

Relatório Final

Mestrado Integrado em Medicina

NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas
Universidade Nova de Lisboa



Estágio Profissionalizante | 6º ano | Ano letivo 2019/2020

Regente: Professor Dr. Rui Maio

Orientador: Professor Dr. Luís Campos

Sandra Clementina Salgado Pereira | Nº 2014350

Lisboa, Julho 2020

AGRADECIMENTOS

No culminar de uma etapa tão importante e desafiante, não podem ser esquecidos aqueles que contribuíram para que hoje possa estar aqui. Assim, agradeço **à minha mãe**, por fazer dos meus sonhos os sonhos dela e me ter permitido chegar aqui; **Ao Tiago**, por acreditar em mim mesmo quando eu duvidei, pelo apoio incondicional e por fazer deste meu percurso dele também; **Aos meus irmãos**, por me terem incentivado a perseguir o meu sonho; **Ao grupo de amigos que esta faculdade me deu**, por me mostrarem ser possível ter família mesmo longe de casa; **À Mariana**, pela orientação, por minorar sempre todos os medos e por tornar este percurso mais fácil; **A todos os tutores e professores**, por partilharem comigo os seus valiosos conhecimentos e me inspirarem a querer ser sempre melhor; **A todos os doentes** com que me cruzei por mesmo em situações difíceis me terem permitido aprender da melhor forma possível e por todas as coisas preciosas que me ensinaram.

I. Introdução e objetivos	1
II. Descrição das atividades desenvolvidas	
A. Estágio Parcelar de Cirurgia Geral	2
B. Estágio Parcelar de Medicina Interna	2
C. Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia	3
D. Estágio Parcelar de Saúde Mental	4
E. Estágio Parcelar de Medicina Geral e Familiar	4
F. Estágio Parcelar de Pediatria	5
III. Elementos valorativos	5
IV. Reflexão crítica	6
V. Anexos	9
A. Cronograma	10
B. Trabalhos realizados	10
C. Atividades extracurriculares de anos anteriores	11
D. Cursos/Conferências frequentados no presente ano	13

INTRODUÇÃO E OBJETIVOS

A finalidade da educação médica prende-se com a aquisição de um conjunto de conhecimentos e competências que permitam ao aluno, enquanto futuro médico, exercer medicina com base na ciência, tendo sempre em consideração os princípios éticos e adotando uma abordagem humanística, essencial na prática clínica. Além disso, deve estar preparado para aprender de forma independente e aperfeiçoar os seus conhecimentos e competências ao longo da vida¹. Assim, o 6º ano do Mestrado Integrado de Medicina, enquanto ano profissionalizante, surge como um componente imprescindível desta preparação. Através da integração do estudante em equipas médicas e no dia-a-dia dos serviços de saúde, permite não só a consolidação de conhecimentos teóricos e competências práticas basilares para o exercício da medicina, como também a otimização de competências sociais e humanas, fundamentais para a aquisição da tão almejada autonomia e indispensáveis para uma boa prática médica.

Os meus objetivos para este ano visam alcançar aquilo que é expectável num mestre em medicina e correspondem ao que eu considero serem alicerces fundamentais para qualquer médico. Assim, estabeleci os seguintes objetivos gerais e transversais a todos os estágios: 1) Consolidar conhecimentos teóricos e conseguir aplicá-los na prática clínica; 2) Colher uma história clínica detalhada e realizar um exame físico minucioso, sendo capaz de estabelecer hipóteses diagnósticas e respetiva abordagem; 3) Adotar sempre uma abordagem biopsicossocial, considerando os aspetos sociais, culturais e as crenças dos doentes; 4) Ser capaz de fazer recomendações no âmbito da prevenção da doença e da promoção da saúde; 5) Otimizar a capacidade de comunicação com os doentes e familiares, incluindo a transmissão de más notícias de modo adequado; 6) Aperfeiçoar a comunicação com outros profissionais de saúde e o trabalho em equipa; 7) Aplicar os princípios éticos, sabendo sempre quais os limites da minha competência.

O estágio profissionalizante engloba 6 estágios parcelares, nomeadamente Cirurgia Geral, Medicina Interna, Ginecologia e Obstetrícia, Saúde Mental, Medicina Geral e Familiar e Pediatria, tendo uma duração total de 32 semanas. O presente relatório tem como finalidade descrever as atividades desenvolvidas em cada um destes estágios bem como outras atividades que considero terem um impacto positivo para a minha formação. Por fim, apresento uma reflexão crítica onde abordo a concretização dos objetivos propostos e como cada estágio contribuiu para esse feito. Em anexo, apresento um cronograma deste ano profissionalizante e também certificados de participação relativos a atividades mencionadas nos elementos valorativos.

¹ Victorino, Rui Manuel et al.; ***O Licenciado Médico em Portugal | Core Graduates Learning Outcomes Project***; Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, 2005

II. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

A. ESTÁGIO PARCELAR DE CIRURGIA GERAL | Hospital Beatriz Ângelo

O meu primeiro estágio deste ano profissionalizante foi o estágio de Cirurgia Geral, decorrido entre o dia 9 de Setembro e o dia 1 de Novembro de 2019. Este iniciou-se com uma semana de sessões teóricas e teórico-práticas que culminou com o curso TEAM®- *Trauma Evaluation and Management* (Anexo D1), complemento essencial à formação de qualquer médico. O estágio englobou depois 4 semanas no serviço de Cirurgia Geral, 2 semanas de estágio opcional e 1 semana no Serviço de Urgência.

No serviço de cirurgia geral estive sob a tutoria da Dr.ª Sílvia Silva. Nestas 4 semanas observei sobretudo doentes com patologia mamária, na sua maioria maligna. Tive oportunidade de passar pelas diversas valências desta especialidade, nomeadamente consulta externa, enfermaria e bloco operatório. Desta forma, acompanhei o percurso completo do doente, incluindo a consulta pré-operatória, a realização da cirurgia e, também, o internamento e consulta pós-operatória. É importante destacar a oportunidade de observar doentes autonomamente na enfermaria, a colheita de anamnese na consulta e a realização da desinfeção cirúrgica e participação ativa no bloco operatório, como 1ª e 2ª ajudante. Nas 2 semanas de estágio opcional estive no Serviço de Medicina Intensiva. Aqui assisti todas as manhãs à passagem de turno, a qual me permitiu conhecer sempre a situação clínica de todos os doentes internados. Posteriormente, acompanhei sempre um interno no seu trabalho, tendo tido a oportunidade de observar doentes com diversas e complexas patologias e também inúmeros procedimentos. Na semana que estive no Serviço de Urgência, pude observar de forma autónoma, ainda que sempre tutelada, diversos doentes nos balcões verde e amarelo. Além disso, estive ainda no SO (serviço de observação) e na pequena cirurgia.

No minicongresso decorrido na última semana, apresentei, juntamente com as minhas colegas, o trabalho “Destino Genético”, baseado num caso clínico de cancro da mama BRCA positivo e nas estatísticas do hospital relativas a este assunto.

B. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA INTERNA | Hospital Egas Moniz

O estágio de Medicina Interna decorreu no Serviço de Medicina IA do Hospital Egas Moniz, sob orientação da Dr.ª Teresa Romão, entre o dia 4 de novembro de 2019 e o dia 10 de janeiro de 2020.

A enfermaria constituiu o principal foco deste estágio. Aqui tive oportunidade de contactar com doentes com patologias muito variadas, tendo observado maioritariamente doentes com patologia do foro respiratório, cardiovascular e génito-urinário. Observei 1 a 3 doentes por dia, ficando responsável por todas as tarefas inerentes aos mesmos, nomeadamente a realização de notas de entrada, a realização da anamnese e exame objetivo com posterior registo em diário clínico, a requisição e interpretação de análises e outros exames complementares diagnósticos, bem como a elaboração de notas de alta. De destacar que durante o estágio tive oportunidade de realizar várias gasimetrias, eletrocardiogramas e uma paracentese

e assisti ainda à colocação de um cateter venoso central e à realização de uma biópsia óssea. Além disso, fiquei sempre encarregue de falar com a família dos doentes por quem era responsável assim como com outros profissionais de saúde envolvidos com o doente, o que contribuiu para o desenvolvimento das minhas capacidades de comunicação. Importa também acrescentar que todos os dias ao início da tarde a equipa se reunia para discutir todos os doentes, tendo estas discussões se revelado importantes momentos de aprendizagem. Uma vez por semana, frequentei o Serviço de Urgência do Hospital S. Francisco Xavier no qual pude observar doentes com patologia aguda, hierarquizar hipóteses diagnósticas, realizar alguns procedimentos e ponderar a melhor abordagem terapêutica.

Durante as 8 semanas de estágio participei em variados momentos formativos. Assisti aos seminários na faculdade com os temas “Decisões de fim de vida”, abordado pela Dra. Camila Tapadinha, e “Alterações do equilíbrio ácido base”, abordado pelo Dr. Pedro Póvoa. Adicionalmente, estive presente em diversas sessões “*Med-talks*”, sessões de casos clínicos e reuniões de notas de alta, decorridas no Hospital Egas Moniz. Semanalmente participei, ainda, na reunião de serviço, na qual apresentava os doentes pelos quais era responsável. No fim do estágio, juntamente com mais duas colegas, apresentei um trabalho sobre “Hipertensão Severa Aguda”.

C. ESTÁGIO PARCELAR DE GINECOLOGIA OBSTETRÍCIA | Maternidade Alfredo da Costa

O estágio de Ginecologia e Obstetrícia decorreu entre o dia 20 de Janeiro e o dia 14 de Fevereiro de 2020. Este estágio foi dividido em 2 componentes, sendo 2 semanas dedicadas à Ginecologia e 2 semanas à Obstetrícia. Inicialmente estive em Ginecologia sob orientação da Dr.ª Carla Leitão, tendo-me sido dada a oportunidade de conhecer as diversas valências aqui existentes. Assim, assisti a consultas de ginecologia geral e consultas de patologia do pavimento pélvico, nas quais pude realizar exame ginecológico com palpação bimanual, colocação de espéculo e colheita de citologia. A minha formação foi ainda complementada com a passagem pela Medicina de Reprodução, pela observação de ecografias ginecológicas e pela observação de diversas cirurgias ginecológicas no bloco operatório. Nas últimas duas semanas estive em Obstetrícia sob tutoria da Dr.ª Sofia Rodrigues. Neste período, assisti a consultas de vigilância normal da gravidez, a consultas de gravidez de alto risco e, também, a consultas de gravidez gemelar. Em todas estas consultas, tive possibilidade de interpretar cardiotocografias, medir alturas uterinas, ouvir o batimento cardíaco, fazer a colheita de exsudado vaginal e retal para pesquisa de *Streptococcus* grupo B e, por algumas vezes, fazer toque vaginal. A minha passagem pela obstetrícia incluiu ainda a consulta de hipertensão na grávida, o internamento materno-fetal e o bloco operatório, onde assisti a diversas cesarianas. Semanalmente estive no Serviço de Urgência no qual contactei com patologias agudas muito variadas da mulher não grávida e grávida, permitindo uma melhor estratificação de hipóteses

diagnósticas e respetivas abordagens terapêuticas nesta população. Aqui tive também a oportunidade de examinar mulheres em trabalho de parto e assistir a inúmeros partos vaginais.

Durante as semanas que estive na Maternidade Alfredo da Costa aconteceu o Dia Internacional da Tolerância Zero à Mutilação Genital Feminina, sendo que nesse dia assisti a uma conferência intitulada “Diz Não à Tradição”. No final do estágio, fiz uma apresentação junto com as minhas colegas sobre “Anomalias Müllerianas”, com base num caso observado em consulta.

D. ESTÁGIO PARCELAR DE SAÚDE MENTAL | Hospital Egas Moniz

O meu estágio de Saúde Mental decorreu entre o dia 17 de Fevereiro e 13 de Março de 2020, sob a orientação da Dr.ª Filipa Prates e da Dr.ª Ana Rita Moura. Tendo em conta a suspensão dos estágios devido ao COVID-19, este teve duração de 3 semanas ao invés das normais 4 semanas.

A psiquiatria de ligação constituiu uma parte importante do meu estágio. Esta visa dar resposta aos pedidos de colaboração por colegas de outras especialidades para doentes internados por outras patologias orgânicas, com concomitância de patologia psiquiátrica, muitas vezes agudizada por estas patologias. De forma complementar, estive por diversos dias no internamento, no qual observei patologias psiquiátricas graves, em doentes maioritariamente encaminhados do serviço de urgência. Aqui participei, também, nas diversas reuniões de serviço em que era discutida a situação clínica de cada doente. Tive ainda a possibilidade de assistir a consultas externas de psiquiatria geral, nas quais pude observar doentes com patologias variadas, na sua maioria estáveis e integrados socialmente e a consultas de psicogeriatria no Lar S.José, tendo aqui observado essencialmente doentes com demência. Semanalmente, frequentei o Serviço de Urgência do Hospital S.Francisco Xavier que constituiu um local privilegiado pela possibilidade de observação de doentes com patologia aguda e descompensada.

Ao longo do estágio, assisti também a sessões de eletroconvulsivoterapia e estive presente em um seminário sobre a História da Psiquiatria. Tive ainda a oportunidade de realizar entrevista a um doente com Perturbação Bipolar e fazer a respetiva história clínica.

E. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR

O estágio de Medicina Geral e Familiar decorreu entre o dia 16 de Março e o dia 17 de Abril de 2020. Devido à pandemia decorrente, este estágio não teve componente prática. Assim, ao longo dessas 4 semanas, realizei diversas atividades, nomeadamente a resolução de um caso clínico disponibilizado, com resposta a perguntas dirigidas sobre a anamnese e o exame objetivo a serem realizados e consequente proposta terapêutica. Tendo por base o mesmo caso clínico, fiz a análise de um pedido de exame complementar de diagnóstico, abordando qual a justificação para o mesmo com base em normas atuais e também qual a informação que deve ser explicada ao doente. De modo complementar, assisti a vários

vídeos de consultas e fiz uma análise destas, com base no modelo da consulta. Estas tarefas incluíram também a frequência de alguns cursos da Organização Mundial de Saúde. Todas estas atividades foram descritas e incorporadas num portfólio final, que culminou com uma análise crítica destas semanas. Nos últimos dias, teve lugar o Mini-Congresso, no qual apresentei um trabalho no âmbito da saúde do adulto intitulado “Tenho comichão nas Virilhas”.

F. ESTÁGIO PARCELAR DE PEDIATRIA

O estágio de Pediatria decorreu entre o dia 20 de Abril e 15 de Maio de 2020. Tal como Medicina Geral e Familiar, aconteceu na altura da pandemia e, por isso, não inclui componente prática. Durante estas semanas, escrevi um artigo de revisão sobre Meningite Bacteriana na criança. Abordei a epidemiologia, a etiologia, as manifestações clínicas, o diagnóstico e o tratamento, tendo sempre em conta as diferenças entre os recém-nascidos e as crianças mais velhas. No último dia, apresentei, juntamente com três colegas, um trabalho sobre sépsis em idade pediátrica, no qual abordamos a etiologia, as manifestações clínicas, o diagnóstico e a abordagem quer na 1ª hora, quer nas horas seguintes na unidade de cuidados intensivos pediátricos. Durante estas semanas, ocorreram ainda sessões teóricas e de casos clínicos sobre diversos temas organizadas pelo regente da unidade curricular. Estas mostraram-se de elevada utilidade para a preparação para a Prova Nacional de Acesso.

III. ELEMENTOS VALORATIVOS

Ao longo dos 6 anos de curso, tentei complementar a minha formação com diversas atividades extracurriculares, nomeadamente no âmbito do voluntariado, tendo participado pontualmente no apoio aos sem-abrigo (Anexo C1). Além disso, durante o 4º ano frequentei um curso de Inglês no Instituto de Línguas da Universidade Nova de Lisboa (Anexo C2), de modo a desenvolver e aperfeiçoar as minhas capacidades comunicativas nesta língua que considero ser fundamental para a prática médica numa sociedade tão global. No Verão entre o 4º e o 5º ano, realizei um estágio Medicina Interna no Hospital Nossa Senhora da Oliveira, em Guimarães (Anexo C3). Sendo nesta especialidade que desde o início do contacto clínico prevejo o meu futuro, considere importante conhecer a sua realidade num ambiente diferente.

No decorrer deste ano, procurei participar em congressos e palestras de forma a melhorar o meu conhecimento em alguns temas científicos e também aprender mais sobre temas não abordados na faculdade, com importância acrescida nos dias de hoje. Assim, participei nos “Encontros da academia: Arritmologia para não electrofisiologistas”, na “Mesa Redonda: Emergências Éticas” organizada pela Associação de Estudantes, nas “Jornadas de Cardiologia de Lisboa Ocidental”, nas “II Jornadas de Medicina Geral e Familiar” e na palestra “Diz Não à Tradição”, no âmbito do Dia Internacional da Tolerância Zero à

Mutilação Genital Feminina (anexos D2 a D6). Esta participação estendeu-se ao período de quarentena, no qual assisti a algumas palestras por videoconferência, nomeadamente “Prescrição Social de A a Z”, “Burnout em Medicina”, “Medicina de Catástrofe e Emergência” e “Ser Médico no Hospital Prisional” (Anexos D7 a D10). Durante a pandemia, tentei manter-me atualizada com informação fidedigna tendo assistido a 3 webinars, 2 promovidos pela Ordem dos Médicos sobre a organização dos serviços de Medicina Intensiva e Serviço de Urgência do Hospital São João no Porto e 1 organizado pela Sociedade Portuguesa de Pneumologia sobre questões clínicas e epidemiológicas do Covid-19. Além disso, a partir do dia 4 de Maio, realizei voluntariado no Hospital de Braga. Este consistiu na disponibilização de solução alcoólica para desinfecção das mãos, fornecimento de máscara cirúrgica e medição da temperatura corporal a profissionais e utentes. Apesar de esta tarefa não requerer conhecimentos diferenciados, penso ter sido uma mais-valia uma vez que me permitiu ser útil num tempo crítico para a sociedade e, em particular, para os hospitais.

IV. REFLEXÃO CRÍTICA

Concluído este ano profissionalizante, é altura de refletir não só nos progressos alcançados, mas também naqueles que serão um objetivo daqui em diante. Este foi um ano de aprendizagem e evolução constantes. Aqui chegada, considero que os objetivos que delineei foram globalmente cumpridos, com um contributo especial de cada estágio parcelar.

Este ano profissionalizante foi fundamental para **consolidar conhecimentos teóricos e conseguir aplicá-los na prática clínica**, uma vez que ao longo de todos os estágios adaptei o meu estudo regular às situações observadas no dia-a-dia, obtendo, assim, uma melhor integração da teoria com a prática. De destacar aqui o importante papel de alguns estágios, tal como Medicina Interna, Ginecologia e Obstetrícia e Saúde Mental, em que houve tempo dispensado pelos tutores para, por várias vezes, explicar a teoria implicada em determinada situação clínica, ajudando-me a desenvolver o meu raciocínio clínico. Contudo, considero que o facto de não ter atividade clínica de Medicina Geral e Familiar e Pediatria constitui uma lacuna na integração de componentes teóricos em determinadas situações clínicas, lacuna essa que pretendo colmatar no Ano de Formação Geral. Ao longo deste ano desenvolvi também a minha capacidade de **colher uma história clínica detalhada e realizar um exame físico minucioso, sendo capaz de estabelecer hipóteses diagnósticas e respetiva abordagem** com maior segurança e convicção. Para tal, foi crucial o estágio de Medicina Interna pela oportunidade de acompanhar doentes de forma autónoma, ainda que sempre supervisionada, permitindo-me pensar sobre as diversas situações clínicas. A passagem pelo serviço de urgência nos diferentes estágios parcelares contribui, também, para alcançar este objetivo.

Ao longo do curso desenvolvi a convicção de que não podemos abordar os doentes de forma focada apenas na sua patologia atual e, deste modo, um dos meus objetivos consistia na consolidação da

capacidade de **adotar uma abordagem biopsicossocial, considerando os aspetos sociais, culturais e as crenças dos doentes**. O estágio de Cirurgia Geral foi fundamental para atingir este objetivo. Neste tive sobretudo contacto com patologia maligna e estes aspetos tornaram-se ainda mais fundamentais, por exemplo, na escolha do tratamento. Aprendi que aquilo que nós consideramos a melhor solução nem sempre é o que o doente quer para si e, por isso, temos de estar cientes de que estamos a tratar em primeiro lugar o doente, e não a doença. O estágio de Ginecologia e Obstetrícia foi também essencial pelo contacto frequente com doentes com culturas e crenças diferentes, assim como o de Psiquiatria, em que se torna imprescindível olhar para todos os aspetos inerentes ao doente. Também o estágio de Medicina Interna assumiu um papel importante, uma vez que as questões do âmbito social eram frequentemente o problema principal dos doentes e, muitas vezes, o mais difícil de solucionar.

No que concerne a ser capaz de **fazer recomendações no âmbito da prevenção da doença e da promoção da saúde**, considero que os estágios de Cirurgia Geral, Ginecologia e Obstetrícia e Medicina Interna foram importantes para o desenvolvimento desta competência pela relevância dada aos rastreios populacionais e à promoção da saúde. Ainda assim, penso que esta é a maior lacuna deste ano profissionalizante, pois atribuo esta competência principalmente à Medicina Geral e Familiar e, apesar de já termos tido este estágio no 5º ano, a vivência deste estágio no 6º ano é diferente pela maior autonomia normalmente dada. Esta é uma falha que penso preencher com um estudo mais aprofundado sobre o assunto e um maior enfoque no Ano de Formação Geral.

A **otimização da capacidade de comunicação com os doentes e familiares, incluindo a transmissão de más notícias de modo adequado** era um dos objetivos primordiais para mim. Julgo que esta foi uma temática na qual alcancei uma grande evolução neste ano, sobretudo pela independência, ainda que sempre tutelada, que me foi dada em Medicina Interna. A responsabilização por todos os assuntos do doente, incluindo a comunicação de resultados/diagnósticos e as conversas com a família permitiram que eu aprendesse a adaptar a comunicação consoante a pessoa e possibilitaram o aperfeiçoamento da minha sensibilidade para reportar notícias menos boas, sempre ciente de que os doentes são donos da sua informação e de que esta lhe é devida. O estágio de Cirurgia Geral exerceu igualmente um papel fundamental no desenvolvimento da capacidade de dar más notícias, por me ter permitido observar a reação das pessoas a diversas formas de o fazer. O estágio de Saúde Mental teve, da mesma forma, um papel relevante nesta temática, pelo relevo dado à comunicação com a família. Além disso, também a **comunicação com outros profissionais de saúde e o trabalho em equipa** foi profundamente desenvolvida este ano. Mais uma vez, o estágio parcelar de Medicina Interna contribui em grande parte para este feito pelo contacto diário com a equipa de enfermagem e pelo contacto pontual com a assistente social, com a fisioterapeuta e com profissionais de outras especialidades. O trabalho em equipa revelou-se de extrema importância, salientado a discussão diária de todos os doentes neste estágio

de Medicina Interna e também a abordagem por equipas multidisciplinares a todos os doentes no estágio de Cirurgia Geral.

Este ano mostrou-se ainda fulcral para **conhecer os princípios éticos na abordagem a um doente, sabendo sempre quais os limites da minha competência**. Para tal, contribuíram todos os estágios parcelares, pela observação de como os profissionais que eu acompanhei lidavam com os doentes e com as famílias, que muitas vezes nos colocam perante questões éticas importantes. Adicionalmente, aprendi que assumirmos aquilo que não sabemos é uma importante prova de conhecimento.

Em relação ao contributo das atividades extracurriculares realizadas ao longo deste ano para o cumprimento destes objetivos, importa destacar o **voluntariado no Hospital de Braga** durante o período da pandemia. A participação neste voluntariado resultou sobretudo da ânsia sentida por estar em casa numa altura tão crítica para a sociedade e para a área da saúde. Além de me permitir ajudar, este voluntariado revelou-se, inesperadamente, um contributo para a consolidação dos objetivos acima descritos uma vez que tive a possibilidade de exercer alguma **educação para a saúde** no que concerne à correta desinfeção das mãos e à correta utilização da máscara, pontos tão importantes na nossa vida atual. Além disso, permitiu-me contactar com diversas pessoas e, assim, desenvolver as minhas **capacidades de comunicação**, com o desafio acrescido de serem pessoas muitas vezes assustadas e com inúmeras dúvidas.

Para concluir, gostaria de destacar o estágio de Medicina Interna como elemento central da minha evolução neste ano, não só no que diz respeito aos conhecimentos teóricos e competências práticas, mas também e, especialmente, no que concerne a considerar o bem-estar do doente como prioridade e dar todos os dias o melhor de nós para o alcançar. Neste estágio, aprendi que nem sempre é possível curar e que o fazer bem e a obstinação terapêutica estão separados por uma linha muito ténue. A recetividade e a disponibilidade demonstradas diariamente fizeram com que eu quisesse ser melhor a cada dia. Este estágio reforçou a convicção que construí ao longo destes 6 anos de curso, que consiste na ideia de que a médica que um dia serei depende em grande parte dos tutores que se cruzaram no meu caminho e dos seus ensinamentos.

Termino esta etapa com alegria e sensação de dever cumprido, por me ter esforçado e dedicado para aqui chegar com as melhores competências e conhecimentos possíveis, alcançando praticamente todos os objetivos a que me propus. Esta alegria acompanha-se também de um ligeiro nervosismo, talvez pela certeza de que o fim deste percurso é o início de uma etapa ainda mais desafiante, de constante evolução e aprendizagem. Apesar da certeza de que agora começa o maior desafio, considero que, em comparação com o primeiro dia deste estágio profissionalizante, estou hoje muito mais convicta das minhas capacidades como futura médica, estando, deste modo, grata por todas as oportunidades que me foram dadas ao longo deste ano.

IV. ANEXOS

A. Cronograma – ano letivo 2019/2020

B. Trabalhos realizados – ano letivo 2019/2020

C. Atividades extracurriculares de anos anteriores

1. Voluntariado Apoio aos Sem-abrigo – AEFCM (2017)
2. Curso de Inglês – Instituto de Línguas da Universidade Nova de Lisboa (2017/2018)
3. CEMEF (Curto Estágio Médico em Férias)

Medicina Interna Hospital - Nossa Senhora da Oliveira (2018)

D. Cursos e Conferências frequentados no presente ano letivo

1. Curso TEAM® (Setembro 2019)
2. Encontros da academia: Arritmologia para não electrofisiologistas – dúvidas do dia-a-dia - Sociedade Portuguesa de Cardiologia (Setembro 2019)
3. Mesa Redonda: Emergências Éticas – AEFCM (Outubro 2019)
4. Jornadas de Cardiologia de Lisboa Ocidental (Outubro 2019)
5. II Jornadas de Medicina Geral e Familiar – Hospital CUF Descobertas (Outubro 2019)
6. Dia Internacional da Tolerância Zero à Mutilação Genital Feminina “Diz Não à Tradição” – Maternidade Alfredo da Costa (Fevereiro 2020)
7. Prescrição Social de A a Z – AEFCM (Abril 2020)
8. *Burnout* em Medicina – AEFCM (Abril 2020)
9. Medicina de Catástrofe e Emergência – AEFCM (Abril 2020)
10. Ser Médico no Hospital Prisional – AEFCM (Maio 2020)

ANEXO A. CRONOGRAMA ANO LETIVO 2019/2020

Estágio Parcelar	Data do estágio	Local de estágio	Tutor(es)
Cirurgia Geral	09/09/2019 a 01/11/2019	Hospital Beatriz Ângelo	Dr.ª Sílvia Silva
Medicina Interna	04/11/2019 a 10/01/2020	Hospital Egas Moniz (Medicina IA)	Dr.ª Teresa Romão
Ginecologia Obstetrícia	20/01/2020 a 14/02/2020	Maternidade Alfredo da Costa	Dr.ª Carla Leitão Dr.ª Sofia Rodrigues
Saúde Mental	17/02/2020 a 13/03/2020	Hospital Egas Moniz	Dr.ª Filipa Prates Dr.ª Ana Rita Moura
Medicina Geral e Familiar	16/03/2020 a 17/04/2020		
Pediatria	20/04/2020 a 15/05/2020		

ANEXO B. TRABALHOS REALIZADOS ANO LETIVO 2019/2020

Estágio Parcelar	Trabalhos realizados
Cirurgia Geral	“Destino Genético” Caso clínico de cancro da mama BRCA positivo
Medicina Interna	“Hipertensão Severa Aguda” Diferença entre urgência e emergência hipertensivas
Ginecologia Obstetrícia	“Anomalias müllerianas” Baseado num caso clínico observado em consulta
Saúde Mental	História clínica Perturbação Bipolar
Medicina Geral e Familiar	“Tenho comichão nas virilhas” Abordado a partir de um caso clínico
Pediatria	Trabalho de grupo: “Sépsis” Artigo de revisão: “Meningite bacteriana”

ANEXO C. ATIVIDADES EXTRACURRICULARES DE ANOS ANTERIORES

Anexo C.1 Voluntariado – Apoio aos sem-abrigo

APOIO AOS SEM ABRIGO

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Sandra Clementina Salgado Pereira

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14809340

CÓDIGO DE CERTIFICADO

LVGYE

Evento

APOIO AOS SEM ABRIGO

22-05-2017 20:00 → 23-05-2017 23:45

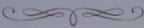
Já estás cansado de tanto estudar, viste todos os episódios da tua série preferida e não sabes o que mais podes fazer para ocupar as tuas noites? Sai do conforto da tua casa e vem juntar-te à Comunidade Vida e Paz a ajudar quem mais precisa!

Anexo C.2 Curso de Inglês

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

Certificado de Aproveitamento

Certifica-se que **SANDRA CLEMENTINA SALGADO PEREIRA** esteve matriculado(a) neste Instituto, no ano lectivo de 2017/18 na disciplina de INGLÊS B1.1 (60 horas), equivalente a 6 créditos ECTS, que concluiu com aproveitamento, com a classificação de 17 (DEZASSETE) valores (escala de 0 a 20).



Certificate of Completion

This is to certify that **SANDRA CLEMENTINA SALGADO PEREIRA** was enrolled in this Institute in the academic year of 2017/18, in ENGLISH B1.1 (60 hours), which is equivalent to 6 ECTS, and that was approved with the final classification of 17 (SEVENTEEN) (scale 0 to 20).

Lisboa, 14 de janeiro de 2019

 O Director do ILNOVA,



Professor Doutor Carlos Ceia

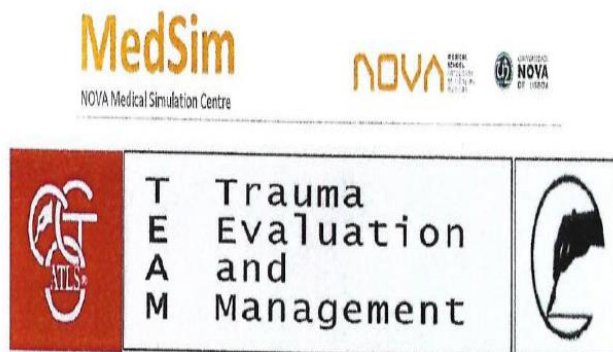
INSTITUTO DE LÍNGUAS DA UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA (ILNOVA)
Av. de Berna, 26-C - 1069-061 Lisboa - Portugal
Tel.: 217908382 | ilnova@fcsh.unl.pt | <http://ilnova.fcsh.unl.pt>

Anexo C.3 CEMEF (Curto Estágio Médico em Férias) – Medicina Interna

		Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico Electronic Certificate of Participation Issuance Receipt Decreto-Lei n.º 280/2001, de 30.08 (com as alterações introduzidas pelo Decreto-Lei n.º 62/2003, de 30.01 - Diretiva 1986/53/CE) Portuguese Law-Decree 280-C/99 and 62/2003 - European Union Directive 1986/53/CE
Código de Certificado / Certificate PIN		18K4GJ
Entidade por issued by		ANEM - Associação Nacional de Estudantes de Medicina Faculdade de Medicina da Universidade do Porto Alameda Prof. Hernâni Monteiro, 4200-319 Porto
Identificação Identification	Sandra Clementina Salgado Pereira BI: 14809340	
Atividade com participação certificada Certified Activity	CEMEFs - Curtos Estágios Médicos em Férias Os CEMEFS são estágios organizados pela ANEM e realizados em unidades de Saúde de todo o país, que pretendem proporcionar aos estudantes a possibilidade de um estágio que venha contribuir para a sua formação prática enquanto futuros médicos. Os estágios têm a duração de 10 dias úteis. ERRATA: onde se lê "Data da atividade" deve ler-se "Data da emissão"	
Data da Atividade Date of activity	10 / 10 / 2018	
Outras Atividades Other Activities	Realizou o seu estágio no Serviço de Medicina Interna do Hospital da Senhora da Oliveira Guimarães em 2018, integrado nos Estágios Nacionais em Férias, organizados pela ANEM.	

ANEXO D. CURSOS E CONFERÊNCIAS FREQUENTADOS NO PRESENTE ANO LETIVO

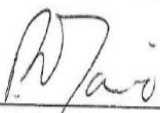
Anexo D.1 Curso TEAM®



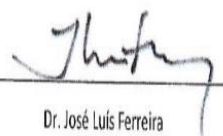
Certificado

Pelo presente se certifica que Sandra Clementina Salgado Pereira assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 12 e 13 de setembro de 2019.

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


Diretor do Curso TEAM


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

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

Anexo D.2 Arritmologia para não electrofisiologistas – dúvidas do dia-a-dia



CERTIFICADO

Certifica-se para os devidos efeitos que

**Sandra Clementina Salgado
Pereira**

Esteve presente no “Encontros da Academia_Arritmologia para não electrofisiologistas – dúvidas do dia-a-dia”, realizado no dia 27 de Setembro no Auditório da Casa do Coração, Lisboa.

Lisboa, 27 de Setembro de 2019

Diogo Cavaco
Director do Curso

Mário Oliveira
Director do Curso

Francisco Moscoso Costa
Director do Curso

Anexo D.3 Mesa Redonda: Emergências Éticas



MESA REDONDA
EMERGÊNCIAS ÉTICAS
DIA 8 DE OUTUBRO | 18H
No CEDOC

Moderador:
Prof. Dr. Diogo Pato

Oradores:
Prof. Dr. Jorge Soares
Dr. Miguel Oliveira da Silva
Dr. Luis Duarte Moreno

Mesa Redonda: Emergências Éticas
— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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

NOME

Sandra Clementina Salgado Pereira

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14809340

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5d96534b9f1e0

Evento

Mesa Redonda: Emergências Éticas
08-10-2019 18:00 → 08-10-2019 19:30 - Duração: 1 horas

Sabes como diagnosticar qualquer doença, mas as questões éticas ainda são difíceis de gerir? Sentes-te preparado para lidar com estas questões sem teres tempo de consultar legislação?
E se a questão ética for emergente e tiveres de a resolver em apenas alguns instantes?

Não fiques para trás e vem descobrir tudo sobre Emergências Éticas!

Anexo D.4 Jornadas de Cardiologia de Lisboa Ocidental

Jornadas de Cardiologia
de Lisboa Ocidental
Associação dos Amigos da
Cardiologia de Lisboa Ocidental

Cardiologia 2019 para o Clínico Prático

Lisboa, Hotel Vila Galé Ópera, 18 e 19 de Outubro de 2019

Certificado

Certifica-se que a Exma Sra Dra
Sandra Pereira

Participou nas Jornadas de Cardiologia de Lisboa Ocidental, que teve o apoio da Ordem dos Médicos, da Sociedade Portuguesa de Hipertensão, da Sociedade Portuguesa de Cardiologia, da Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar, da Fundação Portuguesa de Cardiologia e da ARSLVT.

Doutor José Nazaré

Anexo D.5 II Jornadas de Medicina Geral e Familiar



Participação em Eventos Científicos

Certificado

Certifica-se que **Sandra Clementina Salgado Pereira**, titular do Cartão de Cidadão com o nº de identificação **14809340**, frequentou o seguinte evento científico:

II Jornadas de Medicina Geral e Familiar

que decorreu a **29 de Outubro de 2019**, com a duração de **9 horas**, no seguinte local: **Hospital CUF Descobertas**

Camaxide, 29 de Outubro de 2019



academiacuf
Instituto Universitário de Medicina e Ciências
Av. do Forte, nº3 - Edifício Saúde III, Piso 2 - Camaxide
1649-016 Lisboa

Cláudia Silveira

Código de Certificado: C-5d9e4ddc8f7b7

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



academiacuf.up.events

Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico

Decreto-Lei n.º 290-Q/99 e 82/2003 — European Union Directive 1999/93/CE





DIA INTERNACIONAL DA TOLERÂNCIA ZERO À MUTILAÇÃO GENITAL FEMININA



"DIZ NÃO À TRADIÇÃO - MGF"

CERTIFICADO

Certifica-se que

SANDRA CLEMENTINA SALGADO PEREIRA

Participou no

**Dia Internacional da Tolerância Zero
à Mutilação Genital Feminina
“Diz Não à Tradição - MGF”**

Realizado no dia 06 de Fevereiro de 2020, na Maternidade Alfredo da Costa,
com a duração de 04 horas


Rui Pereira
Árbitro de Gestão da Formação do CHULC

Anexo D.7 Prescrição Social de A a Z



Prescrição Social de A a Z
— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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



NOME

Sandra Clementina Salgado Pereira

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14809340

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5e9db945bd3c5

Evento

Prescrição Social de A a Z
23-04-2020 18:00 → 23-04-2020 19:30 - Duração: 1 horas

E se, quando formos médicos, para além de prescrevermos medicamentos - prescrevermos apoio social?

Tantos idosos polimedicados, mas com falta de apoio.

E de certeza que conheces pessoas que vão ao hospital para ocupar tempo, para combater a solidão e o isolamento.

Anexo D.8 Burnout em Medicina

BURNOUT EM MEDICINA AEFCM			
			
dr. MIGUEL CARNEIRO			
Burnout em Medicina — <i>Certificado de Participação</i>			
			
EMITIDO POR: <table><tr><td>AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School Campo Mártires da Pátria, 130 1169-056 Lisboa</td><td></td></tr></table>		AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School Campo Mártires da Pátria, 130 1169-056 Lisboa	
AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School Campo Mártires da Pátria, 130 1169-056 Lisboa			
NOME <table><tr><td>Sandra Clementina Salgado Pereira</td></tr></table>		Sandra Clementina Salgado Pereira	
Sandra Clementina Salgado Pereira			
DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO <table><tr><td>14809340</td></tr></table>	14809340	CÓDIGO DE CERTIFICADO <table><tr><td>C-5e9b27ea59f28</td></tr></table>	C-5e9b27ea59f28
14809340			
C-5e9b27ea59f28			
Evento Burnout em Medicina 24-04-2020 18:00 → 24-04-2020 19:30 - Duração: 1 horas Os estágios param, mas a medicina continua. Aulas, testes, trabalhos e orais a levar as nossas capacidades ao limite. Nunca a esquecer o privilégio que é termos acesso a tanta educação, mas sem saber até onde é que podemos ir. É assim que chegamos ao Burnout, uma realidade tão presente e próxima de nós. Dia 24 de Abril, o Dr. Miguel Carneiro, interno de psiquiatria, vai abordar este tema connosco, no Zoom pelas 18h. Uma conversa sobre Burnout em medicina e como fazer o que está ao nosso alcance para evitar este destino. Inscrições abrem hoje, dia 18 de Abril, às 14h no UpEvents. Até lá!			

Anexo D.9 Medicina de Catástrofe e Emergência

MEDICINA DE
CATÁSTROFE
E
EMERGÊNCIA

AEFCM



Medicina de Catástrofe e Emergência

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

AEFCM

NOME

Sandra Clementina Salgado Pereira

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14809340

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ea1bac937de8

Evento

Medicina de Catástrofe e Emergência
27-04-2020 18:30 → 27-04-2020 20:30 - Duração: 2 horas

Guerra, terrorismo biológico, pandemias e agora?
Perante a situação COVID-19, tenho a certeza que o teu interesse pela gestão de recursos humanos e hospitalares em situações de emergência aumentou.
Para respondermos a esse interesse e esclarecermos as tuas dúvidas apresentamos esta palestra, que vai abordar não só a situação atual como também situações de guerra, de fenómenos naturais e atentados com agentes biológicos.
Vamos poder contar com a presença e o conhecimento do Dr. Rui Moreno, médico na Unidade de Cuidados Intensivos Neurocríticos e Trauma no CHULC, no dia 27 de Abril às 18h30 na plataforma Zoom.
Inscreve-te no Upevents dia 23 de Abril a partir das 14h e, no dia da palestra, irás receber um email com o link para o Zoom!

Anexo D.10 Ser médico no hospital prisional



**SER MÉDICO
NO HOSPITAL
PRISIONAL**

DATA **11.05.2020 ÀS 19:00**
GRUPO: DR. TIAGO VINHAS DE SOUSA
ZOOM
INSCRIÇÕES A 4.05.2020

AEFCM

NOVA NOVA SIM

Ser médico no hospital prisional
— *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

Sandra Clementina Salgado Pereira

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14809340

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5eb0769164e75

Evento

Ser médico no hospital prisional
11-05-2020 19:00 → 11-05-2020 20:15 - Duração: - 1:15 horas

Como será trabalhar num hospital prisional enquanto médico?
No dia 11 vem descobrir mais sobre a rotina, desafios e oportunidades de trabalhar neste contexto. Esperamos por ti às 19h!