, Paulo Graça e Sara Lopes
Medicina Interna	'Disseção da aorta'	Paulo Graça e Sara Costa

C. Hospital da Bonecada



D. Participação no projeto 'MedOnTour' da ANEM



Med On Tour | Rastreios à Periferia - INSCRIÇÕES ALUNOS NMS|FCM

— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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

NOME

Paulo Alexandre da Cruz Graça

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14845929

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5bb27cce23fdd

Evento

Med On Tour | Rastreios à Periferia - INSCRIÇÕES ALUNOS NMS|FCM
12-10-2018 13:00 → 14-10-2018 20:00

Queres dar um pouco mais de ti através da promoção de estilos de vida saudáveis? E que tal fazê-lo num contexto não urbano? Surge agora a oportunidade de marcares a diferença no desenvolvimento da comunidade.

Os Rastreios à Periferia, agora sob o Projeto Nacional da ANEM, Med On Tour, são um momento de aproximação dos estudantes à população, na persecução daquele que é o objetivo máximo da Saúde Pública: promover a saúde das populações. Vais ter a possibilidade de aplicar os teus técnicos e treinar a relação com o doente na realização de rastreios de Diabetes mellitus, Hipertensão Arterial e Obesidade.

aeform.up.avenza
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico
Decreto-Lei n.º 290-03/01 e 02/2003 — European Union Directive 1999/93/CE

E. Grémio Académico da Faculdade de Ciências Médicas



NOVA
MEDICAL
SCHOOL
FACULDADE
DE CIÊNCIAS
MÉDICAS



UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS

DECLARAÇÃO

Para os devidos efeitos, certifica-se que **Paulo Alexandre da Cruz Graça**, portador do Cartão de Cidadão com o número 14845029, participou ativamente enquanto membro, nas atividades realizadas pelo Grémio Académico da Faculdade de Ciências Médicas (GAFCM), no período compreendido entre Setembro de 2015 e Setembro de 2019.

Lisboa, 11 de Junho de 2019

Sofia Gaião Silva

Conselho-Mor do Grémio Académico da Faculdade de Ciências Médicas



Quis Proxio Sed Proxio
Grémio Académico

F. Participação no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management)



G. Outras formações extracurriculares

CENTRO HOSPITALAR
LISBOA NORTE, EPE



Departamento de Pediatria

Núcleo de Formação e Investigação

Curso de Formação

SAÚDE INFANTIL

CERTIFICADO

Declara-se que **Paulo Alexandre da Cruz Graça** participou no **Curso de Formação em Saúde Infantil**, organizado semestralmente pelo NFI Centro de Formação do Departamento de Pediatria do CHLN, no dia **22 de novembro de 2018**, entre as 9h00 e as 17h00.

PI' Organização

Núcleo de Formação e Investigação
Departamento de Pediatria - CHLN

**DEPARTAMENTO DE
PEDIATRIA**

Directora: **PROF. DOUTORA ANA ISABEL LOPES**

CLÍNICA UNIVERSITÁRIA DE PEDIATRIA
Directora: Prof. Doutora Maria do Céu Machado

Av. Professor Egas Moniz - 1649-030 Lisboa
Fax: 217 803 623

INÚCLEO DE FORMAÇÃO E INVESTIGAÇÃO
COORDENADORA: PROF. DOUTORA ANA ISABEL LOPES

CENTRO DE FORMAÇÃO
COORDENADORA: DRA. ROSÁRIO FERREIRA

CENTRO DE INVESTIGAÇÃO
COORDENADOR: PROF. DOUTOR ANDRÉ GRAÇA

- Participação no Curso de Formação em Saúde Infantil (CHLN).



iMed Conference® 10.0 Lisbon 2018

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Paulo Alexandre da Cruz Graça

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14845929

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ba7a25b8cf58

Evento

iMed Conference® 10.0 Lisbon 2018

03-10-2018 13:30 → 07-10-2018 14:00

The iMed Conference® 10.0 | Lisbon 2018 will take place between the 3rd and 7th of October at Teatro Camões and NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas.

Prepare for ground-breaking lectures, practical workshops, challenging competitions and an immersive social programme.



aeform.up.uevts
 Consoativo de Emisso de Certificado Eletrónico
 Decreto-Lei n.º 290-D/98 e 02/2003 — European Union Directive 1999/93/CE



iMed Conference® 9.0 | Workshops October 26th

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Paulo Alexandre Da Cruz Graça

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14845929

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-59e7b9e6ca2b6

Evento

iMed Conference® 9.0 | Workshops October 26th

26-10-2017 00:00 → 26-10-2017 23:45 - Duração: - 23:45 horas

The iMed Conference® 9.0 Workshops are a great opportunity to learn something new or to improve your skills!

We listened to your feedback! The big news for this year's edition is that there will be not one, but **TWO days of Workshops**. Moreover, the Workshops will take place solely during the **afternoon**, so that everyone gets a chance to participate.

Once again you will benefit from our dynamic system of Workshop sessions - you may choose a **Workshop (one per day)** and each one integrates different sessions, thus allowing for a multifaceted approach to various areas of a certain theme.

The iMed Conference® ticket allows access to the two days of workshops.

Atividades frequentadas

Urology & Urogynaecology by Astelias [Year of Studies: 3rd - 6th]

26-10-2017 13:30 → 26-10-2017 18:15 - Duração: - 4:45 horas

Female Urinary Incontinence; Prostatic Cancer; Benign Prostatic Hyperplasia / Year of Studies: 3rd - 6th / Vacancies: 30 / Duration: 4h15 / Language: PT only / This Workshop, brought to you by Astelias, will give participants a grasp on basic knowledge on Urology and Urogynaecology. It will review three big subjects: Benign Prostatic Hyperplasia, Urinary Incontinence, and Prostatic Cancer. Come and fill a void on your school's curriculum.

- Participações no iMed Conference 9.0 (workshop 'Urology & Urogynaecology') e 10.0.



The image shows a digital certificate for participation in the 'FutureMD - O congresso pelo teu futuro' event. The certificate is issued by the AEFCM (Associação de Estudantes da NOVA Medical School) and is for Paulo Alexandre da Cruz Graça. It includes the event dates (11-05-2019 to 12-05-2019), a QR code, and a description of the event. The certificate is signed electronically and complies with Portuguese and European Union regulations.

40
ANOS

WORLD ASSOCIATION OF MEDICAL STUDENTS **Frust** **Cerner** **NOVA**

FUTURE
MD

**O CONGRESSO
PELO TEU FUTURO**
11 e 12 maio

FutureMD - O congresso pelo teu futuro
— *Certificado de Participação*

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

AEFCM

QR CODE

NOME
Paulo Alexandre da Cruz Graça

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO
14845929

CÓDIGO DE CERTIFICADO
C-svro3smudwgks

Evento
FutureMD - O congresso pelo teu futuro
11-05-2019 09:00 → 12-05-2019 17:00

Quando perspetivamos o futuro, são várias as dúvidas que podem surgir. É neste âmbito que surge o FutureMD - O Congresso pelo teu Futuro, evento dirigido aos estudantes do Mestrado Integrado em Medicina da NMS|FCM.

Este congresso tem como objetivo providenciar aos alunos do MIM uma oportunidade ímpar de aprender mais sobre os temas que marcam a realidade de um jovem médico: o Internato, a Carreira Médica, as Carreiras Alternativas, entre outros.

aeform.up.avenza
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico
Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 60/2003 — European Union Directive 1999/93/CE

- Participação no congresso 'FutureMD – O congresso pelo teu futuro' da AEFCM.



Participação em Eventos Científicos

Certificado

Certifica-se que **Paulo Alexandre da Cruz Graça**, titular do Cartão de Cidadão com o nº de Identificação **14845929**, frequentou o seguinte evento científico:

1st Portuguese Symposium on Research and Innovations in Urology

que decorreu a **8 de Dezembro de 2018**, com a duração de **10:15 horas**, no seguinte local: **Reitoria da Universidade NOVA de Lisboa**

Camaxide, 8 de Dezembro de 2018

academiacuf
Universidade Nova de Lisboa
Av. da Universidade Nova de Lisboa
1649-016 Lisboa, Portugal
28199-013 Camaxide

Cláudia Silveira

Código de Certificado: C-5b83d14da1de8

Av. do Forte, nº3 – Edifício Suécia III, Piso 2 - Camaxide



academiacuf.up.pt/veritas

Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico

Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 62/2003 — European Union Directive 1999/93/CE



- Participação no '1st Portuguese Symposium on Research and Innovations in Urology'.

40 ANOS
AEFCM

**GESTÃO
EM SAÚDE**
Value-Based Health care

1 ABRIL | 18H
Palestra sobre o conceito de
Value Based Healthcare

Gestão em Saúde | VBHC
— *Certificado de Participação*

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

NOME
Paulo Alexandre da Cruz Graça

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO
14845929

CÓDIGO DE CERTIFICADO
C-5c9946bc7a54f

Evento
Gestão em Saúde | VBHC
01-04-2019 18:00 → 01-04-2019 19:30 - Duração: - 1:30 horas

Sabes o que é o Value Based Healthcare? Deverão ser os serviços de saúde avaliados com base na quantidade ou deverá ter maior importância o outcome e qualidade dos mesmos? Alguma vez refletiste sobre quanto custa tratar uma doença? Quanto custa tratar uma complicação? Dia 01/04 vem conhecer uma nova abordagem à saúde onde a remuneração tem como base o resultado obtido por doente tratado, e não pelo número de procedimentos para obter esse resultado. Vem conhecer o modelo de saúde já implementado em vários hospitais portugueses! Prepara-te para o futuro!

aeform.up.pt/aventa
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico
Decreto-Lei n.º 290-D/98 e 62/2003 — European Union Directive 1999/93/CE

- Participação na palestra 'Gestão em Saúde' da AEFCM.



**HOSPITAL
BEATRIZ
ÂNGELO**

Avaliação Inicial da patologia da coluna vertebral e critérios de referenciação
— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

Hospital da Luz Learning Health
Avenida Marechal Telxela Rebelo, 20
1500-427 Lisboa



NOME

Paulo Alexandre da Cruz Graça

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14845929

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5c654df2390ac

Evento

Avaliação Inicial da patologia da coluna vertebral e critérios de referenciação
14-02-2019 20:00 → 14-02-2019 22:00 - Duração: 2 horas

A anatomia da coluna vertebral; a avaliação do doente; como pedir e interpretar o resultado dos Exames Complementares de Diagnóstico; a avaliação de síndromas dolorosos, que podem não ser hérnias, são alguns dos temas focados neste encontro para médicos, que conta também com a discussão de casos clínicos.

PALESTRANTES



learninghealth.luz.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico
Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 62/2003 — European Union Directive 1999/93/CE



- Participação na palestra 'Avaliação inicial da patologia da coluna vertebral e critérios de referenciação'.