



# RELATÓRIO FINAL

## ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

**INÊS MESQUITA CAETANO**  
**A2013216 | 6º ANO | MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA**

**Orientadora:** Dr.ª Teresa Libório  
**Regente:** Professor Doutor Rui Maio

NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas  
Ano Letivo 2018/2019

*“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, in *Ouvir com Outros Olhos*, Gradiva, 2015

## Índice

<b>1. Introdução e Objetivos</b> .....	3
<b>2. Descrição das Atividades Desenvolvidas</b> .....	4
Ginecologia e Obstetrícia .....	4
Saúde Mental .....	4
Medicina Geral e Familiar .....	5
Pediatria .....	5
Cirurgia Geral .....	6
Medicina Interna .....	6
Estágio Clínico Opcional .....	7
<b>3. Outras Atividades Valorativas</b> .....	7
<b>4. Posicionamento Crítico</b> .....	8
<b>5. Referências Bibliográficas</b> .....	11
<b>6. Anexos</b> .....	12

Fotografia de capa: *Sala dos Actos*, Frescos sobre a história da medicina, em destaque, o Deus Esculápio, da autoria de Veloso Salgado, Edifício Sede, Faculdade de Ciências Médicas

## 1. Introdução e Objetivos

É incrível como seis anos podem passar tão rápido, como se pode (e é esperado) adquirir tão vasto conhecimento... sedimentar e aplicar não só o raciocínio clínico, mas também atos médicos e, concomitantemente, fomentar a adoção de valores que se reflitam num caráter profissional e humano. Sendo este o último ano letivo de formação académica, a Unidade Curricular (UC) Estágio Profissionalizante, composta por seis estágios, pretende capacitar os jovens estudantes para abraçarem a realidade e as responsabilidades inerentes ao facto de se tornarem, em breve, jovens médicos. Nesse sentido, de acordo com os objetivos de aprendizagem estipulados nas fichas das diferentes UC e em consonância com o documento “O Licenciado Médico em Portugal”, revelam-se como objetivos primários do Estágio Profissionalizante, a consolidação e aquisição de competências do foro clínico, técnico e social, tendo em vista a aquisição crescente de autonomia. Sendo esses mesmos objetivos transversais a todas as áreas da Medicina, eles concretizam-se de forma mais particular nas seguintes competências: 1) Saber colher uma história clínica centrada na pessoa e efetuar o exame objetivo de uma forma correta, adequada e dirigida, auxiliando a colocação de hipóteses diagnósticas; 2) Identificar e gerir as situações clínicas mais comuns abarcando, quer o reconhecimento da necessidade de solicitar exames complementares de diagnóstico apropriados às suas diversas finalidades, quer as medidas terapêuticas a instituir; 3) Conseguir reconhecer, saber despistar e efetuar a gestão do doente em situação de caráter mais urgente e/ou de maior gravidade; 4) Saber comunicar eficazmente com todos os profissionais de saúde, numa perspetiva de parceria e trabalho de equipa, com o doente e seus familiares; 5) Internalização dos mais elevados valores éticos e sua adoção na prática médica corrente, com especial enfoque para uma abordagem clínica biopsicossocial. Por compreender a importância da incorporação dos objetivos supracitados para a minha formação, assumi-os como pilares no processo de habilitação de prestação de cuidados de elevada qualidade ao qual me proponho. A nível pessoal, além de pretender colocar à prova as minhas competências, de forma a tomar conhecimento das minhas limitações, ambiciono ter sempre como princípio orientador a aprendizagem e evolução contínuas, numa perspetiva de enriquecimento da minha formação. Também aspiro a aprimorar as minhas aptidões pessoais na relação médico-doente, no que se refere não só, aos desafios de caráter social e/ou burocráticos, bem como aos dilemas éticos com os quais terei de me confrontar, dado que considero que os “doentes”, só pela condição de vestirem esse rótulo, já se encontram mais vulneráveis.

Serve o presente relatório para sumariar os objetivos primários horizontais, já nomeados, e os particulares dos diversos estágios, as atividades desenvolvidas e, por fim, realizar uma reflexão crítica à minha prestação e ao meu percurso académico. Mais do que uma mera descrição de factos, pretendo que seja a narração da evolução de um “projeto de médica” proveniente de uma vila algarvia que muito cresceu e continuará a fazê-lo na busca do exercício de uma medicina com compaixão.

## 2. Descrição das Atividades Desenvolvidas

### **Ginecologia e Obstetrícia | Hospital de Vila Franca de Xira | 10 de setembro a 4 de outubro de 2018**

Sendo este estágio uma extensão do contacto já realizado no 4º ano do MIM, metade da duração do estágio vocacionou-se para a área da obstetrícia, sob tutela da Dr.ª Paula Tapadinhas, e a restante teve enfoque na área da ginecologia, tutelada pela Dr.ª Paula Ambrósio.

Visto que qualquer mulher pode apresentar-se aos serviços de saúde motivada por qualquer circunstância e, concomitantemente, apresentar-se grávida e/ou com patologia do foro ginecológico, estabeleci três metas pessoais, que vão ao encontro dos objetivos da UC: sentir-me capacitada para realizar autonomamente o exame ginecológico; tornar-me capaz de identificar e fazer a gestão das patologias ginecológicas mais frequentes; e obter as noções fundamentais para o correto seguimento da gravidez, sinais de alarme e abordagem da mulher grávida no geral. Durante este período, pude inteirar-me das diversas consultas externas de obstetrícia, diagnóstico pré-natal, planeamento familiar, interrupção voluntária da gravidez (IVG), ginecologia geral, oncológica e de patologia do colo e da realização de exames (ecografias ginecológicas e obstétricas, amniocentese, colposcopia e histeroscopia). Pude também presenciar a realidade do serviço de urgência de ginecologia e obstetrícia (SUGO), do bloco operatório e da enfermaria. Em suma, tive oportunidade de praticar a realização da colheita da história clínica e do exame objetivo ginecológico e obstétrico quer em contexto de consulta quer no SUGO, bem como praticar o raciocínio da prescrição de exames complementares, dos vários rastreios existentes e ainda de algumas atitudes terapêuticas. Durante as doze horas semanais de SUGO, assisti a vários partos vaginais e cesarianas, tendo numa ocasião participado como terceira ajudante. Realizei ainda, em grupo, um seminário sobre “Oligoâmnios no Termo”.

### **Saúde Mental | Hospital de Egas Moniz | 8 de outubro a 2 de novembro de 2018**

Tendo contactado em primeiro lugar com esta disciplina em regime de Erasmus+, de forma a complementar a minha formação académica, adotei como objetivos primordiais a concretização do exame do estado mental e o aperfeiçoamento da capacidade de comunicação com os doentes e seus familiares, tendo por base o objetivo secundário de me inteirar sobre a organização e valências dos serviços de saúde mental no nosso país, incluindo as suas principais indicações de referenciação. A UC preconiza ainda a obtenção das seguintes competências: a distinção de sintomas de perturbação psiquiátrica de funcionamento psicológico normal, a avaliação das capacidades funcionais dos doentes, a identificação de situações individuais e sociais de risco e a abordagem do estigma existente nesta área. Acompanhei a Dr.ª Ana Sofia Sequeira, nas seguintes valências: consultas externas de psiquiatria, consultas de psiquiatria de ligação de sintomas funcionais, serviço de internamento, serviço de urgência (SU) do Hospital de São Francisco Xavier (semanalmente) e ainda em sessões clínicas. Neste período, confrontei-me principalmente com a gestão de patologias crónicas em contexto de consulta. No SU e no internamento, tive oportunidade de assistir à realização de entrevistas

clínicas de doentes com patologias agudas inaugurais ou descompensadas (sobretudo surtos psicóticos, perturbação afetiva bipolar, esquizofrenia, perturbações depressivas e do humor) e ainda entrevistas familiares. A nível da avaliação do doente, especialmente aquando do SU, pude verificar a importância da abordagem biopsicossocial e o processo de exclusão de patologias orgânicas subjacentes, consumos tóxicos, ou a descompensação de uma doença prévia não conhecida. No internamento também pratiquei, de uma forma tutelada, o exame objetivo em algumas ocasiões, nomeadamente, através do exercício de colheita e posterior discussão de uma história clínica a uma doente com uma perturbação depressiva recorrente.

### **Medicina Geral e Familiar (MGF) | USF Vale de Sorraia | 5 a 29 de novembro de 2018**

Por ter sido o meu primeiro contacto prático com os cuidados de saúde primários em Portugal, pretendia instruir-me sobre o papel do médico especialista, a execução dos programas de saúde e diversas NOCs. De acordo com a UC, as principais metas prendem-se com a coordenação e articulação dos cuidados de saúde existentes na comunidade e entre diferentes profissionais, a tomada de decisões terapêuticas tendo em consideração a sua relação custo-benefício e a aplicação de medidas preventivas nos seus diversos níveis de execução. Durante quatro semanas, a vila de Coruche tornou-se o meu novo lar em que, sob tutela da Dr.ª Mileta Gomes, numa Unidade de Saúde Familiar (USF) modelo B, pude observar e participar nas diversas valências dos cuidados de saúde primários, incluindo o contacto com o Serviço de Atendimento Permanente (SAP) e a realização de domicílios médicos de cuidados paliativos e de enfermagem. A somar, também colaborei num programa da rádio local de Coruche intitulado “Minuto da saúde”, com o propósito de sensibilizar e informar a população local sobre algumas patologias e outras medidas de prevenção, promoção e manutenção de saúde. Observei consultas de saúde infantil, saúde materna, planeamento familiar e consulta de adultos. A maioria consistiu em consultas programadas de adultos, em grande parte relativas ao programa de vigilância da hipertensão arterial e da diabetes *mellitus*. Neste contexto, foi-me proporcionado um ambiente de autonomia tutelada no seu sentido mais literal, uma vez que tive oportunidade de realizar a avaliação de doentes, escrever o registo clínico e sugerir um plano, discutindo no final o meu parecer com a minha tutora. Nas consultas do dia e no SAP, lidei com a abordagem de patologias agudas e neste contexto, a título de exemplo, realizei o diagnóstico semiológico de um derrame pleural, prestei cuidados de pequena cirurgia e participei na avaliação de um doente com um enfarte agudo do miocárdio.

### **Pediatria | Hospital Dona Estefânia | 3 a 14 de dezembro de 2018 e de 2 a 11 de janeiro de 2019**

Sendo a Pediatria uma área singular, cujos objetivos primários são adaptados à luz das particularidades das crianças e adolescentes, destaco ainda como metas apresentadas pela UC a necessidade do conhecimento e reconhecimento dos critérios de gravidade nesta população, a interpretação dos exames complementares e as particularidades da prescrição de fármacos correntes, com ênfase especial para o desenvolvimento crescente de autonomia. Por não ter realizado o estágio de Pediatria do quinto ano em Portugal, desejava

frequentar e participar no SU para me inteirar dessa realidade de cuidados. O meu estágio teve maior enfoque na área da Pediatria médica -consultas externas, serviço de internamento e serviço de urgência, bem como nos cuidados paliativos pediátricos, visto que a minha tutora, Dr.<sup>a</sup> Mafalda Paiva, pertence à Equipa Intra-Hospitalar de Suporte de Cuidados Paliativos (EIHSCP) e à Unidade Móvel de Apoio Domiciliário (UMAD). Também assisti a consultas externas das subespecialidades de Nefrologia, Imunoalergologia e Gastrenterologia, incluindo a realização de técnicas endoscópicas. Nas consultas, observei e pratiquei a colheita da anamnese e exame objetivo, análise e interpretação dos percentis estatura-ponderais e do perímetro cefálico, bem como a discussão dos diversos casos clínicos, incluindo exames complementares de diagnóstico necessários, terapêutica e prognóstico. Estive presente em reuniões e sessões clínicas, tendo realizado um seminário em grupo, cuja temática, por mim sugerida foi “Vegetarianismo em idade pediátrica”, uma vez que considero que não dispomos de bases suficientes sobre nutrição na nossa formação.

### **Cirurgia Geral | Hospital Beatriz Ângelo | 21 de janeiro a 15 de março de 2019**

Este estágio compreendeu uma primeira semana de sessões formativas complementares teórico e/ou práticas, que culminaram com o curso TEAM (cujo certificado se encontra em anexo); uma semana no serviço de urgência geral, que consistiu numa rotação pelos diversos balcões de atendimento; duas semanas de Gastrenterologia, onde me familiarizei com as diversas consultas externas e o bloco de exames onde observei técnicas endoscópicas; e quatro semanas de cirurgia geral. As metas específicas por mim estabelecidas, sendo coincidentes com as da UC, prendem-se com a capacidade de identificar as situações de indicação cirúrgica urgente em oposição à eletiva, aliado à avaliação da relação risco/ benefício cirúrgico de um doente. Por último, propus tornar-me capaz de executar autonomamente as técnicas de pequena cirurgia mais comuns. A minha vivência de cirurgia, sob tutela do Dr. Paulo Oliveira, consistiu maioritariamente na observação de cirurgias pancreáticas e hepáticas e em consultas externas, que se pautaram pela diversidade de patologias e caráter de avaliação pré e pós-operatório, onde pude praticar a realização do exame objetivo de diversos tipos de hérnias. Também participei na dinâmica do serviço de internamento e em sessões clínicas bastante pertinentes, tendo culminado com o evento “Mini Congresso”, onde expus, em colaboração com o meu grupo, uma apresentação intitulada “Colecistectomia... e olha no que deu”.

### **Medicina Interna | Hospital de Egas Moniz | 18 de março a 17 de maio de 2019**

Sendo a Medicina Interna a especialidade basilar, a UC estipula que os alunos devem assumir responsabilidade e autonomia progressivas e, para além dos objetivos primários, consigam identificar a necessidade de referenciação para outras especialidades e hierarquizar as situações clínicas de maior emergência para o doente. A nível pessoal, de acordo com a realidade portuguesa de uma população envelhecida, pretendo desenvolver a sensibilidade para a abordagem do doente com multipatologia, com especial ênfase para os casos de doença terminal e situações de obstinação terapêutica. Por último, procuro

praticar as tarefas inerentes ao trabalho de uma enfermaria. O serviço de internamento foi o local preferencial do meu estágio, tendo acompanhado os doentes a cargo da equipa do Dr. João Pereira, bem como as suas rotinas de trabalho, incluindo visitas médicas, reuniões de serviço de notas de alta, onde as mesmas eram discutidas e sessões clínicas semanais sobre diversas temáticas que fomentavam o debate médico, incluindo os seminários realizados pelos alunos do 6º ano onde, nesse âmbito, apresentei com as minhas colegas “Abordagem às artralguas”. Semanalmente, também pude acompanhar a Dr.ª Ana Luísa Esteves no SU do Hospital de São Francisco Xavier, onde coloquei em prática a abordagem e gestão do doente com patologia aguda. A nível do internamento, procedi à observação dos doentes autonomamente, realizando o exame objetivo e apurando os seus sintomas. Após a discussão dos doentes com o meu tutor e/ou algum dos outros membros da equipa, elaborava o diário clínico, pedidos de exames complementares de diagnóstico, e eventuais alterações de terapêutica ou do plano a seguir. Também realizei duas notas de alta e participei ativamente na passagem dos doentes.

### Estágio Clínico Opcional

Escolhi o Serviço de Hematologia do Instituto Português de Oncologia de Lisboa (IPO-LFG), sob tutela da Dr.ª Francesca Pierdomenico, para realizar o meu estágio opcional. Como primeira instância, pretendia confrontar-me com os diversos componentes, rotinas e fatores clínicos e humanos inerentes ao exercício desta especialidade, em particular no IPO-LFG por estar vocacionado para a realidade oncológica e por ser uma área que me suscita interesse. Em segundo lugar, também pretendia consolidar os meus conhecimentos teóricos e práticos. Para tal, acompanhei a minha tutora no seu exercício clínico, isto é, maioritariamente em consultas, mas também a nível do internamento, reuniões multidisciplinares e sessões clínicas. Nas consultas observei sobretudo neoplasias mieloproliferativas, mielodisplasias e linfomas de Hodgkin.

## 3. Outras Atividades Valorativas

Desde o início do meu percurso académico que me esforço para dar passos no sentido de melhorar a pessoa que sou, que se refletirá na médica que serei. Assim, procurei aumentar o leque de oportunidades de formação médica e participar em outras atividades extracurriculares. À luz dessas ambições, realizei quatro estágios: uma experiência observacional de MGF, um estágio prático de Enfermagem, outro de Urgências onde pude praticar a abordagem a adotar no SU e outro ainda de Gastrenterologia num hospital distrital, de forma a deparar-me com essa realidade. Também participei em algumas palestras e *workshops* pertinentes, vide certificados em anexo. Para crescimento pessoal, abracei o cargo de coordenadora da área de Saúde Pública da AEFCM no mandato de 2017 e no quinto ano realizei um semestre na República Checa ao abrigo do projeto Erasmus+. Dei mais de mim através de projetos de voluntariado: “Saúde Porta a Porta”, “Natal Diferente” e uma experiência internacional vocacionada para a educação infantil tendo aplicado competências de educação para a saúde que adquiri através dos vários projetos que desenvolvi na AEFCM.

## 4. Posicionamento Crítico

Ao longo dos estágios pelos quais passei, procurei sempre atingir os objetivos primários aos quais me propus, bem como as metas particulares de cada área, podendo concluir que consolidei e adquiri competências horizontais necessárias ao exercício da medicina de uma forma integradora. De forma mais concreta, cumpro o objetivo de evoluir no sentido de me tornar autónoma no que concerne à avaliação geral e gestão primária do doente, quer através da observação das práticas da equipa médica, quer devido a trabalho individual.

Um aspeto que admito dever continuar a aperfeiçoar, é a capacidade de instituir medidas terapêuticas, particularmente no que concerne à adequada prescrição farmacológica. Creio que o caminho de aprendizagem passa por continuar a analisar a medicação dos doentes, assim como as situações em que presencio a introdução de um novo fármaco e discutindo a temática com os diversos profissionais de saúde. De forma particular, relativamente ao estágio de **Ginecologia e Obstetrícia**, sinto que consegui cumprir quase na íntegra os objetivos definidos, tendo adquirido competências práticas a nível da realização autónoma da anamnese e exame objetivo, bem como identificar os princípios de diagnóstico e terapêutica das patologias ginecológicas e obstétricas mais frequentes, reconhecendo a necessidade de requerer certos exames complementares de diagnóstico, fruto principalmente da minha estadia no SUGO, mas também devido às consultas às quais assisti. Contudo, admito que relativamente à realização do exame ginecológico, sinto-me mais confiante para efetuar-lo em mulheres não grávidas, visto que foram escassas as ocasiões em que o pratiquei numa mulher grávida. Apesar disso, sinto que consegui interiorizar práticas de abordagem clínica para a realização do correto rastreio do cancro do colo do útero, sentindo-me apta para realizar citologias, bem como efetuar uma vigilância correta da gravidez e interpretação dos vários rastreios protocolados e sinais de alarme, competências horizontais a diversas áreas da medicina. Por último, ao assistir a consultas de IVG, pude refletir sobre questões éticas e legais, contribuindo para uma tomada de posição mais assertiva sobre esta matéria.

O estágio de **Saúde Mental** proporcionou-me por um lado, um contacto holístico com os seus vários componentes, tendo sido essencial para a complementação da minha formação clínica e familiarização acerca da rede de cuidados de saúde mental existente em Portugal e, por outro lado, para diminuir o estigma que eu própria carregava (sobretudo devido à minha experiência na República Checa, onde ainda se encontram cicatrizes de um regime ex-comunista). Aponto a minha passagem pelo SU e pelo internamento como o fator principal que contribuiu para o meu desenvolvimento e atingimento dos objetivos propostos. Destaco o papel pedagógico crucial da minha tutora, ao fomentar a reflexão e discussão perante os diversos quadros clínicos incluindo a aplicação de primeiras linhas terapêuticas e a sinalização de situações pessoais e sociais de risco. No entanto, assumo que não me sinto confiante para me comprometer com um diagnóstico mais provável e para avaliar formalmente as capacidades funcionais dos doentes. Por último, quero enfatizar a riqueza de ter assistido a consultas de psiquiatria de ligação de sintomas funcionais, na medida em que ao

longo do curso, apesar dos sintomas funcionais serem sempre um diagnóstico diferencial a ter em conta, nunca antes havia assistido ao assumir deste diagnóstico, seu estudo e, muito menos, sua gestão terapêutica. Após cinco anos embrenhada na realidade dos cuidados de saúde hospitalares, a vivência de **Medicina Geral e Familiar** numa zona rural revelou-se bastante enriquecedora a nível pessoal, através do contacto com uma USF modelo B, com o SAP e por me ter sentido, pela primeira vez, parte integrante de uma equipa. Este foi, sem dúvida, um estágio que me capacitou bastante a vários níveis: revisão teórica e de conhecimento das NOC, estratégias preventivas nos seus diversos níveis de execução, coordenação dos cuidados de saúde e prática da medicina centrada na pessoa. A participação em domicílios de cuidados paliativos, sendo uma vertente da Medicina com a qual nunca havia contactado, marcaram-me pelo tipo de cuidados especiais que prestam, dirigidos ao conforto do doente e da sua família. Assim, considero que cumpro, na íntegra, os objetivos aos quais me propus, admitindo que devo continuar a aperfeiçoar a correta prescrição de exames complementares de diagnóstico e conhecimento das NOC.

Não tendo realizado o estágio de **Pediatria** do 5º ano em Portugal, admito que a experiência deste ano foi essencial para aprofundar e adquirir novas competências ao nível da correta abordagem dos doentes pediátricos, em especial em contexto de urgência, com o qual ainda não tinha contactado, e na relação médico-doente-família, sentindo que cumpro, na generalidade, os objetivos propostos. No entanto, uma vez mais admito a necessidade de colmatar o conhecimento e prática da terapêutica a instituir nesta população em que, apesar de me ter familiarizado com as situações mais frequentes, ainda sinto dificuldade em decidir de forma autónoma. Por outro lado, tornei-me capaz de realizar autonomamente a anamnese e o exame objetivo, tendo interiorizado a avaliação de crianças saudáveis, com doenças e seus sinais de alarme. Por último, foi extremamente positivo ter-me confrontado com a prestação de cuidados paliativos pediátricos, por ser uma realidade muito especial e diferenciada no tipo de cuidados que presta.

No que toca aos objetivos preconizados para o estágio de **Cirurgia**, considero que não os cumpro na íntegra. Destaco o cumprimento da aquisição e consolidação de conhecimentos teóricos. Para tal, saliento as formações iniciais e o curso TEAM. Contudo, saliento o facto de nunca ter tido a oportunidade de participar numa cirurgia (devido ao elevado rácio de alunos e internos), nem de ter praticado técnicas de pequena cirurgia, que considero uma competência básica e crucial para um jovem médico licenciado. No entanto, o facto de ter decidido anteriormente realizar um *workshop* de suturas no *iMed Conference® 10.0* e de, autonomamente, ter praticado numa ocasião durante o estágio de MGF, contribuiu para colmatar este aspeto negativo. Não obstante, apesar da componente prática não ter correspondido na totalidade às minhas expectativas em termos de oportunidades, senti que a qualidade da minha formação não foi prejudicada, devido ao estímulo por parte do meu tutor. Sinto-me mais preparada para identificar e aplicar os cuidados necessários no pré e pós cirúrgico, e ainda a nível da necessidade de referência para a consulta da especialidade de Cirurgia Geral. A acrescentar, retenho a experiência do Mini Congresso como um evento

formativo para uma realidade com a qual me depararei futuramente e o estágio de Gastreenterologia e de Serviço de Urgência pela sua utilidade em termos de revisão de conhecimentos.

O estágio de **Medicina Interna** configurou o culminar da aquisição crescente de autonomia e concretização, de uma forma holística, dos conhecimentos teóricos que adquiri ao longo do curso. Retenho a humildade e importância de trabalhar em equipa - da qual fui um elemento constituinte, em prol do doente e para a capacitação pessoal, admitindo ter sido essa a chave para o atingimento, com sucesso, dos objetivos primários e pessoais apresentados. Um aspeto positivo foi a diversidade de doentes (apesar de maioritariamente idosos) e patologias (agudas e crónicas) com as quais contactei no internamento e serviço de urgência. Principalmente a nível do internamento, por ter assumido de uma forma tutelada, diariamente, um ou mais doentes e pelo facto dos elementos da equipa médica se terem demonstrado sempre disponíveis para discutir os diversos casos clínicos e a atuação médica a adotar, confrontei-me com várias situações que motivaram o aprofundamento de conhecimentos e me capacitaram para abraçar a realidade que encontrarei enquanto Interna de Formação Geral. Para além da componente formativa, ao deparar-me com a triste realidade do número crescente de internamentos por causas sociais, tornei-me mais alerta e sensibilizada para a importância de sinalizar esses casos e orientá-los da melhor forma o mais precocemente possível.

O **estágio opcional de Hematologia** revelou-se como tendo sido o complemento perfeito ao Estágio profissionalizante por me ter permitido testemunhar a necessidade de atualização constante face à nova evidência científica e desenvolver competências humanas, ao fomentar a empatia e autorreflexão face ao testemunho de comunicação de más notícias e partilha de informação para a tomada de decisões, aliada à necessidade de gestão de emoções, sentimentos e reações pessoais perante o sofrimento e a doença.

Por último, de acordo com o meu desejo de praticar uma medicina com compaixão, destaco a importância do contacto que tive com os cuidados paliativos pediátricos e de adultos, uma vez que os seus princípios são essenciais no acompanhamento das pessoas com doenças debilitantes, crónicas e em final de vida, tendo um papel preponderante na dignificação do doente e na gestão do seu sofrimento e dos seus cuidadores.

Assim, despeço-me da colina de Sant'Ana feliz e realizada, com expectativas e alguns receios. Sei que a chave para honrar com sucesso a casa onde me formei (e Esculápio), é a abertura para a transformação pessoal constante, pretendendo manter-me atualizada no campo da medicina que me provera e desenvolver as minhas aptidões de índole pessoal ao longo da vida, nunca esquecendo que “A compaixão em saúde é a abertura ao sofrimento dos outros e a disposição para aliviá-lo. É a forma de tornar humana a ciência.” in *Sonhando com um Hospital Optimista*, da autoria de José Fonseca Pires e Florent Amión.

Reconheço que o mérito da médica que amanhã serei não recai somente na minha pessoa, por isso, o meu verdadeiro sentimento de gratidão para com a minha família mais próxima, verdadeiros amigos que conheci em Santana que se tornaram família, à minha querida amiga médica que sempre me inspirou e aos médicos com quem me fui cruzando e me marcaram pelas suas nobres características.

## 5. Referências Bibliográficas

Victorino RM et al.; O Licenciado Médico em Portugal–Core Graduates Learning Outcomes Project ; Coord. Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, 2005

AMION, Florent e PIRES, José Fonseca, *Sonhando com um Hospital Optimista*, AESE Bussiness School

## 6. Anexos

Lista de Anexos:

### A. Estágios Clínicos Extracurriculares

1. CEMEF's *Insight*: Estágio Observacional em Medicina Geral e Familiar | UCSP Lagos
2. Estágio de Enfermagem | Hospital CUF Infante Santo
3. CEMEF's: Estágio de Urgência | Hospital de São José, Centro Hospitalar Lisboa Central

### B. Atividade Associativa

4. Coordenadora de Saúde Pública da AEFCM no Mandato de 2017
5. Colaboradora do Departamento de Responsabilidade Social no Mandato de 2016

### C. Formação académica

6. Projeto Erasmus +, ano letivo 2017/2018

### D. Voluntariado

7. Projeto: "Saúde Porta a Porta" (AEFCM)
8. Comissão Organizadora do projeto Natal Diferente
9. Voluntariado internacional na área da educação com a organização LCQC

### E. Palestras e Conferências Ano Letivo 2018/2019

10. *iMed Conference*® 10.0 Lisbon 2018 (AEFCM)
11. *Crew iMed Conference*® 8.0 Lisbon 2016 (AEFCM)
12. *iMed Conference*® 70.0 Lisbon 2015 (AEFCM)
13. Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management)
14. Encontros na Luz "Medicina das Viagens"
15. Encontros na Luz "Ansiedade, do sintoma à síndrome"
16. II Jornadas do Sono dos Hospitais CUF
17. *Workshop* "Distúrbios Ácido Base" AEFCM
18. II Jornadas Médicas da NOVA (AEFCM)
19. Choque Frontal, Mesa redonda (Frontal | AEFCM)
20. I Jornadas Saúde Solidária Voluntariado em Saúde, VOX Lisboa

1. Certificado Estágio Clínico Extracurricular Observacional em Medicina Geral e Familiar na UCSP Lagos (CEMEF's Insight – Curtos Estágios Médicos Em Férias ANEM)



2. Certificado Estágio Clínico Extracurricular de Enfermagem no Hospital CUF Infante Santo (Estágios Clínicos em Hospitais e Clínicas CUF | AEFCM)



3. Certificado Estágio Clínico Extracurricular de Urgência no Hospital de São José | Centro Hospital Lisboa Central (CEMEF's– Curtos Estágios Médicos Em Férias ANEM)



4. Certificado Coordenadora de Saúde Pública da AEFCM no Mandato de 2017



5. Certificado Colaboradora do Departamento de Responsabilidade Social no Mandato de 2016



6. Certificado de participação no Projeto Erasmus+ no ano letivo 2017/2018



UNIVERZITA KARLOVA  
LÉKAŘSKÁ FAKULTA V PLZNI



### TRANSCRIPT OF RECORDS

<p>NAME OF SENDING INSTITUTION: Nova University of Lisbon (P LISBOA03)</p> <p>NAME OF STUDENT: <b>Caetano</b> First name: <b>Inês</b></p> <p>Date and place of birth: 19/11/1995, Portimão, Portugal (sex) : Female</p> <p>Field of study: General Medicine</p>
<p>NAME OF RECEIVING INSTITUTION: Charles University, Faculty of Medicine in Pilsen (CZ PRAHA07)</p> <p>Country: Czech Republic</p> <p>Erasmus departmental coordinator: Jitka Černohousová</p> <p>Tel.: 420 377 593 464 Fax: 420 377 593 469 e-mail: internationaloffice@lfp.cuni.cz</p>

This is to certify that the student has attended our institution from 16/02/2018 to 15/06/2018 of the 2017/2018 academic year.

During the period the student has attended the following courses:

Component code (1)	Title of the course unit	Local grade (3)	ECTS grade (4)	ECTS credits (5)
EA0110057	Clinical Oncology	excellent	A	4
EA0110024	Internal Medicine III (2)	passed (very good)	B	2
EA0110032	Psychiatry	excellent	A	4
EA0110595	Family Medicine	passed (excellent)	A	9
EA0308320	The ABC of Preventive Cardiology	passed (excellent)	A	4
EA0110026	Special Fields of Internal Medicine	passed (excellent)	A	2
EA0110030	Neonatology	passed (excellent)	A	2
EA0106003	Significance of Early Detection of Precursor Lesions and in Situ Breast Carcinoma	passed	-	3
				Total: 30

(1) (2) (3) (4) (5) see explanation on back page



Date

15/06/2018

Signature<sup>1</sup> of registrar/administration officer

Stamp of institution

UNIVERZITA KARLOVA -6-  
Lékařská fakulta v Plzni  
301 00 Plzeň, Husova 3  
IČO: 00216208 DIČ: CZ00216208  
Tel.: 377 593 400, fax: 377 593 449

(1) Course unit code:

Refer to the ECTS information Package

(2) Duration of course unit:

Y = 1 full academic year

1S = 1 semester

1T = 1 term/trimester

2S = 2 semesters

2T = 2 terms/trimesters

(3) Description of the institutional grading system:

Grade	Verbale definition	Percentage of knowledge
Excellent	Outstanding performance	100 % - 95%
Very good	Above the average standard	94% - 90%
Good	Generally sound work but with notable errors	89% - 85%
Fail		Less than 85%
Passed	Meets criteria to pass a credit course (without exam)	More than 85%

(4) ECTS grading scale:

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

(5) ECTS credits:

1 full academic year = 60 credits  
1 semester = 30 credits

<sup>1</sup> This document is not valid without the signature of the registrar/administration officer and the official stamp of the institution.

## 7. Certificado Voluntariado Projeto Saúde Porta a Porta (AEFCM)



## 8. Certificado Voluntariado Comissão Organizadora do Projeto Natal Diferente



9. Certificado Voluntariado Internacional na área da educação com a Associação La Comunidad Que Construimos (LCQC)



## 10. Certificado Participação *iMed Conference*® 10.0 Lisbon 2018 (AEFCM)



### **iMed Conference® 10.0 Lisbon 2018**

— *Certificado de Participação*



#### EMITIDO POR:

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



#### NOME

Inês Mesquita Caetano

#### DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14297193

#### CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5b8d366c721ad

#### Evento

##### **iMed Conference® 10.0 Lisbon 2018**

03-10-2018 13:30 → 07-10-2018 14:00

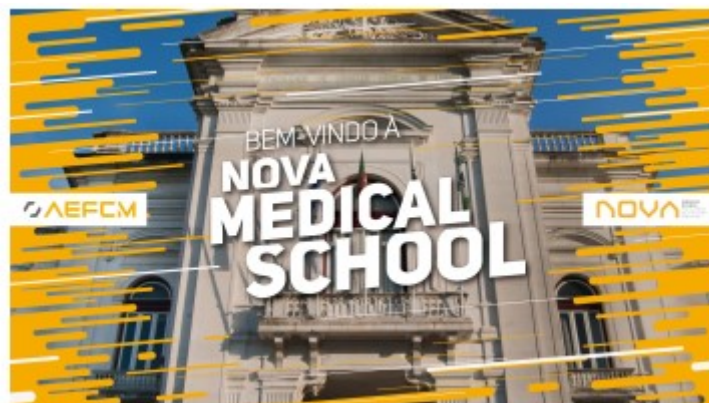
The iMed Conference® 10.0 | Lisbon 2018 will take place between the 3<sup>rd</sup> and 7<sup>th</sup> of October at Teatro Camões and NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas.

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



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





## iMed Conference® 10.0 | Workshops October 3rd

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Inês Mesquita Caetano

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14297193

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5baa93d3b1724

AS ATIVIDADES FREQUENTADAS ENCONTRAM-SE NA PÁGINA SEGUINTE

### Evento

#### iMed Conference® 10.0 | Workshops October 3rd

03-10-2018 13:30 → 03-10-2018 19:00 - Duração: - 5:30 horas

The iMed Conference® 10.0 Workshops are a great opportunity to learn something new or to improve your skills!

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

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

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

### Atividades frequentadas

#### ATLS Advanced Life support (Year of Studies: 3rd - 6th)

03-10-2018 13:30 → 03-10-2018 18:00

Taking care of a trauma patient is a sensitive matter and every second counts. Throughout the afternoon, you will learn how to immobilize a patient after trauma, how to manage his airway and how to put in a peripheral access. Language: English or Portuguese



afcomsupvents  
Consoativo de Emissão de Certificado Eletrónico  
Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 630/03 — European Union Directive 1999/93/CE



## Evento

### iMed Conference® 10.0 | Workshops October 4th

04-10-2018 13:30 → 04-10-2018 19:00 - Duração: - 5:30 horas

The iMed Conference® 10.0 Workshops are a great opportunity to learn something new or to improve your skills!

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

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

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

## Atividades frequentadas

### Sutures (Year of Studies: 1st - 6th)

04-10-2018 13:30 → 04-10-2018 18:00

Surgery is one of the cornerstones of medical practice. This Workshop will enable participants to train different surgical techniques with all the right tools and "models". Try it! Perhaps you will become the next Iain Hutchison. Language: English



sefcm.up.pt/events  
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico  
Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 620/003 — European Union Directive 1999/93/CE



11. Certificado Crew iMed Conference® 8.0 Lisbon 2016 (AEFCM)



12. Certificado Participação *iMed Conference*® 7.0 Lisbon 2015 (AEFCM)



It is hereby certified that

Inês Mesquita Caetano

attended the *iMed Conference*® 7.0 - Lisbon 2015, a grand project by the Students' Union of NOVA Medical School (AEFCM), which took place at Centro Cultural de Belém and NOVA Medical School / Faculdade de Ciências Médicas, on 17th, 18th, 19th and 20th of September 2015.

The *iMed Conference*® is an annual event organised by the Students' Union of NOVA Medical School / Faculdade de Ciências Médicas (AEFCM), aiming to bring the most recent scientific and medical innovations to university students in this field of studies. Its 7th edition had Scientific and Keynote Lectures dedicated to Metabolism, Neurosciences, Regenerative Medicine, and Surgery, while the *iMed Sessions* focused on Big Data, The Wounded Healer, Medicine in a hostile environment and Gut Microbiota.



Diogo Luz  
President | Organising Committee





Eduardo Freire Rodrigues  
President | AEFCM



### 13. Certificado Participação Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management)



## 14. Certificado Participação Encontros na Luz “Medicina das Viagens”



### Medicina das Viagens

— Certificado de Participação



#### EMITIDO POR:

Hospital da Luz Learning Health  
Rua Carlos Alberto da Mota Pinto, 17-9.º  
1070-313 Lisboa



#### NOME

Inês Mesquita Caetano

#### DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14297193

#### CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5bff159e8d9a4

#### Evento

##### Medicina das Viagens

13-12-2018 20:30 → 13-12-2018 23:30 - Duração: 2 horas

Medicina das Viagens – a importância de saber avaliar, aconselhar e suspeitar é o tema desta sessão para Médicos que se realiza no próximo dia 13 de dezembro no auditório do Hospital da Luz Lisboa.

Introdução



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



## 15. Certificado Participação Encontros na Luz “Ansiedade, do sintoma à síndrome”



### Ansiedade, do sintoma ao síndrome

— *Certificado de Participação*



#### EMITIDO POR:

Hospital da Luz Learning Health  
Rua Carlos Alberto da Mota Pinto, 17-9.º  
1070-313 Lisboa



#### NOME

Inês Mesquita Caetano

#### DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14297193

#### CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5c770cb35df0d

#### Evento

##### Ansiedade, do sintoma ao síndrome

28-02-2019 20:30 → 28-02-2019 22:30 - Duração: 2 horas

Neste Encontro para Médicos vão ser apresentados e discutidos casos clínicos sobre o tema central do evento. A moderação e os comentários estarão a cargo de Rodolfo Albuquerque, Psiquiatra do Hospital da Luz Lisboa.

- 1º caso clínico - A perturbação de pânico | Susana Borges, Psiquiatra do Hospital da Luz Lisboa
  - 2º caso clínico - A perturbação obsessivo-compulsiva | Sónia Oliveira, Psiquiatra do Hospital da Luz Lisboa
  - 3º caso clínico - A perturbação de ansiedade generalizada | Ana Margarida Baptista, Psiquiatra do Hospital da Luz Lisboa e Magna Alves, Psicóloga Clínica do Hospital da Luz Lisboa
- Será servido um jantar buffet na antessala do auditório pelas 20h00



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



## 16. Certificado Participação II Jornadas do Sonos dos Hospitais CUF



---

### Participação em Eventos Científicos

---

### Certificado

Certifica-se que **Inês Mesquita Caetano**, titular do Cartão de Cidadão com o nº de identificação **14297193**, frequentou o seguinte evento científico:

#### **2as Jornadas do Sono dos Hospitais CUF**

que decorreu a **23 de Março de 2019**, com a duração de 9 horas, no seguinte local: NOVA Medical School - Campus de Sant'Ana

Carnaxide, 23 de Março de 2019

Cláudia Silveira

Código de Certificado: C-5c72f5796600e

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

academiacuf.up.events

Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

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





---

### Conteúdo Programático

---

Temas:

- Apresentação da Unidade do Sono

- Prós e Contras no Diagnóstico

Exames ambulatorio vs. internamento Exames imagem vs. Exames Funcionais

- Patologia do Sono: Impacto no indivíduo vs. Impacto na Sociedade

- Patologia do sono: Homem vs. Mulher

- Prós e Contras no Tratamento

CPAP vs. Terapias não CPAP

WORKSHOP  
**DISTÚRBIOS**  
**ÁCIDO | BASE**

28 DE MAIO | 16H  
SALA 2.13 NMS-FCM

## Workshop Distúrbios Ácido Base

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Inês Mesquita Caetano

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14297193

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ce95931c40cb

Evento

**Workshop Distúrbios Ácido Base**

28-05-2019 16:00 → 28-05-2019 18:00 - Duração: 2 horas

AEFCM | Workshop Distúrbios Ácido Base

Dr<sup>a</sup> Carolina Paulino





## II Jornadas Médicas da NOVA

– Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Inês Mesquita Caetano

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14297193

CÓDIGO DE CERTIFICADO

NWZJM

ATIVIDADES FREQUENTADAS DATA

DESCRIÇÃO

DURAÇÃO





## CHOQUE FRONTAL - EUTANÁSIA

— Certificado de Participação



EMITIDO POR

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



NOME COMPLETO

Inês Mesquita Caetano

NÚMERO DE IDENTIFICAÇÃO

14297193

CÓDIGO DE CERTIFICADO

IHHXZ

ATIVIDADES FREQUENTADAS	DATA	DESCRIÇÃO
<p><b>CHOQUE FRONTAL - EUTANÁSIA</b></p> 	<p>27/04/16, 17:30</p> <p>ae/cm.upstudents.pt</p> <p>Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico                      Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 62/2003 — European Union Directive 1999/93/CE</p>	<p>[CHOQUE FRONTAL] Nunca a Eutanásia esteve tanto na ordem do dia. É cada vez mais crucial para a formação médica uma informação atualizada sobre este tema tão controverso. A Revista FRONTAL teve a honra de apresentar a uma Mesa Redonda de excelência, que te deu uma visão abrangente sobre a Eutanásia e o seu estado da arte em Portugal. Neste momento formativo contou com a presença de vários oradores especializados na matéria na sua vertente ética, jurídica e médica.</p> 

