



RELATÓRIO FINAL

MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA

Cristiana Patrícia Sousa Costa

2015162

Estágio Profissionalizante

2020/2021

Orientador: Prof. Doutor Bruno Heleno

Regente: Prof. Doutor Rui Maio

Índice

Introdução.....	2
Objetivos	2
Descrição das Atividades	3
Saúde Mental.....	3
Medicina Geral e Familiar	3
Pediatria	4
Ginecologia e Obstetrícia.....	5
Cirurgia	6
Medicina.....	7
Reflexão Crítica.....	8
ANEXOS	10
1. Cronograma do Estágio Profissionalizante.....	10
2. Trabalhos Realizados nos Estágios Parcelares	11
3. Caracterização dos aspetos positivos e negativos de cada estágio parcelar	13
4. Caracterização dos elementos valorativos	16
5. Certificados de participação nas diferentes atividades.....	18
a. Impacto da COVID-19 nos Hospitais	18
b. Formação <i>Hands-On</i>	19
c. Medicina em Cenário de Guerra	20
d. Curso TEAM	21
e. Saúde Digital- A Inovar para Transformar.....	22
f. O Doente Idoso	23
g. Teleconsulta ao Idoso	24
h. Vacinação: Presente e Futuro.....	25
i. Desigualdades em Saúde: a realidade da medicina em países em desenvolvimento ..	26
j. O Papel da Imagiologia	27

Introdução

O Mestrado Integrado em Medicina (MIM) da Nova Medical School| Faculdade de Ciências Médicas (NMS|FCM) constitui a primeira etapa da longa e contínua formação médica, a qual corresponde à formação pré-graduada e tem como finalidade dotar os alunos de um conjunto de conhecimentos científicos e competências humanas, relacionadas com as atitudes e valores imprescindíveis ao exercício profissional da Medicina. Ao longo de seis anos, a que corresponde a duração do MIM, os alunos transitam progressivamente de uma aprendizagem mais teórica para uma mais prática e que se aproxima à prática clínica futura. O 6º ano do MIM é, portanto, a última etapa de um longo período de aprendizagem, onde, através do Estágio Profissionalizante (EP), o aluno pode pôr em prática de forma segura e eficaz todas as competências adquiridas nos anos anteriores e obter novas ferramentas que lhe permitam praticar Medicina no futuro de forma autónoma.

O presente relatório consiste numa breve descrição das atividades desenvolvidas ao longo do 6º ano do MIM e encontra-se organizado da seguinte forma: a primeira parte, onde são listados os objetivos gerais estabelecidos no início do 6ºano; a segunda parte, inclui os objetivos específicos e descrição das atividades desenvolvidas em cada Estágio Parcelar do Estágio Profissionalizante; a terceira parte, onde consta uma reflexão crítica e, por fim, os anexos, onde se encontram: o Cronograma do Estágio Profissionalizante (Anexo 1), Trabalhos Realizados nos Estágios Parcelares (Anexo 2), Caracterização dos aspetos positivos e negativos de cada estágio parcelar (Anexo 3), Caracterização dos elementos valorativos (Anexo 4) e Certificados de participação nas diferentes atividades (Anexos a, b, c, d, e, f, g, h, i e j).

Objetivos

Os objetivos a que me propus a alcançar ao longo do 6º ano do MIM podem ser divididos em três grupos de competências. O primeiro grupo diz respeito às **competências básicas** essenciais à prática clínica e transversais a qualquer especialidade médica. Este grupo inclui o desenvolvimento do raciocínio clínico, a capacidade de elaboração de uma completa e correta história clínica essencial para a formulação de hipóteses de diagnóstico e da tomada de decisões, no que concerne à requisição de exames complementares de diagnóstico e proposta terapêutica adequada a determinada patologia. Inclui ainda, a realização de procedimentos técnicos mais comuns na prática médica. O segundo grupo corresponde às **competências sociais**, isto é, ao estabelecimento de relações interpessoais harmoniosas, privilegiando o desenvolvimento de uma comunicação clara e eficaz com os colegas de equipa e restantes profissionais de saúde, e saber comunicar de forma empática com os doentes e os seus familiares. Por fim, o terceiro grupo integra as **competências pessoais**, que remetem para a capacidade de manter uma atitude de curiosidade e sabedoria, pois o exercer da profissão médica implica o compromisso de investigação, estudo e atualização constante. Para além disso, é necessário recorrer à autorreflexão como ferramenta

fundamental para identificar os aspetos em que podemos melhorar. Só assim poderemos prestar os melhores cuidados de saúde e promover o bem-estar à sociedade que servimos.

Descrição das Atividades

Saúde Mental

Clínica do Parque: 7 de setembro a 2 de outubro de 2020

Iniciei o meu EP com a realização do estágio Parcelar de Saúde Mental. O estágio desenrolou-se ao longo de 4 semanas organizadas da seguinte forma: as duas primeiras semanas foram dedicadas à realização de duas histórias clínicas a partir de consultas em formato virtual e à realização de 6 vinhetas clínicas, tendo por base o formato e a matriz da Prova Nacional de Acesso; as duas últimas semanas consistiram no estágio prático, tendo decorrido na Clínica do Parque, do Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa, integrada na equipa de Pedopsiquiatria do Hospital de Dona Estefânia, sob orientação da Dr^a. Cristina Marques. Para este estágio defini como objetivos principais a cumprir, o desenvolvimento da comunicação interpessoal e integração de uma perspetiva biopsicossocial na abordagem do doente. Durante o período de estágio prático, participei em consultas de pedopsiquiatria e consultas de psicologia dedicadas a crianças entre os 4 e os 12 anos. Durante as consultas de pedopsiquiatria observei principalmente crianças com Perturbação de Hiperatividade e Déficit de Atenção e Perturbações Disruptivas do Comportamento. Esta vivência levou-me a refletir sobre a importância de estabelecer uma boa aliança terapêutica, possibilitando a abertura do doente nesta faixa etária, tão precoce, para a discussão de temas difíceis como são exemplo, a morte e o *Bullying* escolar. Para este efeito contribuíram também as capacidades comunicacionais essenciais à colheita de história clínica e exame de estado mental, para correto diagnóstico da perturbação psiquiátrica, devidamente enquadrado no contexto biopsicossocial do doente. Outros aspetos que assumem um papel fulcral na melhoria clínica do doente, os quais pude testemunhar, são a educação da família com vista a diminuir a crítica e hostilidade por parte dos familiares e consequentemente aliviar a angústia dos pacientes, e também a abordagem multidisciplinar, através do acompanhamento psicológico, intervenções a nível escolar e outras instituições que vão permitir criar uma rede de suporte, essencial para a recuperação do doente. Considero que o estágio foi marcado por vários momentos extremamente profícuos e de muita aprendizagem, tendo globalmente cumprido os objetivos previamente propostos.

Medicina Geral e Familiar

USF de Areeiro: 6 a 30 de outubro de 2020

O meu estágio de Medicina Geral e Familiar (MGF) teve lugar na USF de Areeiro sob a orientação da Dr.^a Mariana Lemos. Tendo em conta que, no 5º ano do MIM não realizei o estágio prático de MGF face às limitações impostas pela pandemia COVID-19, estabeleci como objetivos específicos para este estágio aprimorar a capacidade de colheita de história clínica, realizar consultas com autonomia parcial, praticar

procedimentos comuns no âmbito da MGF, comunicar eficazmente com os pacientes utilizando o método clínico centrado no doente, identificar e gerir os problemas de saúde mais frequentes na comunidade, adequar a prescrição terapêutica às características do doente e rever as principais medidas de prevenção ao nível dos cuidados de saúde primários. Ao longo de 4 semanas de estágio assisti a diversos tipos de consultas integrantes da especialidade de MGF, nomeadamente consultas de Saúde de Adultos, Doença Aguda, Saúde Infantil, Saúde Materna e consultas de Vigilância de Diabetes e Hipertensão Arterial. Durante este período pude praticar sistematicamente a realização do exame objetivo, principalmente o exame físico musculoesquelético e o exame objetivo adequado à idade da criança, o que para mim foi um dos mais importantes ganhos formativos deste estágio. Pude também realizar uma consulta com autonomia parcial o que me permitiu confrontar com as minhas dificuldades na gestão do doente no momento da consulta. Na última semana de estágio, apresentei uma análise de Decisão Clínica e um Caso Clínico. Este momento de avaliação constituiu um momento de aprendizagem fulcral, uma vez que me alertou para a necessidade de sempre nos interrogarmos sobre determinados aspetos do doente, quer seja quanto ao seu contexto sociocultural, a terapêutica habitual ou os exames complementares de diagnóstico efetuados. Toda a história do doente deve ser revista e devemos procurar compreender o significado de tudo o que não compreendemos, só assim poderemos evoluir no nosso conhecimento e melhorar a nossa prestação. No final do estágio, senti que a maioria dos objetivos a que me propus a alcançar foram cumpridos, no entanto, gostaria de ter adquirido um maior grau de autonomia, nomeadamente no que concerne à realização de consultas. Penso que uma das razões que poderá ter contribuído para esta limitação foi o facto de ao longo do estágio ter transitado entre vários profissionais de saúde, o que por um lado pode ter limitado o meu ganho de autonomia, por outro lado permitiu observar diferentes registos de consulta e apreciar uma variedade de técnicas comunicacionais, atitudes e comportamentos do profissional na abordagem do doente.

Pediatria

Hospital de Dona Estefânia: 2 a 27 de novembro de 2020

O estágio Parcelar de Pediatria teve lugar no Hospital de Dona Estefânia (HDE) sob orientação do Dr. Bessa Almeida. Estabeleci como principais objetivos conhecer as patologias mais comuns da população pediátrica, bem como os princípios gerais de atuação das mesmas, especificamente no que concerne ao diagnóstico, requisição de exames complementares, e prescrição terapêutica nesta faixa etária. Para além disso, identifiquei a necessidade de comunicar eficazmente com a criança/adolescente e com os familiares, praticar a colheita de história clínica e vivenciar as 3 valências hospitalares, nomeadamente Internamento, Serviço de Urgência (SU) e Consulta Externa. Efetuei a maioria do meu estágio no Serviço de Pediatria Médica 5.1 do HDE, tendo sido em regime de internamento onde realizei um maior número de atividades, isto é, pude contactar com diversas patologias, conhecer a marcha de diagnóstica e respetiva terapêutica, e

acompanhar o seguimento dos doentes. Pude ainda treinar competências práticas fundamentais para um aluno do 6ºano do MIM, nomeadamente realização de notas de entrada, elaboração de história clínica e participar na discussão dos doentes internados. A passagem pela Consulta de Pediatria Geral e SU foram marcados pelo reduzido número de doentes observados, consequência da situação pandémica de COVID-19. Não obstante, foi uma atividade com grande contributo para a minha formação, pois o momento de consulta permitiu a discussão de temas teóricos com o meu tutor, importantes na prática clínica médica. Adicionalmente, a minha presença no SU permitiu o contacto com doentes com maior expressão clínica e conhecer os desafios que encontramos na prática para a melhor gestão destes doentes. O estágio terminou com a realização de um seminário, onde apresentei o tema “Terapêuticas Inovadoras na Atrofia Muscular Espinhal”. Considero que o estágio de Pediatria contribuiu para a minha aprendizagem e desenvolvimento pessoal, no entanto tenho de destacar um aspeto menos positivo do estágio que foi o limite de atividades que exerci ao longo do mesmo. Isto aconteceu porque o Serviço de Pediatria Médica 5.1 recebeu uma quantidade excessiva de alunos do 6º ano, o que limitou o número de atividades realizadas individualmente, e conseqüentemente o ganho de autonomia e de experiência.

Ginecologia e Obstetrícia

Hospital de São Francisco Xavier: 30 de novembro de 2020 a 8 de janeiro de 2021

O estágio de Ginecologia e Obstetrícia (GO) decorreu no Hospital de São Francisco Xavier sob a orientação da Dr.ª Helena Pereira. Defini como objetivos específicos a cumprir, ao longo das 4 semanas de estágio, conhecer e identificar as principais patologias no âmbito da GO e adquirir a capacidade de gerir as mesmas, expandir a minha capacidade de interpretação de técnicas de imagem, mais precisamente os achados ecográficos, e efetuar os procedimentos mais comuns desta especialidade médico-cirúrgica.

Durante este período, tive a oportunidade de assistir a uma variedade de consultas (Ginecologia Geral, Ginecologia Oncológica, Patologia do Colo, Obstetrícia, Diagnóstico Pré-natal e consulta de Patologia Fetal), frequentar a enfermaria de Medicina Materno-fetal e o Puerpério, o Bloco de Ginecologia e Obstetrícia, o SU e o Bloco de Partos. Pude praticar sistematicamente vários procedimentos como exemplo, observação vaginal com espéculo, palpação bimanual, realização de citologias, colheita de exsudado vaginal e retal para pesquisa de *Streptococcus do grupo B*. Fomentei vários conhecimentos nesta área, nomeadamente sobre a abordagem das patologias mais comuns em ginecologia e obstetrícia, a gestão da mulher durante a gravidez, o parto e puerpério. Observei vários procedimentos, como a realização de colposcopias, histeroscopias, biópsia vulvar e do endométrio, 2 cirurgias ginecológicas laparoscópicas, 2 partos eutócicos, um deles com episiotomia, preenchimento do partograma, realização de aspiração endometrial, várias ecografias ginecológicas e obstétricas, sendo que pude familiarizar-me com os achados ecográficos habituais na gravidez em cada trimestre, marcadores de trissomia 21, e limitações da técnica. No final do estágio, apresentei um trabalho, juntamente com a minha colega, intitulado de “Endometriose”. Considero

que este estágio teve um impacto muito positivo na minha formação, uma vez que me permitiu alargar os meus conhecimentos sobre esta especialidade que considero ser muito diversificada, pois engloba uma variedade de consultas, técnicas e procedimentos essenciais na promoção de saúde na mulher.

Cirurgia

Hospital Beatriz Ângelo: 18 de janeiro a 12 de março de 2021

O meu estágio Parcelar de Cirurgia teve lugar no Hospital Beatriz Ângelo sob orientação da Dr.ª Susana Ourô. O estágio teve duração de 8 semanas distribuídas por diferentes atividades, nomeadamente pelo Estágio de Cirurgia Geral e pelo Estágio Opcional de Medicina Intensiva, que decorreram durante 6 e 2 semanas, respetivamente. Para este estágio defini como prioridade reconhecer as principais patologias cirúrgicas e a gestão das mesmas, praticar procedimentos técnicos da pequena cirurgia, conhecer as técnicas de assepsia necessárias para o efeito, e ser capaz de reconhecer as situações com indicação cirúrgica urgente. Antes de mais, é importante referir que o estágio de Cirurgia Geral decorreu num período pouco favorável devido à pandemia COVID-19, o que limitou substancialmente as atividades a desenvolver pelos alunos do 6º ano, naquilo que se pretende para um Estágio Profissionalizante. Limitou principalmente, o tempo de permanência no hospital, conseqüentemente o número de doentes observados foi inferior ao esperado. Durante o período de Estágio de Cirurgia Geral, acompanhei a minha tutora, tendo frequentado a Consulta Externa, o Bloco Operatório, o SU e o Internamento. Na consulta, observei um total de 27 doentes, com patologias do fórum intestinal, maioritariamente Cancro Colorretal. No Bloco observei 5 cirurgias, 2 eletivas e 3 em contexto de urgência, e uma pequena cirurgia de remoção de um cateter venoso central totalmente implantável. No SU observei doentes em diferentes momentos, nomeadamente, a fase do diagnóstico, realização de cirurgias em contexto de urgência e doentes no recobro pós-operatório. Ainda neste contexto, pude observar a confirmação de um óbito e transmissão da notícia aos familiares do doente. Também observei a colocação de um dreno torácico para drenagem de um pneumotórax. Ao longo deste período, assisti às Reuniões de Serviço realizadas semanalmente.

No estágio opcional pude acompanhar a evolução de 3 doentes internados e auxiliar na realização de diários clínicos, interpretação de exames de imagem e ajustes terapêuticos. Relativamente a outras atividades desenvolvidas ao longo do estágio, uma manhã foi dedicada à apresentação da componente teórica do curso TEAM, destinada à revisão da abordagem do doente com trauma. No Hospital da Luz, realizaram-se ainda as Sessões de Simulação, com a finalidade de treino de competências práticas em modelos, nomeadamente Abordagem da Via Aérea, Colocação Ecoguiada de Cateter Venoso Central e Técnicas de Sutura. No final do estágio, realizou-se o Minicongresso, onde apresentei em conjunto com os meus colegas, o trabalho intitulado de "*Tail(gut) as old as time*". O estágio não correspondeu totalmente às minhas expectativas, pois gostaria de ter tido a oportunidade de praticar procedimentos cirúrgicos básicos, como suturas e técnicas de assepsia. Penso que a atividade cirúrgica, sendo algo que diferencia as

especialidades cirúrgicas de todas as outras especialidades, deveria incluir os alunos no auxílio da mesma, pois essa experiência pode influenciar a decisão futura da especialidade que queiram seguir. Provavelmente esta limitação surge como consequência do estágio se ter desenrolado numa fase difícil, tendo em conta a pandemia COVID-19.

Medicina

Hospital Santo António dos Capuchos: 15 de março a 14 de maio de 2021

O estágio de Medicina decorreu num período de 8 semanas, no Hospital Santo António dos Capuchos e foi tutelado pela Dr.ª Cláudia Neves. Defini como principais objetivos a cumprir, aperfeiçoar a colheita de história clínica, raciocínio clínico, conhecer a marcha diagnóstica e abordagem terapêutica das patologias mais frequentes da Medicina Interna, reconhecer e hierarquizar as situações de maior gravidade, com necessidade de intervenção urgente ou emergente, e integrar a pesquisa e a comunicação como ferramentas fundamentais e transversais à prática clínica. A maior parte do tempo foi passado no Serviço de Medicina 2.1, na ala das mulheres, onde no total observei 27 doentes e desempenhei diversas funções. Todos os dias acompanhei os doentes a mim atribuídos, realizei repetidamente a colheita de história clínica dirigida às queixas do doente, elaborei notas de alta, registo de diários clínicos, pedido de exames complementares de diagnóstico, e prescrição e ajuste da terapêutica. Participei, em conjunto com os restantes elementos da equipa, na discussão diária da situação clínica e social de cada doente, e das decisões a serem tomadas. Relativamente a procedimentos realizados, efetuei punções venosas e arteriais, e auxiliei na administração de broncodilatadores através de dispositivo com câmara expansora em doentes exacerbados. Assisti a técnicas diagnósticas, nomeadamente realização de eletrocardiograma, de punção lombar e zaragatoa nasofaríngea. Acompanhei a Dr.ª Cláudia Janeiro no SU do Hospital de São José, onde pude colaborar de forma parcialmente autónoma na gestão dos doentes na fase aguda da sua doença. Em termos formativos, tive a oportunidade de participar na visita médica, Sessões Clínicas e aulas teórico-práticas realizadas semanalmente. Também assisti a 2 workshops, cujos temas foram “Alterações do equilíbrio ácido-base” e “Decisões de Fim de Vida”, e participei na Sessão dos Alunos, onde fiz uma apresentação sobre “Fibrilhação Atrial”. Considero que todo trabalho desenvolvido durante as 8 semanas foi extremamente útil para minha evolução. Os objetivos previamente estabelecidos foram atingidos e as minhas expectativas pessoais largamente superadas. Este foi um verdadeiro estágio profissionalizante, pois fui integrada numa equipa e foram-me atribuídas várias tarefas expetáveis de um médico recém-formado, as quais desempenhei progressivamente de forma mais autónoma. A oportunidade de integração numa equipa médica, permitiu-me observar diariamente o trabalho de equipa, a comunicação e entreajuda, aptidões que aplicarei no futuro. O acompanhamento diário do doente permitiu trabalhar os pontos essenciais para estabelecimento de uma relação médico-doente, como a comunicação empática e escuta ativa.

Reflexão Crítica

No final do 6º ano do MIM urge a necessidade de uma análise retrospectiva da experiência que tive ao longo desse período, incluindo a análise da organização global do programa curricular do MIM na NMS|FCM, descrevendo particularmente o EP do 6ºano, a sua pertinência, o cumprimento dos objetivos propostos, os pontos a destacar de cada estágio parcelar e outras atividades desenvolvidas no 6º ano.

O trabalho desenvolvido e as experiências que vivi ao longo dos 6 anos do curso, dotaram-me de **competências básicas**, na medida em que me permitiu desenvolver o meu raciocínio clínico e ser mais confiante na tomada de decisões em relação ao doente, de **competências sociais**, pois considero ter evoluído do ponto de vista comunicacional e relacional, e de **competências pessoais**, uma vez que adquiri progressivamente mais autonomia na realização de tarefas e pesquisa, no sentido de colmatar as minhas falhas a nível do conhecimento. Esta evolução que senti só foi possível pelo modo como o programa curricular do MIM na NMS|FCM está organizado, que desde cedo possibilita o contacto do aluno com a prática clínica. O 6º ano do MIM, através dos vários estágios parcelares, integrados no Estágio Profissionalizante, contribuíram, ainda que de forma diferente, para a minha evolução como Médica e Pessoa, sendo que considero a sua realização muito pertinente para a formação dos alunos do 6ºano.

Para o 6º ano em particular e para cada estágio parcelar foram definidos os objetivos globais e específicos, respetivamente. Este exercício permitiu-me, sem dúvida alguma, obter um maior aproveitamento durante a realização de cada estágio e refletir sobre aquilo que atendeu às minhas expectativas ou, por outro lado, aquilo que poderia ter sido melhor. Com base nessa perspetiva, considero que todos os estágios contribuíram para minha formação de uma forma distinta. O Estágio Parcelar de **Saúde Mental**, tendo sido o primeiro contacto com a prática clínica de Psiquiatria, mais especificamente a Pedopsiquiatria, demonstrou explicitamente o uso da comunicação como arma terapêutica, a importância de enquadrar os sintomas do doente no seu contexto biopsicossocial e as múltiplas intervenções, como a psicológica, familiar e a nível escolar, a fim de maximizar a melhoria do doente. O Estágio Parcelar de **Medicina Geral e Familiar** foi uma experiência marcada pelas dificuldades encontradas em gerir o momento de consulta, onde várias tarefas em simultâneo tem de ser executadas. Escutar o doente e retribuir, trabalhar com um programa informático que nem sempre colabora e tomar decisões diagnósticas e terapêuticas em tempo útil, são constituintes de qualquer consulta, que traduzem assim um processo de coordenação complexo que requer tempo para ser bem executado. Considero que um maior número de consultas executadas em autonomia parcial me teria dado uma maior confiança e segurança para o fazer num futuro próximo. O Estágio Parcelar de **Pediatria** decorreu na maior parte do tempo no Internamento, onde pude contactar com as patologias mais comuns da população pediátrica e os princípios gerais de atuação das mesmas. Acredito que se o Serviço de Pediatria Médica 5.1 recebesse um menor número de alunos, teria tido mais oportunidades para testar os meus conhecimentos e realizar tarefas esperadas para um médico recém-

formado. Ainda acrescento, que este estágio se passou num momento crítico da pandemia COVID-19, o que devido às medidas de segurança implementadas, limitou o número de doentes observados em consulta e no SU. Não obstante, a minha passagem por estas duas valências hospitalares contribuiu também para a minha formação. O Estágio Parcelar de **Ginecologia e Obstetrícia** sobressaiu-se pela diversidade inerente a esta especialidade. Considero que os objetivos definidos previamente ao estágio foram globalmente cumpridos. O Estágio Parcelar de **Cirurgia** foi um estágio que permitiu consolidar muitos conhecimentos sobre abordagem de doentes no âmbito da Cirurgia Geral graças à atitude extremamente pedagógica da minha tutora. Neste contexto, pratiquei sistematicamente o exame objetivo, principalmente o exame abdominal, o que contribuiu para um ganho de sensibilidade na sua execução e correta interpretação. Ainda assim, gostaria de ter praticado procedimentos cirúrgicos simples, como suturas e técnicas de assepsia. O Estágio Parcelar de **Medicina** destacou-se pelas tarefas e responsabilidades que me foram atribuídas, que se aproximam àquelas que irei ter no Internato de Formação Geral. Considero que este foi um estágio verdadeiramente profissionalizante, que mais me fez crescer do ponto de vista Médico e Pessoal, pois o acompanhamento diário dos doentes permitiu uma maior proximidade do doente, isto é, estabelecimento de uma relação de confiança dando espaço para a exposição das preocupações do mesmo. Todos os trabalhos realizados em cada estágio contribuíram para o treino de competências comunicacionais e de pesquisa, ferramentas essenciais na prática médica.

Durante o presente ano letivo, assisti a uma variedade de palestras, relativas a temas de caráter tecnológico, clínico, responsabilidade social, desafios e estratégias adotadas face à pandemia. Estas palestras foram realizadas via Zoom, uma vez que decorreram num período de suspensão de atividades presenciais. Todas contribuíram para um ganho de conhecimento sobre os temas abordados. Em anexo encontram-se os Certificados de Participação das palestras e curso TEAM, encontrando-se ainda em anexo uma tabela com uma breve descrição de cada atividade (Anexo 4).

Acrescento ainda, ter realizado voluntariado na Associação *Re-food*, por ter sido uma mais-valia para mim. As funções que desempenhei nesta atividade consistiriam na preparação, repartição e entrega de refeições a pessoas e famílias carenciadas. Esta atividade permitiu-me trabalhar o espírito de equipa, a capacidade de integração num novo meio social, o desenvolvimento de novas relações interpessoais, a comunicação empática e senso de responsabilidade social, ferramentas essenciais à prática médica.

Finalizo este relatório, agradecendo a todas as pessoas que me apoiaram e contribuíram para eu ser quem sou hoje. Aos meus pais e irmãos pelo amor incondicional. Aos amigos pelo companheirismo. Aos tutores, por todo o tempo que me dedicaram, conhecimento que me transmitiram, e por me inspirarem com o exemplo de profissionalismo. Aos doentes que por mim passaram, os quais constituíram uma peça fundamental para a minha aprendizagem.

ANEXOS

1. Cronograma do Estágio Profissionalizante

Estágio Parcelar	Regente	Período de Estágio	Local	Tutor
Saúde Mental	Prof. Doutor Miguel Talina	7 de setembro a 2 de outubro de 2020	Clínica do Parque	Dr.ª Cristiana Marques
Medicina Geral e Familiar	Prof. Doutor Daniel Pinto	6 a 30 de outubro de 2020	USF de Areeiro	Dr.ª Mariana Lemos
Pediatria	Prof. Doutor Luís Varandas	2 a 27 de novembro de 2020	Hospital de Dona Estefânia	Dr. Bessa Almeida
Ginecologia e Obstetrícia	Prof.ª Doutora Teresinha Simões	30 de novembro de 2020 a 8 de janeiro de 2021	Hospital de São Francisco Xavier	Dr.ª Helena Pereira
Cirurgia	Prof. Doutor Rui Maio	18 de janeiro a 12 de março de 2021	Hospital Beatriz Ângelo	Dr.ª Susana Ourô
Medicina	Prof. Doutor Fernando Nolasco	15 de março a 14 de maio de 2021	Hospital Santo António dos Capuchos	Dr.ª Cláudia Neves

2. Trabalhos Realizados nos Estágios Parcelares

Estágio Parcelar	Tema	Breve descrição	Autores
Medicina Geral e Familiar	<p>Análise de Decisão Clínica- Abordagem do doente com Síncope</p> <p>Caso Clínico- Gestão do doente com múltiplas comorbilidades</p>	<p>Para a análise de decisão clínica seleccionei um caso clínico real, de uma jovem de 20 anos que recorreu à consulta de Doença Aguda por episódio de Síncope. Nesse contexto, surgiu a necessidade de rever quais os exames complementares de diagnóstico que devem ser requisitados na avaliação inicial do doente com síncope.</p> <p>Em relação ao caso clínico, apresentei um caso de um doente do sexo masculino, de 64 anos, com múltiplos fatores de risco cardiovasculares e uma elevada carga de doença musculoesquelética, tendo constituído um exemplo dum grande parte dos doentes observados em consulta de MGF. Desta forma, considerei essencial a análise da gestão deste doente, o que motivou à apresentação deste caso clínico.</p>	Cristiana Costa
Pediatria	<p>Terapêuticas Inovadoras na Atrofia Muscular Espinhal</p>	A ideia para este trabalho surgiu a propósito de um caso clínico de uma latente de 7 meses com diagnóstico de Atrofia Muscular Espinhal, candidata a uma das terapêuticas inovadoras para esta patologia.	Beatriz Figueiredo, <u>Cristiana Costa</u> e Rita Ponte
Ginecologia e Obstetrícia	Endometriose	Este trabalho consistiu numa revisão desta patologia ginecológica, com foco nas manifestações clínicas, diagnóstico e tratamento, tendo por base o artigo de revisão, "Endometriosis", publicado na revista <i>The NEW ENGLAND JOURNAL of MEDICINE</i> .	Ana Luísa Sousa e <u>Cristiana Costa</u>
Cirurgia	<i>Tail(gut) as old as time</i>	Este trabalho consistiu na apresentação de um caso clínico, de uma jovem de 19 anos, diagnosticada com Hamartoma quístico retrorretal/ <i>Tailgut Cyst</i> , submetida a ressecção cirúrgica do tumor isquiorretal esquerdo via	Bernardo Belchior, <u>Cristiana Costa</u> , Filipa Pinto

		posterior <i>Kraske</i> . Este caso clínico destacou-se pela baixa frequência dos tumores retrorretais e da abordagem cirúrgica realizada.	e Rita Ribeiro
Medicina	Fibrilhação Atrial	O propósito deste trabalho consistiu na revisão das novas recomendações para controlo de frequência e ritmo tendo por base as <i>Guidelines</i> de 2020 da Sociedade Europeia de Cardiologia e ainda apresentação e discussão do estudo <i>EAST-AFNET 4</i> .	Bernardo Resende, <u>Cristiana Costa</u> e Rafael Pires

3. Caracterização dos aspetos positivos e negativos de cada estágio parcelar

Estágio parcelar	Aspetos positivos	Aspetos negativos
Saúde Mental	<ul style="list-style-type: none"> Realizei o registo de observação de consulta, tendo desta forma praticado a avaliação do estado mental; Participei na Consulta de Psicologia, onde interagi com a criança. Nestas consultas observei crianças com dificuldade de aprendizagem e a realização de testes para avaliar a dificuldade específica. 	
Medicina Geral e Familiar	<ul style="list-style-type: none"> Permitiu consolidar os conhecimentos adquiridos no 5º ano do MIM, na unidade curricular de MGF; Pratiquei sistematicamente o exame objetivo da grávida, da criança em cada faixa etária, o exame ginecológico, o exame físico musculoesquelético e neurológico; Realizei procedimentos diagnósticos e terapêuticos, como as colpocitologias e elaboração de receituário, e elaborei certificados de incapacidade temporária. 	<ul style="list-style-type: none"> Apenas realizei uma consulta com autonomia parcial.
Pediatria	<ul style="list-style-type: none"> Permitiu contactar com as principais patologias pediátricas e perceber a gestão das mesmas; Realização de história clínica e trabalho como parâmetros de avaliação. 	<ul style="list-style-type: none"> Foi um estágio mais observacional com limitação nas atividades realizadas individualmente; Observei apenas 5 crianças na consulta de Pediatria Geral e 10 no

		SU.
Ginecologia e Obstetrícia	<ul style="list-style-type: none"> • Realização do <i>Workshop “The Woman”</i> • Foi um estágio muito prático e nada monótono, tendo em conta as diversas atividades realizadas em 4 semanas. 	
Cirurgia	<ul style="list-style-type: none"> • Pratiquei a colheita de anamnese e exame objetivo dirigida às queixas do doente; • Aperfeiçoei principalmente o exame físico abdominal, com ajuda da minha tutora; • Desenvolvi o raciocínio clínico; • Observei pedidos de colaboração com a cirurgia vascular, a realização de <i>Eco-Doppler</i> dos membros inferiores; • Participei na interpretação de exames imagiológicos, maioritariamente de Tomografias Computadorizadas de abdómen; • Realização do minicongresso. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tempo de permanência no hospital foi limitado; • Não realizei procedimentos cirúrgicos, nem técnicas de assepsia; • Observei poucos doentes em consulta com patologia cirúrgica benigna.
Medicina	<ul style="list-style-type: none"> • Estabeleci um contacto mais próximo com o doente, na medida em que, o acompanhamento diário permitiu-me estabelecer uma relação mais próxima daquilo que é uma relação médico-doente baseada no estabelecimento de confiança; • Neste estágio, tive a oportunidade de transmitir os meus conhecimentos aos alunos do 3º ano do MIM, o que me permitiu confrontar com os meus 	

	<p>conhecimentos que são mais sólidos e aqueles que precisam de ser aprofundados, e ainda valorizar mais a partilha de informação para evolução comum;</p>	
--	--	--

4. Caracterização dos elementos valorativos

Elementos Valorativos	Caraterização
Impacto da COVID-19 nos Hospitais	Nesta palestra foram abordadas as principais mudanças no ambiente hospitalar como consequência da pandemia COVID-19, a gravidade da situação que se enfrenta e, outros temas, como a vacinação e o atraso da informação científica.
Formação <i>Hands-On</i>	Esta atividade tratou-se da realização de um estudo, com o objetivo de avaliar a eficácia do ensino prático em nutrição no conhecimento dos estudantes do 6ºano do MIM da NMS FCM sobre o aconselhamento alimentar a doentes com Diabetes <i>mellitus</i> tipo 2 (DM2) e doença cardiovascular (DCV), bem como a adesão dos estudantes à Dieta Mediterrânica. A atividade decorreu num período de 4 semanas, onde participei em duas entrevistas relativas aos meus hábitos alimentares, respondi a questionários sobre recomendações nutricionais para doentes com DM2 e DCV, e assisti a 4 sessões práticas, realizadas através da plataforma online, Zoom.
Medicina em Cenário de Guerra	Nesta formação foi apresentada a experiência pessoal de um médico cirurgião sobre exercer Medicina em países que se encontram em conflito armado, as dificuldades inerentes ao contexto, e os requisitos teóricos, práticos e humanos para adaptação a esse cenário.
Curso TEAM	A componente prática do curso TEAM, decorreu no edifício da biblioteca da NMS FCM, tendo possibilitado o treino prático de técnicas fundamentais para a abordagem do doente em

	contexto de trauma, como colocação do doente em plano duro, colocação de acesso venoso periférico, colocação de acesso intraósseo e abordagem da via aérea.
Saúde Digital- A Inovar para Transformar	Nesta palestra foi abordado o conceito de Saúde Digital, os benefícios associados à aplicação da tecnologia em Saúde, aos diferentes contextos a que se aplicam e as limitações associadas.
O Doente Idoso	Nesta palestra foram apresentadas as características da população idosa portuguesa, que tornam desafiante a interação do médico com o doente nesta faixa etária.
Teleconsulta ao Idoso	Nesta palestra foram abordados os benefícios da teleconsulta, em contexto de pandemia COVID-19, e as principais limitações da sua realização à população idosa.
Vacinação: Presente e Futuro	Esta atividade consistiu em duas mini-palestras a primeira abordou o tema “Investigação em Vacinação” e a segunda incidiu sobre a “Vacinação do HPV em rapazes”.
Desigualdades em Saúde: a realidade da medicina em países em desenvolvimento	Foram abordados os principais desafios de Medicina num país em desenvolvimento, nomeadamente Angola.
O Papel da Imagiologia	Nesta palestra foram discutidos vários casos clínicos, com necessidade de requisição de radiografia de tórax, sendo que os alunos puderam praticar e aprofundar a descrição e interpretação deste exame imagiológico.

5. Certificados de participação nas diferentes atividades

a. Impacto da COVID-19 nos Hospitais



Impacto da COVID-19 nos Hospitais Portugueses

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Patrícia Sousa Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15382483

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5fe8e7965fdcd

Evento

Impacto da COVID-19 nos Hospitais Portugueses

29-12-2020 21:00 → 29-12-2020 23:00 - Duração: 2 horas

É já no dia 29 de Dezembro, pelas 21h, que se realiza mais uma formação do MarcaMundos, com a temática "Impacto da COVID-19 nos Hospitais Portugueses".

Trazemos-te o **Dr. Gustavo Carona**, médico anestesista, para um testemunho sobre realidade que se vive atualmente nos nossos hospitais e a gravidade da situação que se enfrenta, bem como sobre outras temáticas, como a vacinação e o combate à desinformação científica.

aefcm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico

b. Formação *Hands-On*



Formação *Hands-On*

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15382483

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-605e5a3044f11

Evento

Formação *Hands-On*

15-04-2021 15:00 → 26-04-2021 19:00 - Duração: 8 horas

És aluno do 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina? Tens interesse em ter uma experiência mais prática no âmbito da Nutrição e Culinária? Gostavas de melhor conseguir aconselhar doentes com doenças cardiovasculares ou diabetes mellitus tipo 2?

Se respondeste afirmativamente a estas questões, então esta formação é para ti!

aeform.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico

c. Medicina em Cenário de Guerra



Medicina em Cenário de Guerra

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15382483

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6061fc7ca00e9

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.

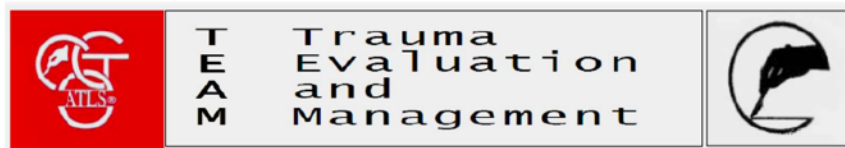
Nesta formação vamos abordar a sua vivência pessoal como médico de missões humanitárias, bem como os requisitos teóricos, práticos e humanos para esses mesmos contextos.

aeform.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico

d. Curso TEAM

MedSim
NOVA Medical Simulation Centre

NOVA MEDICAL SCHOOL FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS
UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA



Certificado

Pelo presente se certifica que

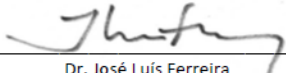
CRISTIANA PATRÍCIA SOUSA COSTA

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado no dia 07 de Maio de 2021.

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



Professor Doutor Rui Maio
Regente U.C. Cirurgia Estágio



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

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

e. Saúde Digital- A Inovar para Transformar



Saúde Digital - A Inovar para Transformar

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15382483

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-606cc6b19a290

Evento

Saúde Digital - A Inovar para Transformar

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

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

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

aeferm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico

f. O Doente Idoso



O Doente Idoso

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15382483

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6074a805bbe2e

Evento

O Doente Idoso

14-04-2021 18:00 → 14-04-2021 19:30 - Duração: 1:30 horas

Se és aluno de ano clínico e consideras desafiante lidar com o doente idoso durante o estágio, organizamos esta palestra a pensar em ti!

Convidamos a Professora Doutora Helena Canhão, regente da cadeira "O Doente Idoso", para nos vir falar sobre a importância do conhecimento das particularidades deste grupo de doentes e capacitar os estudantes para serem capazes de interagir e avaliar globalmente o doente geriátrico.

g. Teleconsulta ao Idoso

TELECONSULTA AO IDOSO

21 de Abril 18h30-20h00
Oradora: Dra. Ana Rita Maria

aefml AEFCM cuf

cuf tejo | aefcm
SAÚDE PORTA A PORTA

Teleconsulta ao Idoso

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15382483

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-607c3ac11f2d7

Evento

Teleconsulta ao Idoso

21-04-2021 18:30 → 21-04-2021 20:00 - Duração: 1:30 horas

A pandemia desafiou a prática médica do dia a dia a que tanto estávamos habituados e, como consequência, todos tivemos de nos adaptar. Hoje damos-te a oportunidade de descobrires mais sobre esta forma agora tão importante de acompanhamento aos nossos idosos: a teleconsulta. Junta-te a nós e à Dra. Ana Rita Maria, especialista de Medicina Geral e Familiar, dia 21 de Abril às 18h30!

As inscrições abrem no UpEvents dia 17 de Abril, às 21h.

h. Vacinação: Presente e Futuro



Vacinação: Presente e Futuro

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15382483

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6080a232ed403

AS ATIVIDADES FREQUENTADAS ENCONTRAM-SE NA PÁGINA SEGUINTE

i. **Desigualdades em Saúde: a realidade da medicina em países em desenvolvimento**



DESIGUALDADES EM SAÚDE
a realidade da medicina em países em desenvolvimento

Desigualdades em Saúde: a realidade da medicina em países em desenvolvimento

— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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



QR code

NOME
Cristiana Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO
15382483

CÓDIGO DE CERTIFICADO
C-60841c00551b9

Evento

Desigualdades em Saúde: a realidade da medicina em países em desenvolvimento
28-04-2021 18:00 → 28-04-2021 19:30 - Duração: 1:30 horas

Sabias que os 10 países com maiores taxas de mortalidade infantil ficam em África e que a pneumonia, a diarreia e a malária continuam a ser as principais causas de morte entre crianças menores de cinco anos neste continente? Gostavas de compreender quais são os principais desafios de exercer medicina num país em desenvolvimento? Vem esclarecer todas as tuas dúvidas com a Dr^a Yala Almeida, médica pediatra a exercer em Angola.

aebcm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico

j. O Papel da Imagiologia



O Papel da Imagiologia

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Cristiana Costa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15382483

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-608ea587bd7e6

Evento

O Papel da Imagiologia

03-05-2021 18:30 → 03-05-2021 20:00 - Duração: 1:30 horas

Todos sabemos que a Imagiologia é uma importante ferramenta na prática de Medicina.

Mas será que sabemos realmente qual é o papel dos diferentes exames de imagem? Que exames devemos pedir para chegar a um diagnóstico?

aefcm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico