

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA

ANO LETIVO 2022/2023

NOVA MEDICAL SCHOOL | UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

Regente: Professor Doutor Rui Maio

Orientador: Professor Doutor Jorge Paulino

RAFAELA DE ALMEIDA PITAU | 2017414



“Não sei o que nos espera, mas sei o que me preocupa: é que a medicina, empolgada pela ciência, seduzida pela tecnologia e atordoada pela burocracia, apague a sua face humana e ignore a individualidade única de cada pessoa que sofre, pois embora se inventem cada vez mais modos de tratar, não se descobriu ainda a forma de aliviar o sofrimento sem empatia ou compaixão.”

João Lobo Antunes, em *Ouvir com outros olhos* (Gradiva) – 2015

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais, a quem devo tudo o que sou e tudo o que conquistei até aqui, por acreditarem sempre em mim, mesmo quando eu não acredito.

Aos meus irmãos, por me inspirarem e desafiarem a ser melhor.

Ao Santi e à Margarida, por manterem vivo em mim o espírito de criança.

Aos meus amigos, aos de sempre e àqueles que levo daqui para sempre, por estarem sempre presentes.

A todos os professores com quem me cruzei ao longo deste percurso, que tanto me ensinaram.

À Dr.^a Carmo Fevereiro, que acompanhou os meus primeiros passos na prática clínica e me mostrou pelo que se pauta a excelência em Medicina.

Aos meus tutores deste ano, nomeadamente à Dr.^a Marisa Peralta Ferreira, à Dr.^a Catarina Rodrigues, à Dr.^a Inês Araújo, à Dr.^a Joana Teixeira, à Dr.^a Adriana Silva, à Dr.^a Madalena D Sales Luís, ao Dr. Edmundo Santos e à Dr.^a Mariana Torgal, que contribuíram imensamente para o meu crescimento académico e pessoal.

À medicina por permitir que as pessoas mais importantes da minha vida ainda estejam presentes.

Aos doentes, que mesmo na sua fragilidade permitiram a minha aprendizagem.

Índice

| | |
|--|-----------|
| 01. GLOSSÁRIO | 5 |
| 02. INTRODUÇÃO | 6 |
| 03. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS | 6 |
| 3.1. CIRURGIA | 6 |
| 3.2. MEDICINA | 7 |
| 3.3. SAÚDE MENTAL | 8 |
| 3.4. MEDICINA GERAL E FAMILIAR | 9 |
| 3.5. PEDIATRIA | 9 |
| 3.6. GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA | 10 |
| 04. ELEMENTOS VALORATIVOS | 11 |
| 05. REFLEXÃO CRÍTICA | 12 |
| 06. ANEXOS | 14 |
| A. Atividades desenvolvidas no âmbito do estágio profissionalizante | 14 |
| ANEXO A1 – Cronograma do estágio profissionalizante | 14 |
| ANEXO A2 – Doentes Observados | 15 |
| ANEXO A3 – Sessão de Simulação de Técnicas no Hospital da Luz | 16 |
| ANEXO A4 – Curso Trauma Evaluation and Management | 16 |
| ANEXO A5 – Workshop “Alterações do equilíbrio ácido base” | 17 |
| ANEXO A6 – Workshop “Alterações do equilíbrio ácido base” | 17 |
| B. Atividades EXTRACURRICULARES | 18 |
| ANEXO B1 - iMed Conference 2019 | 18 |
| ANEXO B2 - iMed Conference 2020 e Workshop Stitching the Future | 19 |
| ANEXO B3 - iMed Conference 2022 | 20 |
| ANEXO B4 – Palestra “Medicina em Cenário de Guerra” MarcaMundos | 21 |
| ANEXO B5 – XVIII HOSPITAL DA BONECADA | 22 |
| ANEXO B6 – HOSPITAL DA BONECADA Edição RioSul Shopping | 23 |
| ANEXO B7 – FutureMD. 5ª EDIÇÃO | 24 |
| ANEXO B8 – Ação de Formação em Serviço “Eletrocardiografia em Emergência” | 25 |
| ANEXO B9 – Certificado de Aproveitamento de Francês A1 | 26 |

01. GLOSSÁRIO

AP – Atendimento Permanente

CG – Cirurgia Geral

ECG – Eletrocardiograma

EP – Estágio Parcelar

HBA – Hospital Beatriz Ângelo

HSFX – Hospital São Francisco Xavier

MCDTs – Meios Complementares de Diagnóstico

MGF – Medicina Geral e Familiar

NMS | FCM – Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas

SU – Serviço de Urgência

TA – Tensão Arterial

UC – Unidade Curricular

UCEP – Unidade de Cuidados Especializados Pediátricos

UCI – Unidade de Cuidados Intensivos

UIC – Unidade de Insuficiência Cardíaca

USF – Unidade de Saúde Familiar

02. INTRODUÇÃO

O Estágio Profissionalizante tem como objetivo preparar os alunos do sexto ano do Mestrado Integrado em Medicina (MIM) para a prática clínica, proporcionando o desenvolvimento das capacidades necessárias a qualquer jovem médico em Portugal. Tendo por base os documentos recomendados na bibliografia da Unidade Curricular (UC) e após uma autorreflexão sobre as minhas limitações e lacunas formativas, estabeleci objetivos transversais a todos os estágios de forma a tirar o melhor proveito possível da última etapa do curso. No que diz respeito a **competências clínicas**, pretendi consolidar o conhecimento das ciências básicas e clínicas na análise e solução dos problemas clínicos comuns da prática clínica, desenvolver a capacidade de raciocínio, em particular, acerca das patologias mais frequentes e implementar um plano de gestão para lidar de modo eficaz com os problemas identificados, incluindo o pedido e interpretação de exames complementares de diagnóstico, medidas terapêuticas e identificação de articulação com outras especialidades. Relativamente a **competências interpessoais**, propus-me a aperfeiçoar as minhas competências na construção da relação médico-doente, treinar as minhas capacidades de comunicação com doentes, famílias, médicos e outros profissionais de saúde e aprimorar a capacidade de trabalho em equipa. Adicionalmente, pretendia consolidar lacunas que ao longo do curso senti que tinha, em particular, aquelas que surgiram em virtude da situação pandémica que vivemos.

O presente relatório visa descrever sumariamente as atividades desenvolvidas ao longo deste ano letivo. Primeiramente, faço uma síntese dos estágios parcelares realizados e, de seguida, refiro os elementos valorativos que enriqueceram o meu percurso académico. Por fim, concluo com uma breve reflexão crítica sobre as atividades anteriormente descritas. Em anexo, encontram-se os certificados das atividades realizadas nesses estágios.

03. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

A UC Estágio Profissionalizante, sob regência do Professor Doutor Rui Maio, integra o plano curricular do sexto ano do MIM na Nova Medical School|Faculdade Ciências Médicas (NMS|FCM). Desenvolve-se ao longo de 32 semanas e é composta por seis estágios parcelares, que realizei pela ordem cronológica descrita de seguida: Cirurgia, Medicina, Saúde Mental, Medicina Geral e Familiar, Pediatria e Ginecologia e Obstetrícia.

3.1. CIRURGIA (5 de Setembro a 18 de Outubro de 2022)

Iniciei o ano letivo com o Estágio Parcelar (EP) de Cirurgia, que foi realizado no Hospital Beatriz Ângelo (HBA), sob a tutoria da Dr.ª Marisa Peralta Ferreira. Correspondeu ainda ao primeiro contacto formal com a prática clínica da especialidade de Cirurgia Geral (CG), uma vez que no terceiro ano do MIM vimos o estágio interrompido devido à situação pandémica vivida.

Tive a oportunidade de passar pela consulta externa, enfermaria, serviço de urgência e bloco operatório, sendo que este último se destacou como a principal atividade deste estágio. Destaco as visitas à

enfermaria feitas no início de todas as manhãs, onde era discutido a evolução clínica dos doentes e o plano terapêutico dos mesmos, como um momento de pedagogia, que nos permitia melhorar os nossos conhecimentos acerca das mais frequentes complicações dos procedimentos cirúrgicos. Realço ainda a oportunidade de suturar em doentes, técnica que não tinha tido oportunidade de aprimorar, a consolidação do conhecimento de técnicas de assepsia e a passagem pela Unidade de Cuidados Intensivos (UCI), como parte opcional do estágio, durante duas semanas.

A patologia do tubo digestivo alto foi a com que mais contactei, uma vez que era a área de diferenciação da minha tutora e, tendo em conta que o HBA atravessava um período conturbado, só existiam cirurgias de elevada prioridade, pelo que a cirurgia de patologia oncológica revelou ser a mais frequente. Assisti a um total de 13 cirurgias, 28 consultas externas, observei 23 doentes em enfermaria de CG e 19 na UCI e participei como ajudante numa excisão de um quisto sebáceo do dorso na pequena cirurgia.

Paralelamente ao estágio prático, participei no curso TEAM e nas Sessões de Simulação no Hospital da Luz (anexos A3 e A4), onde foi possível consolidar conhecimentos acerca de temas como trauma e choque, bem como praticar técnicas de sutura, laparoscopia, intubação, acessos venosos centrais e ainda de técnica laparoscópica com auxílio de simulador.

No Minicongresso, apresentei em grupo o tema “De dar voltas ao estômago”, que retratava um caso que acompanhei durante o estágio de um doente com hérnia diafragmática e volvo gástrico.

3.2. MEDICINA (31 de Outubro de 2022 a 6 de Janeiro de 2023)

O Estágio Parcelar de Medicina decorreu no Hospital de São Francisco Xavier (HSFX) e teve uma duração de oito semanas, sob a tutoria da Dr.^ª Catarina Rodrigues e da Dr.^ª Inês Araújo. Durante este período integrei a atividade clínica da Unidade de Insuficiência Cardíaca (UIC), onde explorei as diferentes valências da mesma, nomeadamente Enfermaria, Consulta Externa e Hospital de Dia.

Em contexto de **Enfermaria**, sob a orientação dos médicos internos de formação especialidade e num crescente grau de responsabilidade, ficava encarregue de um a dois doentes diariamente, no que diz respeito à sua avaliação e gestão – colheita de anamnese, realização de exame objetivo, verificação de vigilâncias e ocorrências, redação de diários clínicos, notas de entrada e de alta e pedido e interpretação de Meios Complementares de Diagnóstico (MCDTs). Observei 14 doentes, cuja média de idades foi de 75,1 anos, com idades entre os 46 e 90 anos, ficando em média 14 dias internados. Os motivos de internamento mais prevalentes enquadravam-se em descompensações por insuficiência terapêutica, seguidos por patologias do foro urinário e respiratório.

Na **Consulta Externa** (CE) e no **Hospital de Dia**, acompanhei os médicos da UIC na realização das suas tarefas diárias e tive ainda a oportunidade de realizar o exame objetivo e guiar algumas consultas. Além destas atividades, passei ainda pelo **Serviço de Urgência** (SU) do HSFX, onde experienciei esta vertente tanto no período diurno como noturno e acompanhei a equipa médica em balcão e serviço de observação,

participando na colheita de história clínica e realização do exame objetivo, bem como na marcha diagnóstica e terapêutica dos doentes observados.

Ao longo do estágio, tive oportunidade de realizar e treinar alguns gestos e procedimentos médicos (gasimetrias, punções venosas periféricas, colheitas de zaragatoa e eletrocardiograma). No total, observei 14 doentes em contexto de internamento, 46 doentes no SU, 31 na CE e Hospital de Dia, sendo a etiologia de insuficiência cardíaca mais frequente a hipertensiva.

Assisti ainda às sessões clínicas – com apresentação de atualizações de *guidelines* nacionais e internacionais ou casos clínicos – organizadas pela equipa médica do Serviço de Medicina Interna do HSF, onde também tive a oportunidade de apresentar um trabalho, em grupo, acerca de “Síndrome Febril Indeterminado”, que fez parte da minha avaliação. Particpei em dois workshops dinamizados pela UC (Anexos A5 e A6).

3.3. SAÚDE MENTAL (16 de Janeiro a 10 de Fevereiro de 2023)

O Estágio Parcelar de Saúde Mental teve uma duração de quatro semanas, tendo sido realizado no Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa (CHPL), sob a tutoria da Dr.^a Joana Teixeira, na Unidade de Alcoologia e Novas Substâncias e no Serviço de Urgência no Hospital de São José.

Ao longo do estágio existiram diversas atividades teórico-práticas. A primeira, no primeiro dia, foi um seminário teórico-prático sobre *Urgências em Psiquiatria e Perturbações de Personalidade*, lecionado pelo Professor Doutor Miguel Talina. Posteriormente, existiram quatro aulas teórico-práticas lecionadas pelo Professor Doutor Pedro Rodrigues, abordando os temas *Sinais e Sintomas, Elaboração de História Clínica, Terapêutica em Psiquiatria e Apresentação de História Clínica*.

O estágio decorreu maioritariamente em contexto de Enfermaria e Consulta Externa. Na **enfermaria**, os doentes ingressam voluntariamente, em grande parte das vezes, sendo a desintoxicação de álcool o motivo de internamento mais comum. Aqui, pude assistir à passagem dos doentes com a equipa de Enfermagem, a uma entrevista familiar e três entrevistas individuais. Além disso, assisti ainda ao seguimento diário dos doentes pela equipa médica, o que me permitiu consolidar conhecimentos relativos à gestão do doente psiquiátrico, bem como a sua evolução ao longo do internamento. Neste contexto, realizei ainda uma história clínica. Na **consulta externa** mantém-se o acompanhamento regular não só dos doentes com perturbações de dependência alcoólica e outras substâncias como de outras patologias do foro psiquiátrico, como perturbação depressiva e perturbações de ansiedade, por exemplo, encontrando-se vários casos de coexistência de várias patologias psiquiátricas no mesmo indivíduo.

No que diz respeito ao **Serviço de Urgência** o intuito seria contactar com agudizações e descompensações da doença psiquiátrica, compreendendo melhor a gestão inicial dos doentes.

3.4. MEDICINA GERAL E FAMILIAR (13 de fevereiro a 10 de março de 2023)

O EP de Medicina Geral e Familiar (MGF) com duração de quatro semanas, durante as quais integrei a atividade clínica da Unidade Saúde Familiar (USF) Descobertas, sob a tutoria da Dr.ª Márcia Gonçalves.

Ao longo deste período acompanhei a Dr.ª Adriana Silva nas suas atividades clínicas, que incluíram consultas programadas de saúde do adulto, saúde infantil, planeamento familiar e medicina do viajante e não programadas de doença aguda. Perfazendo um total de 153 consultas, maioritariamente de saúde de adultos (60%) e de doença aguda (25%). Participei ativamente nas consultas, realizando muitas vezes a colheita de anamnese, exame objetivo, interpretação de MCDTs e discussão de plano de cuidados, destacando-se daqui uma evolução significativa das minhas capacidades de comunicação e estruturação da entrevista clínica. Em autonomia parcial, realizei três consultas de adultos, duas de saúde infantil e cinco de doença aguda. Ao longo do estágio treinei também diversos gestos e procedimentos médicos como a medição digital e manual da tensão arterial, otoscopias e colheitas de colpocitologia. Denoto também a elaboração de receitas médicas e de certificado de incapacidade temporária para o trabalho. Tive ainda a oportunidade de acompanhar durante dois dias a equipa de enfermagem às visitas domiciliárias.

A avaliação consistiu na apresentação de um caso clínico, inserido no Diário Exercício Orientado.

3.5. PEDIATRIA (20 de Março a 14 de Abril de 2023)

O estágio parcelar de Pediatria, coordenado pelo Professor Doutor Luís Varandas, foi realizado no HSFX, sob tutela da Dr.ª Madalena Sales Luís e do Dr. Edmundo Santos e teve a duração de quatro semanas.

Organizado com o intuito de que exista uma passagem pelas diferentes valências da especialidade, incluindo berçário, neonatologia, serviço de urgência, enfermaria (UCEP) e consulta externa, o estágio no HSFX pretendia que os alunos tomassem uma visão abrangente de Pediatria. No berçário treinei o exame objetivo dos recém-nascidos, realizando a avaliação do recém-nascido pelas 24 horas de vida; na neonatologia aprendi mais acerca do método de observação realizada no contexto de cuidados intensivos neonatais – por sistemas (Respiratório, Infecioso, Cardíaco, Hematológico, Hidroeletrólítico, Metabólico, Alimentar e Neurológico) – e como é realizada a prescrição de nutrição parentérica de acordo com as necessidades do recém-nascido; na consulta externa pude observar diversas tipologias, uma vez que estas são consultas altamente diferenciadas, assisti nomeadamente a consultas de Pneumologia e de Recém-Nascido Prematuro; no SU, onde estive também grande parte do tempo, consegui sistematizar a abordagem de várias patologias agudas prevalentes na pediatria; no internamento acompanhei dois doentes.

Ao longo do estágio, assisti ainda a várias sessões clínicas dinamizadas pelos médicos de formação específica de Pediatria, bem como aos seminários que os meus colegas apresentaram.

A avaliação consistiu na apresentação de um seminário sobre “Sibilância Recorrente” e na elaboração e discussão do relatório de estágio.

3.6. GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA (17 de Abril a 12 de Maio de 2023)

O estágio de Ginecologia e Obstetrícia (GO), com duração de quatro semanas, realizou-se no Hospital CUF Descobertas sob a orientação da Dr.ª Mariana Torgal e ainda com acompanhamento de outros elementos do serviço, tendo a possibilidade de passar pelo Atendimento Permanente (AP) e por várias consultas no âmbito tanto da Ginecologia como da Obstetrícia.

A calendarização semanal das atividades é feita de modo que os alunos tenham contacto com as diversas áreas da especialidade, sendo que tive a oportunidade de passar pelas consultas de ginecologia, obstetrícia e senologia, pela ecografia obstétrica, colposcopia, cirurgia de ambulatório e serviço de AP.

A **consulta de ginecologia** é centrada na prevenção, diagnóstico e tratamento das doenças benignas e malignas do aparelho reprodutor feminino. Permitiu-me uma melhor compreensão acerca do diagnóstico, tratamento e vigilância das patologias ginecológicas mais comuns (como infeções e hemorragias uterinas). Outra valência são as consultas de rotina, onde normalmente é feito exame ginecológico e mamário, atualização do rastreio do cancro do colo do útero, bem como, se necessário, ecografia transvaginal. Nas **consultas de obstetrícia** pude familiarizar-me com a vigilância e acompanhamento da gravidez, assegurando a saúde da mãe e do feto, por meio de consultas, vigilância ecográfica e avaliações laboratoriais, com o boletim de saúde da grávida e com alguns documentos necessários, como o consentimento informado. Ao longo do estágio pude assistir a variadas consultas, desde pré-concepcional ao pós-parto, podendo observar grávidas em todas as idades gestacionais e ainda no puerpério. Na **consulta de senologia** tive a oportunidade de assistir e participar no exame objetivo da mama, o que se demonstrou particularmente útil na distinção da patologia benigna e maligna da mama, destacando-se esta consulta pela sua multidisciplinaridade, uma vez que além de GO contactei ainda com as especialidades de Oncologia e CG. Na **ecografia obstétrica**, acompanhei a Dr.ª Mariana Torgal que me ajudou na compreensão do método ecográfico, identificação de estruturas anatómicas do feto e rastreio combinado. Assistir a **colposcopias** permitiu-me perceber a sua utilidade na identificação e tratamento de lesões malignas ou benignas do trato genital inferior, sendo que este foi uma vertente com a qual ainda não tinha tido a oportunidade de contactar. Estive três dias na **cirurgia de ambulatório**, participando duas vezes como ajudante nas cirurgias (histerectomia e salpingectomia bilateral). Além destas atividades, destaco ainda a ida ao **serviço de AP**, onde além de poder explorar a colheita da história clínica, exame objetivo, formulação de hipóteses de diagnóstico, interpretação de meios complementares de diagnóstico e pude adicionalmente, assistir a partos vaginais e participar em cesarianas.

Relativamente a atividades formativas, destaco o workshop *The Woman* e as sessões clínicas semanais, onde foram apresentados casos clínicos, trabalhos ou artigos recentes da área de GO. A avaliação consistiu na apresentação de um seminário com o tema "Hypertensive disorders of pregnancy and long-term risk of maternal stroke – A systematic review and meta-analysis" e na elaboração e discussão do relatório de estágio.

04. ELEMENTOS VALORATIVOS

Uma das primeiras coisas que ouvi em medicina foi que “o médico que só sabe de medicina, nem de medicina sabe” (Abel Salazar) e, por isso, ao longo destes seis anos, procurei explorar além daquilo que o currículo do MIM tem para oferecer, participando sempre em atividades que considerasse que pudessem ajudar-me a desenvolver não só aptidões clínicas, mas também enquanto ser humano, a explorar interesses pessoais que já tinha e a descobrir novos.

Neste sentido e porque considero um projeto extremamente enriquecedor na medida em que oferece palestras de temáticas únicas, participei várias vezes no *iMed Conference* (anexos B1 a B3), realizando o workshop *Stitching the Future* onde aprendi algumas competências básicas de sutura, que considero essenciais e vi prejudicadas pela ausência de estágio de cirurgia geral no terceiro ano do MIM.

Algumas das palestras mais interessantes que assisti durante o curso foram as proporcionadas pelo projeto *Marca Mundos*, que considero extremamente enriquecedoras do ponto de vista humanitário, onde destaco a palestra “Medicina em Cenário de Guerra” (anexo B4), que me permitiu perceber que todos temos um papel a desempenhar em situações de crise e que nem sempre conseguimos ser os heróis que desejamos.

Relativamente à atividade de voluntariado, destaco a participação no Hospital da Bonecada (anexos B5 e B6), atividade dirigida ao público infantil, que permite desmistificar alguns medos e inseguranças da “bata branca” e que me ajudou na aquisição de competências comunicativas nesta faixa etária.

Participei ainda na 5ª edição do *FutureMD* (anexos B7), onde pude explorar e ouvir a partilha de diversos caminhos que podemos seguir após o término deste curso, tentando colmatar a falha que considero que o nosso currículo apresenta na divulgação dos mesmos.

Em Abril deste ano, tive a oportunidade de participar na ação formativa de serviço “Eletrocardiografia em emergência: o básico, o essencial e o mortífero” (anexo B8), cujos oradores eram médicos de emergência extra-hospitalar, área na qual tenho particular interesse futuro.

Além disto, procuro integrar o desporto na minha rotina diária, através da prática de voleibol, desporto que faço desde os 14 anos e que me permitiu melhorar as minhas capacidades de comunicação e trabalho em equipa e de novos desportos, como o *padel*, o *paddle* e o *cycling*, que me permitiram sair da minha zona de conforto.

Iniciei ainda a aprendizagem de uma nova língua, o francês, algo que era uma meta pessoal há já alguns anos, mas que a NMS|FCM me proporcionou a oportunidade através da parceria com a Faculdade de Ciências Sociais e Humanas (anexo B9) e que me permitiu abrir novos horizontes, porque aprender uma língua é mais do que aprender a falá-la, é conhecer a sua cultura e tradições, as pessoas, o seu passado e o seu futuro.

05. REFLEXÃO CRÍTICA

Quando tinha 4 anos dizia a todos os que queriam ouvir que “quando fosse grande ia ser doutora”, resultado de um simples brinquedo. Cresci e fui tendo outros sonhos, mas tive experiências que me fizeram perceber que a Medicina muda vidas, que salva vidas e que tudo o que eu queria era um dia poder fazer o mesmo. Estou a meros passos de concretizar esse sonho e chega a altura de refletir sobre o meu percurso até aqui.

É inegável e, por isso, impossível não mencionar, o grande impacto que a pandemia Covid-19 teve neste percurso, condicionando a prática clínica durante cerca de três anos. Neste sentido, o sexto ano, com intuito extremamente profissionalizante, adquiriu maior importância na minha formação.

Iniciei o ano entusiasmada, uma vez que chegava o tão aguardado estágio de **Cirurgia**. É uma especialidade na qual tomo particular interesse e, por isso, o principal objetivo que tinha para o mesmo, era agarrar todas as oportunidades que me fossem dadas, fazer o máximo possível e explorar o maior número de valências que a especialidade tem para oferecer. Acredito que agarrei de facto todas as oportunidades que me foram dadas, participei na pequena cirurgia e vi uma grande variedade cirurgias. Ainda assim, senti falta de poder participar como ajudante numa cirurgia, reconhecendo, contudo, que existia um número de cirurgias mais reduzido. Por isso, agradeço todas as oportunidades que tive e sei que quem nos recebeu fez o melhor que conseguiu para nos proporcionar um bom estágio e contribuiu indubitavelmente para a minha formação académica. Seguiu-se o estágio de **Medicina Interna** e acho que um sentimento transversal a todos os alunos é o crescimento que sentimos com este estágio. De facto, dão-nos responsabilidades que poucas ou nenhuma vez tivemos ao longo do curso. Somos responsáveis por um doente – sempre sob supervisão – alguém que depende de nós para assegurar o seu bem-estar e a sua melhoria clínica. Ao início senti-me assoberbada, fez-me sair da minha zona de conforto, mas foi exatamente por isso que fez-me crescer muito. Recei que por estar num serviço de carácter especialista não conseguisse cumprir alguns dos objetivos propostos, mas rapidamente percebi que Medicina Interna tolda-nos o raciocínio, na melhor das formas, o doente é um todo. O doente tem doenças, mas também tem família, tem uma situação social, tem carências e tem desejos. Ao longo do curso dizem-nos isto vezes e vezes sem conta, mas poder pô-lo em prática dá-nos outra perspetiva, aprender o seu verdadeiro significado. Considero ainda a passagem pelo serviço de urgência fundamental, uma vez que nos obriga à sistematização e prioriza a avaliação de critérios de gravidade, que permita a exclusão de diagnósticos graves e que exijam atuação imediata. No estágio de **Saúde Mental** fiquei alocada à Clínica 4 no CHPL na unidade de Alcoologia e Novas dependências. Ainda que limitado pela sua especificidade, permitiu-me ter uma visão clara dos valores pelos quais um médico se deve pautar. Desprovidos de preconceitos, vi os profissionais de saúde que acompanhei se esforçarem todos os dias por melhorar a vida destes doentes – dando-lhes as ferramentas e acesso aos recursos necessários para que consigam combater a sua patologia – doentes esses muitas vezes preconceituosos com a sua própria saúde.

A verdade é que em relação à Saúde Mental ainda existe muito estigma e que se torna muito mais preponderante quando falamos de adições. No que diz respeito a obter uma visão mais abrangente da psiquiatria – objetivo fundamental que estabeleci – assisti a consultas de psiquiatria geral e frequentei o serviço de urgência do Hospital de São José. O estágio de **Medicina Geral e Familiar** foi um marco na minha formação. Ao longo do curso dizem-nos sempre o quão importante é uma boa relação médico-doente e se o é verdade e fundamental em todas as especialidades, em MGF esse facto é exponencial. MGF é poderoso na sua capacidade preventiva, determinante na capacitação da população para a gestão e tratamentos das suas patologias e essencial a toda a população. Foi um estágio desafiante, fui várias vezes confrontada com a necessidade de saber mais – pela abrangência da especialidade era difícil saber tudo. **Pediatria** foi um estágio pautado quer pela autonomia quer pela observação. Se por um lado estive duas semanas no berçário, onde me senti bastante autónoma na realização das tarefas diárias, por outro as restantes duas semanas foram praticamente observacionais. Ainda assim, senti que consegui melhorar a minha capacidade comunicacional com esta faixa etária, objetivo que tinha estabelecido desde início. O estágio de **Ginecologia e Obstetrícia** primou pela diversidade. Foi um dos únicos estágios que fiz numa instituição privada e, inicialmente, tinha receio que não existissem tantas oportunidades ou benefício formativo. No entanto, não só não existiu nenhum paciente que não aceitasse a minha presença na consulta ou no bloco de partos como me foram concedidas oportunidades de aprendizagem em diferentes áreas. Foi transformador, não esperava lidar com tantas emoções, o nervoso miudinho de poder “pôr as mãos na massa”, a alegria de ver alguém nascer, a adrenalina do “tem de nascer já”, a angústia de dar más notícias. Esta última é uma competência na qual sinto falhar, talvez por ser difícil e desconfortável, talvez porque é um tema poucas vezes abordado ao longo do curso. O mais provável é que seja uma combinação de ambas.

É complicado individualizar os estágios no que diz respeito aos objetivos por mim estabelecidos inicialmente, já que é indubitável a contribuição de todos para o cumprimento dos mesmos. Em todos consegui aprender mais acerca das ciências básicas e clínicas, procurava a solução dos problemas clínicos mais comuns, treinei a capacidade de raciocínio e em todos tive de aprofundar os meus conhecimentos acerca de MCDTs, terapêutica e comunicação com outras especialidades. Medicina é um todo e nenhuma especialidade vive sozinha. *Medicina não se faz sozinho*. Explorei a relação médico-doente e aprimorei a comunicação com doentes, famílias, colegas e profissionais e em todos trabalhei em equipa.

Em suma, sinto que este foi um ano de muito crescimento, onde pude aprender mais acerca de Medicina, mas também mais acerca de mim, sobre quem sou e quem quero ser. Quero manter o meu espírito curioso, a minha vontade de saber mais, de fazer mais e melhor, mas deixar para trás o medo de errar e a vergonha de perguntar quando não sei. O curso de medicina capacitou-me com as ferramentas essenciais a qualquer jovem médico, mas tenho de ser humilde e reconhecer que Medicina será sempre desafiante pela complexidade que a sua prática exige diariamente. O futuro começa agora.

06. ANEXOS

A. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO ÂMBITO DO ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

ANEXO A1 – Cronograma do estágio profissionalizante

| ESTÁGIO PARCELAR | PERÍODO DE ESTÁGIO | LOCAL DE ESTÁGIO | TUTOR | RÁCIO ALUNO: TUTOR |
|----------------------------------|---|----------------------------------|---|--------------------|
| Cirurgia Geral | 5 de Setembro a 28 de Outubro de 2022 (8 semanas) | Hospital Beatriz Ângelo | Dr.ª Marisa Peralta Ferreira | 3:1 |
| Medicina Interna | 31 de Outubro de 2022 a 6 de Janeiro de 2023 (8 semanas) | Hospital São Francisco Xavier | Dr.ª Catarina Rodrigues e Dr.ª Inês Araújo | 1:1 |
| Saúde Mental | 16 de Janeiro a 10 de Fevereiro de 2023 (4 semanas) | CHPL – Clínica 4 | Dr.ª Joana Teixeira | 2:1 |
| Medicina Geral e Familiar | 13 de fevereiro a 10 de março de 2023 (4 semanas) | USF Descobertas | Dr.ª Márcia Gonçalves | 1:1 |
| Pediatria | 20 de Março a 14 de Abril de 2023 (4 semanas) | Hospital de São Francisco Xavier | Dr. Edmundo Santos / Dr.ª Madalena Sales Luís | 1:1 |
| Ginecologia e Obstetrícia | 17 de Abril a 12 de Maio de 2023 (4 semanas) | Hospital CUF Descobertas | Dr.ª Mariana Torgal | 1:1 |

DOENTES OBSERVADOS

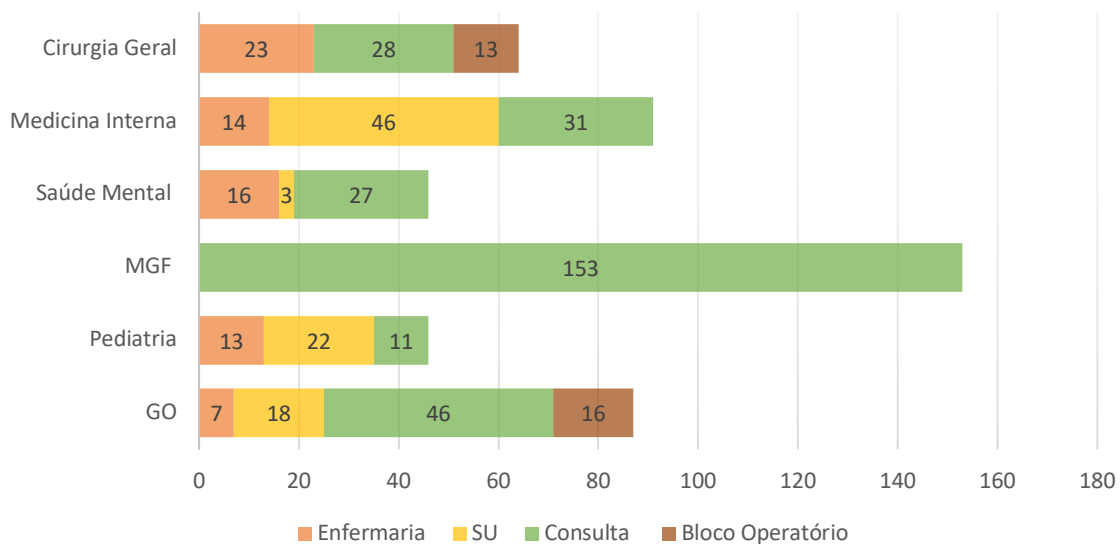


Gráfico 1. Número de doentes observados nas diferentes vertentes de cada estágio parcelar



Certificado de participação

Rafaela Pitau

Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Setembro 2022

Presencial | 15 de Setembro de 2022 | 3 horas

Código de certificado: C-6317aaf3d8025

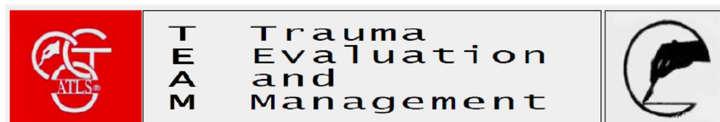
Hospital da Luz Learning Health • hospitaldaluz.pt/learninghealth
Avenida Lusíada, 100, Edifício C, Piso -1 • 1500-650 Lisboa • Portugal
T. +351 217 104 544 • M. +351 967 072 745 • E. learninghealth@hospitaldaluz.pt

LUZ SAÚDE

MedSim
NOVA Medical Simulation Centre



NOVA MEDICAL SCHOOL



Certificado

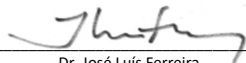
Pelo presente se certifica que

RAFAELA DE ALMEIDA PITAU

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 08 e 09 de Setembro de 2022.

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

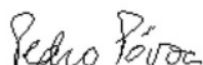

Dr. José Luís Ferreira
Coordenador do TEAM/NMS | FCM-UNL

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

Certificado

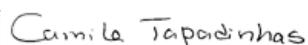
Certificamos que Rafaela de Almeida Pitau, N^oA2017414 , participou no Workshop intitulado *Alterações do equilíbrio ácido base*, no dia 16 de novembro de 2022 pelo Professor Doutor Pedro Póvoa, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6^o ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Professor Doutor Pedro Póvoa



Certificado

Certificamos que Rafaela de Almeida Pitau, N^oA2017414 participou no Workshop intitulado *Decisões de Fim de Vida*, no dia 30 de novembro de 2022 pela Dra. Camila Tapadinhas, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6^o ano do Mestrado Integrado em Medicina.



Dra. Camila Tapadinhas

B. ATIVIDADES EXTRACURRICULARES

ANEXO B1 - iMed Conference 2019



iMed Conference® 11.0 Lisbon 2019

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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

NOME

Rafaela Pitau

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14206931

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5cdeb0a5575cc

Evento

iMed Conference® 11.0 Lisbon 2019

16-10-2019 13:30 → 20-10-2019 14:00

The iMed Conference® 11.0 | Lisbon 2019 will take place between the 16th and 20th of October at Teatro Camões and NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas.

Prepare for groundbreaking lectures, practical workshops, challenging competitions and an immersive social programme.

aeams.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico



iMed Conference® 12.0 | Workshops October 1st

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

NOME

Rafaela Pitau

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14206931

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5f6cfacfd26d6

AS ATIVIDADES FREQUENTADAS ENCONTRAM-SE NA PÁGINA SEGUINTE

Atividades frequentadas

Stitching the future - powered by Johnson [Year of Studies: 2nd - 6th]

01-10-2020 14:00 → 01-10-2020 18:30

Being able to perform basic sutures is a cornerstone of medical practice and is a skill that every medical student should master during their studies. In this workshop, you will get a comprehensive view of the suturing technique - from asepsis and local anaesthesia to the different types of sutures and knots. Most importantly, you will get to practice it by yourself under the guidance of our incredible trainer! We will provide some realistic models in which you can train interrupted, continuous and intradermic sutures. Don't miss this opportunity to improve your surgical skills!
Language: English or Portuguese



iMed Conference® 14.0 Lisbon 2022 | Lectures

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

NOME

Rafaela Pitau

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14206931

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-63455078a1356

Evento

iMed Conference® 14.0 Lisbon 2022 | Lectures

12-10-2022 14:00 → 16-10-2022 14:30

iMed Conference® 14.0 Lisbon 2022 | Lectures

The iMed Conference® 14.0 | Lisbon 2022 will take place between the 12th and 16th of October at NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas and Teatro Camões.

Prepare for groundbreaking lectures, practical workshops and challenging competitions!



Medicina em Cenário de Guerra

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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

NOME

Rafaela Pitau

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14206931

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-605cfcbec0d71

Evento

Medicina em Cenário de Guerra

01-04-2021 18:30 → 01-04-2021 20:00 - Duração: 1 horas

É já na próxima quinta-feira, dia 1 de Abril, que se realiza mais uma formação do MarcaMundos com a temática **Medicina em Cenário de Guerra** pelo **Dr. Carlos Ferreira**, especialista em Cirurgia Geral que participou em missões pela Cruz Vermelha.

Nesta formação vamos abordar a sua vivência pessoal como médico de missões humanitárias, bem como os requisitos teóricos, práticos e humanos para esses mesmos contextos.



**XVIII Hospital da Bonecada® by Bayer -
Medicina**

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

NOME

Rafaela Pitau

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14206931

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5c93fb6cac200

Evento

XVIII Hospital da Bonecada® by Bayer - Medicina

07-04-2019 13:30 → 04-05-2019 21:00

O melhor hospital de brincar do país está de volta para mais uma edição! Junta-te ao Tinoni de **25 de Abril a 4 de Maio**, das **9h30 às 21h** todos os dias, na **Praça Central** do **Centro Colombo!**

A participação neste evento implica a presença obrigatória na **formação** a realizar no dia **7 de Abril**, das 13h30 às 18h, na NMS. **Por favor seleciona uma das duas opções de palestras obrigatórias disponíveis neste evento.** O número de vagas é limitado para cada uma.



[MEDICINA] - Rio Sul Shopping

– Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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

NOME

Rafaela Pitau

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14206931

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6189c419b2227

Evento

[MEDICINA] - Rio Sul Shopping

13-11-2021 10:00 → 14-11-2021 19:00

A próxima paragem do Hospital da Bonecada vai ser no **RioSul Shopping!**

No próximo fim-de-semana, dias **13 e 14 de novembro**, o Tinoni vai levar o seu hospital de brincar ao RioSul onde vais poder tratar do teu boneco, das **10h às 21h**. A entrada é gratuita!



FutureMD 5.0

– Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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

NOME

Rafaela Pitau

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14206931

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-64370f1f26dca

Evento

FutureMD 5.0

05-05-2023 15:30 → 07-05-2023 19:00

O FutureMD é um congresso da AENMS cujo principal objetivo é dar-te a conhecer algumas opções para o teu futuro. Neste congresso apresentamos as diferentes carreiras que estão ao teu alcance no fim do curso, nomeadamente diferentes especialidades, carreira como Gestor Hospitalar e até como médico no INEM. Além disso, procuramos sempre abordar temas fraturantes e grandes questões que nos apoquentam como "Onde fazer o Internato de Formação Geral?" ou "Como enfrentar a PNA?". Apresentamos-te também o mundo além fronteiras, para que possas saber mais sobre as possibilidades de especialização no estrangeiro. Espera-se que no fim do evento estejas mais informado sobre a tua formação após a conclusão do Mestrado em Medicina e as várias opções profissionais de que dispões.

O bilhete inclui: Sessões Paralelas (a decorrer no Edifício Sede da NMS); Sessões Plenárias; Sessões de Formação Médica no Estrangeiro; Mesa Redonda. **Apenas os Bilhetes Premium e Medicus incluem o Programa Social.**

aenms.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico



DECLARAÇÃO

Declara-se que **RAFAELA DE ALMEIDA PITAU** frequentou a **Ação de Formação em Serviço “ELETROCARDIOGRAFIA EM EMERGÊNCIA: o básico, o essencial e o mortífero!”** realizada pelo(a) **AUGPCI - VMER** no dia **13 de Abril de 2023**, com a duração total de **2 horas**.

Lisboa, 31 de Maio de 2023

Área de Gestão da Formação

Catarina Soeiro
Técnica Superior
Área de Gestão da Formação

Declaração FS N.º860/2023/MC/CC



INSTITUTO DE LÍNGUAS DA UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA
Faculdade de Ciências Sociais e Humanas

Certificado de Aproveitamento

Certifica-se que **RAFAELA DE ALMEIDA PITAU** esteve matriculado(a) neste Instituto, no ano lectivo de 2019/20, na disciplina de FRANCÊS A1 (60 horas), equivalente a 6 créditos ECTS, que concluiu com aproveitamento, com a classificação de 18 (DEZOITO) valores (escala de 0 a 20).



Certificate of Completion

This is to certify that **RAFAELA DE ALMEIDA PITAU** was enrolled in this Institute in the academic year of 2019/20, in FRENCH A1 (60 hours), which is equivalent to 6 ECTS, and that was approved with the final classification of 18 (EIGHTEEN) (scale 0 to 20).

Lisboa, 28 de julho de 2020

O Director do ILNOVA,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Carlos Ceia', written over a small globe icon.

Professor Doutor Carlos Ceia

INSTITUTO DE LÍNGUAS DA UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA (ILNOVA)
Av. de Berna, 26 - C - 1069 - 061 Lisboa - Portugal
Tel.: 217908382 | ilnova@fcsh.unl.pt | <http://ilnova.fcsh.unl.pt>