

RELATÓRIO FINAL

Estágio profissionalizante

MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA

6º ANO | ANO LETIVO 2022/2023

Maria Teresa Gonçalves Saldanha Afra Rosa

A2017339

REGENTE:

Professor Doutor Rui Maio

ORIENTADOR:

Dr. Anaxore Casimiro



*“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 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.**”*

Professor Doutor João Lobo Antunes

É com muita alegria que concluo o Mestrado Integrado em Medicina. Ao redigir este relatório, não posso deixar de agradecer às pessoas que fizeram comigo este caminho.

Aos meus pais, irmão e ao Eduardo que sempre torceram por mim.

A todos os profissionais de saúde com os quais me cruzei, que me receberam nas suas atividades clínicas e que me ensinaram não só a teoria, mas também a componente humana inerente e essencial à prática médica.

Por fim, e porque este curso não se faz sem companhia, um agradecimento especial, à minha colega e grande amiga, Maria da Graça Ximenez, com quem partilhei os melhores e mais desafiantes momentos deste percurso.

Índice

I. Introdução.....	4
II. Objetivos	4
III. Atividades desenvolvidas.....	5
Cirurgia Geral	5
Medicina Interna.....	5
Saúde Mental	6
Medicina Geral e Familiar	7
Pediatria	7
Ginecologia Obstetrícia.....	8
IV. Elementos valorativos.....	9
V. Reflexão crítica.....	9
VI. Anexos.....	12
ANEXO 1. Cronograma dos Estágios Parcelares	12
ANEXO 2. Trabalhos desenvolvidos nos Estágios Parcelares.....	12
ANEXO 3. Tabela resumo dos pontos positivos e negativos dos Estágios Parcelares	13
ANEXO 4. Tabela e Gráfico relativos à casuística dos doentes observados	14
ANEXO 5. Certificado de participação no curso TEAMS	15
ANEXO 6. Certificado de participação nas sessões de simulação no HLL.....	16
ANEXO 7. Certificados de participação nos workshops: alterações do equilíbrio ácido-base e decisões de fim de vida.....	16
ANEXO 8. Certificado de colaboração com a Associação Pegadas	17
ANEXO 9. Certificado de participação no projeto Missão País NMS	18
ANEXO 10. Certificado de colaboração com o SNS24	19
ANEXO 11. Certificado de participação no curso de gestão em saúde	20
ANEXO 12. Certificado de participação no Workshop “Kit Básico de Saúde Mental”	20
ANEXO 13. Certificados de participação no iMed Conference	21
ANEXO 14. Certificado de participação na palestra “Humanização e Medicina”	23
ANEXO 15. Certificado de participação nas Jornadas da Primavera 14ª edição, Cuf Cascais	24
ANEXO 16. Certificado de participação no projeto Erasmus+	25
ANEXO 17. Certificado de aquisição do nível A2 da língua estrangeira italiano	26

Siglas, Abreviaturas e Acrónimos:

CHLO – Centro Hospitalar Lisboa Ocidental

HFF – Hospital Fernando Fonseca

HLL – Hospital da Luz de Lisboa

HSFX – Hospital São Francisco Xavier

ICBAS – Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar

MIM – Mestrado Integrado em Medicina

NMS – Nova Medical School

NA – Não Aplicável

UC – Unidade Curricular

USF – Unidade de Saúde Familiar

TEAM – Trauma Evaluation and Managment

I. Introdução

A unidade curricular Estágio Profissionalizante de 6º ano encontra-se inserida no plano de estudos do Mestrado Integrado em Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa. O estágio profissionalizante decorreu entre os dias 5 de Setembro de 2022 e o dia 12 de Maio de 2023. Os estágios parcelares desta unidade curricular incluíram especialidades médicas e cirúrgicas, consideradas os pilares da formação médica: Cirurgia Geral e Medicina Interna, 8 semanas cada, Saúde Mental, Medicina Geral e Familiar, Pediatria e, por fim, Ginecologia e Obstetrícia, 4 semanas cada.

Com este relatório final pretendo sumarizar os objetivos gerais por mim estabelecidos de forma transversal a todos os estágios parcelares, bem como os objetivos específicos de cada especialidade, que pretendi adquirir ou consolidar durante o ano letivo 2022/2023. Adicionalmente, descrevo sucintamente as atividades realizadas e tarefas desempenhadas nos estágios. Por fim, concluo com uma apreciação crítica, onde avalio e coloco em perspetiva os objetivos alcançados e as competências adquiridas.

II. Objetivos

Segundo o documento “O Licenciado Médico em Portugal”¹, a educação médica tem como objetivo a aquisição, por parte do aluno, de uma base de conhecimentos teóricos e práticos consistente. As aptidões científicas devem, por outro lado, ser associadas aos princípios éticos e humanos que a profissão médica exige, com o objetivo de promover a saúde e oferecer os melhores cuidados médicos nas comunidades onde cada futuro médico se irá inserir. Os meus principais propósitos para o último ano do MIM foram a aquisição de autonomia e confiança na prática médica por mim realizada, essenciais para o exercício da profissão médica. Desta forma, delineei objetivos gerais, condutores do 6º ano, transversais a todos os estágios parcelares, tendo por base o documento supramencionado. Estes objetivos recaíram sobre grandes três áreas distintas, mas complementares: (i) Conhecimento; (ii) Atitudes, Comportamentos e Comunicação; (iii) Aptidões clínicas e procedimentos práticos.

Relativamente à área do **conhecimento**, defini: (1) consolidar e aplicar os conhecimentos teóricos previamente adquiridos durante os seis anos de curso; (2) conhecer as principais e mais prevalentes patologias das especialidades incluídas no estágio profissionalizante e (3) estimar a curiosidade clínica, questionando os tutores ou realizando pesquisa bibliográfica aquando de um tema desconhecido.

No que diz respeito à área de **atitudes, comportamentos e comunicação** estipulei: (1) Comunicar eficazmente com os doentes e com as suas famílias, informando-os adequadamente e envolvendo-os nas tomadas de decisão; (2) apresentar e discutir os casos clínicos observados de forma completa, organizada e

¹ Victorino R et al. Licenciado Médico em Portugal. Core Graduates Learning Outcomes Project Lisboa: Faculdade de Medicina de Lisboa. 2005.

metódica perante as equipas médicas a integrar e (3) tomar uma atitude pró-ativa nos estágios, tirando partido da autonomia concedida.

Por fim, quanto à área de **aptidões clínicas e procedimentos práticos** estabeleci: (1) colher de forma sistematizada histórias médicas completas, abordando o doente segundo o modelo biopsicosocial (2) realizar o exame objetivo completo de todas as idades, desde o recém-nascido à idade geriátrica, adequado ao sexo, cultura e situação clínica; (3) adquirir autonomia em procedimentos como suturas e gasimetrias e (4) exercitar e consolidar a capacidade de definir diagnósticos diferenciais perante uma situação clínica, assim como orientar a marcha diagnóstica e terapêutica perante a principal hipótese diagnóstica.

III. Atividades desenvolvidas

Cirurgia Geral

O estágio parcelar de Cirurgia Geral decorreu entre os dias 5 de Setembro e 28 de Outubro de 2022, num total de oito semanas, sob tutoria da Prof. Doutora Susana Ourô no Hospital da Luz de Lisboa (HLL), juntamente com a minha colega Matilde Alves Ribeiro, perfazendo um total rácio aluno tutor de 2:1. Como principais objetivos para o estágio destaco a capacidade de identificação precoce das principais patologias cirúrgicas, assim como a sistematização das suas abordagens diagnósticas e terapêuticas.

No decorrer do estágio, estive presente em diversas valências desta especialidade, como a consulta externa, a enfermaria e o bloco operatório, observando um total de 58 doentes. A presença na consulta externa foi a componente onde me encontrei mais tempo. As principais patologias encontradas na consulta foram: (1) neoplasia colorretal, (2) doença hemorroidária e a (3) doença inflamatória intestinal. Durante a consulta, foi possível discutir com a minha tutora as diferentes patologias e decisões diagnósticas e terapêuticas, indo ao encontro do meu objetivo principal. Por outro lado, pude aperfeiçoar determinados componentes do exame objetivo nomeadamente o dirigido abdómen, assim como, a realização de toque retal. Nas duas semanas em que me encontrei no estágio opcional de Medicina Intensiva, destaco as reuniões com a equipa médica todas as manhãs, onde tinha lugar a discussão dos casos e intercorrências ocorridas. Realço, também, a possibilidade de observar procedimentos como a colocação de cateteres venosos centrais ecoguiados.

Como elementos valorativos deste estágio parcelar, destaco a oportunidade de realização do curso TEAM (anexo 5), as sessões de simulação no HLL (anexo 6) e a apresentação de um caso clínico sobre doença de Crohn estenosante no Mini-Congresso.

Medicina Interna

Entre os dias 31 de Outubro e 6 de Janeiro de 2023, acompanhei o serviço de Medicina IV do Hospital São Francisco Xavier, sob a tutoria do Dr. Manuel Araújo. Fui integrada na sua equipa constituída por internos de formação geral e internos de formação específica. Pela primeira vez, em seis anos, senti-me verdadeiramente parte de uma equipa médica. Os meus principais objetivos para estes estágios incluíram (1) adquirir

autonomia e confiança na realização de exame objetivo e realização dos diários clínicos (2) compreender e interpretar os meios complementares de diagnósticos necessários segundo a necessidade resultante da suspeita de diagnóstico em causa e (3) aperfeiçoar a capacidade de comunicação e resumo clínico nas discussões em equipa.

Durante o estágio, acompanhei entre um e três doentes todos os dias. De forma geral, na enfermaria, a atividade diária consistia na observação do doente, anamnese e exame objetivo; discussão com a equipa de enfermagem sobre intercorrências ocorridas nas últimas 24h; visualização das vigilâncias; pedido e/ou interpretação de exames complementares de diagnóstico, desde avaliação analítica a exames de imagem. Posteriormente, à colheita de toda a informação do doente, redigia os diários clínicos, nos quais atualizava a lista de problemas de cada doente. Ao final da manhã, em equipa, discutíamos os doentes observados e avaliávamos o melhor plano e abordagem, individualizado a cada doente. Sendo o Dr. Manuel Araújo, membro da equipa de cuidado paliativos, pude acompanhar alguns doentes em fim de vida.

Adicionalmente, destaco a realização de notas de entrada, notas de alta e pedidos de colaboração de outras especialidades. Os procedimentos técnicos realizados na enfermaria, incluíram gasimetrias, realizadas de forma quase diária, os ajustes na oxigenoterapia, as colheitas por zaragatoa nasofaríngea para pesquisa de SARS-COV2 e a realização de eletrocardiogramas. Assisti ainda à colheita de sangue via veia femoral, colocação de cateter venoso central e realização de um eco-doppler carotídeo. No serviço de urgência, onde estive presentes todas as semanas, contactei com uma abordagem metódica, sistemática e hierarquizada de raciocínio clínico e marcha diagnóstica e terapêutica, imprescindíveis no doente agudo. Por fim, apresentei um caso clínico de gangrena de fournier, que surgiu como mote para a exploração do tema: "Infeções da pele e dos tecidos moles".

Saúde Mental

O estágio de Saúde Mental teve uma duração de quatro semanas, tendo decorrido entre 16 de Janeiro e 10 de Fevereiro de 2023. Estabeleci, como objetivo principal deste estágio, a necessidade contactar com valências da psiquiatria com as quais não contactei durante o 5º ano. Acompanhei o Dr. André Ribeirinho nas suas atividades clínicas: consulta externa e serviço de urgência. Este acompanhamento foi importante por ter complementado o estágio que realizei no 5º ano em Itália, no decorrer do projeto Erasmus+, onde contactei apenas com a enfermaria. Na consulta externa, observei 51 doentes. As principais patologias observadas foram as perturbações do humor. Como pontos positivos, saliento o elevado número de doentes e patologias observadas, por oposição ao ano anterior, em que acompanhei internamentos de longa duração e, por isso, contactei com uma menor variedade de patologias. Às quartas-feiras, estive presente no serviço de urgência onde observei apenas oito doentes cujas principais patologias encontradas foram as perturbações do humor e as perturbações da personalidade e comportamento. Durante o estágio, tive a oportunidade de assistir às jornadas da Psiquiatria, "Há conversa no CHLO", um encontro entre profissionais

de saúde e representantes de diversas infraestruturas e alicerces da nossa sociedade que trabalham com a doença mental. Neste contexto, foram abordados diversos temas desde o estigma ainda presente na comunidade médica à apresentação dos recursos que existem atualmente na nossa sociedade. Um dos projetos apresentado foi o workshop online, “Kit básico de saúde mental”, promovido pela associação sem fins lucrativos ManifestaMente, que acabei por realizar durante o estágio (anexo 12).

Medicina Geral e Familiar

O estágio de Medicina Geral e Familiar, realizado sob tutela da Dra. Joana Azeredo, decorreu entre os dias 13 de Fevereiro e 10 de Março de 2023 na Unidade de Saúde Familiar Jardim dos Plátanos. Uma das tarefas propostas durante a primeira semana de estágio, delineada pela UC, foi definir e discutir os objetivos para cada semana e a respetiva estratégia de aprendizagem. Esta tarefa foi um ponto positivo do estágio, por me parecer que tinha uma linha condutora para o mesmo. Assim, de entre os objetivos por mim delineados destaco (1) o de me familiarizar com a distinção entre problemas ativos, problemas passivos e antecedentes pessoais, sabendo hierarquizar os problemas; (2) o de distinguir os diversos tipos de prevenção dos cuidados de saúde primários e saber quando os aplicar; (3) o de adquirir confiança e autonomia, de forma progressiva, na realização de consultas e (4) o de abordar o doente segundo as vertentes biológicas e psicossociais.

A par com o estágio parcelar de Medicina Interna, este estágio foi aquele onde identifiquei um maior crescimento pessoal no que diz respeito à aquisição de confiança e autonomia na prática clínica. Realizei diversas consultas, sobretudo consulta de doença aguda. A realização destas de uma forma autónoma juntamente com discussão tutor-aluno no final de cada uma das consultas, foram um contributo valioso para o crescimento desejado e observado.

Estive presente nas consultas de saúde do adulto, saúde infantil, saúde materna, planeamento familiar, consulta de diabetes, de doença aguda e, ainda, nos domicílios. Presenciei cuidados individualizados, centrados no paciente, com vista aos melhores cuidados possíveis por parte do médico e enfermeiro de família. No final do estágio, apresentei um caso clínico que incidia sobretudo sobre prevenção primária nos cuidados de saúde primários.

Pediatria

Entre os dias 13 de Março e 14 de Abril de 2023, frequentei o serviço de Pediatria do Hospital São Francisco Xavier. No 5º ano de curso, realizei a UC de Pediatria em Génova, Itália, no Instituto Giannina Gaslini, um hospital de referência para esta especialidade médica. Fiz um estágio de quatro semanas, onde percorri quatro subespecialidades da pediatria, em regime de consulta e enfermaria. Tendo em consideração esta experiência prévia e de modo a obter uma visão holística da especialidade, estipulei como objetivo complementar aliar ao meu percurso outras valências, entre elas o serviço de urgência e o contacto com o recém-nascido. Entre outros objetivos, saliento: (1) conhecer as principais patologias da criança e respetivas

abordagens; (2) realizar o exame objetivo desde o recém-nascido ao adolescente de forma autónoma e (3) aprender a comunicar com as crianças e com as suas famílias.

Na primeira semana de estágio, acompanhei as consultas externas de pediatria de seguimento, de desenvolvimento e de endocrinologia. Foi nesta semana de consultas, que escolhi um caso clínico particular que apresentei no final da segunda semana. O caso era de uma doente de 12 anos seguida em consulta desde 2019 por enurese noturna, que, no último ano, iniciara um quadro de incontinência diurna e noturna, com polidipsia, polifagia e perda de peso de 7 Kg no último ano. A doente foi levada à sala de tratamentos onde foi realizada a glicémia capilar, tendo apresentado um valor de 400mg/dL e foi encaminhada para o serviço de urgência. Optei então pela realização do trabalho sobre enurese noturna, patologia que observei em algumas crianças no decorrer dessa semana e com a qual ainda não tinha contacto na prática clínica. Na segunda semana, estive no serviço de urgência e observei 28 doentes. As principais condições observadas foram infeções respiratórias superiores e má progressão ponderal no lactente. Por fim, nas últimas duas semanas do estágio acompanhei os internos de formação geral no Berçário. Realizei a primeira observação de 15 recém-nascidos. Globalmente, competia-me a observação, realização do diário clínico e discussão do plano proposto com o médico especialista. No decorrer das quatro semanas, fui um dia ao serviço de Neonatologia, onde realizei o exame objetivo a dois recém-nascidos e aprendi a abordagem por sistemas para uma avaliação completa e orientada dos mesmos.

Ginecologia Obstetrícia

O meu estágio de Ginecologia e Obstetrícia decorreu entre os dias 17 de Abril e 12 de Maio de 2023 no Hospital Fernando Fonseca sob orientação da Dra. Elsa Landim. Nas primeiras duas semanas, estive presente na Obstetrícia, enquanto nas últimas duas estive na área da Ginecologia. Com o início do estágio, defini como principais objetivos (1) consolidar a técnica do exame objetivo ginecológico, sobretudo o exame ao espéculo e o toque vaginal; (2) aprofundar o aconselhamento sobre planeamento familiar, sistematizando os principais métodos contraceptivos e respetivas especificidades; (3) sistematizar a abordagem à prevenção primária na Saúde da mulher, sobretudo, a execução dos rastreios oncológicos e (4) reconhecer as principais patologias da mulher grávida e estruturar os seus seguimentos. Durante o estágio, tive a oportunidade de assistir a consultas de alto risco obstétrico e peri-parto, envolvendo patologias como diabetes, hipertensão ou patologia tiroideia. Nestas consultas, pude realizar a medição da altura uterina, auscultação do foco fetal e até mesmo realizar a colheita do exsudado vaginal e retal do streptococcus grupo B. Nas consultas de ginecologia, aperfeiçoei a realização do exame ao espéculo e toque vaginal sob vigilância e orientação do médico especialista com que me encontrava. Por duas tardes, estive nas consultas de planeamento familiar, onde assisti ao aconselhamento sobre métodos contraceptivos tendo em consideração as comorbilidades e a vontade da doente. Também ajudei na colocação de implantes subcutâneos. Quanto aos exames complementares de diagnóstico, observei seis ecografias obstétricas dos diferentes trimestres, duas

amniocenteses, uma colposcopia e seis histeroscopias. Em contexto de serviço de urgência, onde estive presente uma vez por semana, observei diversas patologias da mulher grávida e não grávida, das quais destaco ameaça de parto pré-termo, gravidez ectópica e hemorragia uterina anómala. Para além das valências elencadas, não posso deixar de realçar a importância e utilidade do *workshop* realizado na primeira semana de estágio na Maternidade Alfredo da Costa, onde foi possível relembrar e clarificar conceitos, permitindo um melhor aproveitamento das quatro semanas de atividade clínica prática.

IV. Elementos valorativos

Ao longo do curso, paralelamente à formação académica, procurei envolver-me em atividades extracurriculares, por considerar fundamental a minha formação pessoal enquanto estudante e futura médica. Procurei investir sobretudo em duas áreas: a social e a formativa.

Um dos aspetos que procurei ter sempre presente foi o voluntariado. Durante quatro anos fiz parte da Associação Pegadas (anexo 8), uma associação que acompanha crianças de bairros sociais, desenvolvendo atividade lúdicas ou acompanhamento escolar durante todo o ano. No Verão, promove uma semana de campos de férias organizados por jovens voluntários que participaram num acompanhamento próximo ao longo do ano. Por três anos, 2019 a 2021, participei no projeto Missão País NMS (anexo 9), um projeto católico que propõe aos estudantes universitários uma semana de serviço social numa comunidade portuguesa. No meu caso estive em Alcanede e em Alvorninha.

No ano 2021, na sequência da pandemia Covid-19, fui colaboradora na linha de apoio do SNS24 (anexo 10), onde me foi possível desenvolver competências de comunicação em saúde. A nível formativo, realizei um curso de gestão em saúde (anexo 11), promovido pela associação de estudantes do ICBAS em 2020, que me permitiu desenvolver uma visão abrangente da forma como os cuidados de saúde se organizam em Portugal. Por outro lado, procurei assistir a algumas conferências, de entre as quais destaco como mais relevantes e assistidas no presente ano o iMed Conference (anexo 13), “Humanização em Medicina” (anexo 14) e as Jornadas da Primavera 14^a Edição, promovidas pela Cuf Cascais (anexo 15).

Porque sempre considerei importante para o meu percurso ter uma experiência internacional, no ano 2022, integrei o projeto Erasmus+. Durante o 2º semestre do ano letivo 2021-2022, estive em Génova, Itália (anexo 16). Esta experiência provocou-me a investir na minha formação linguística, para o melhor aproveitamento dos estágios e pelo gosto pessoal pela língua italiana, tendo adquirido os níveis A1 e A2 no semestre anterior ao da partida (anexo17).

V. Reflexão crítica

Ao alcançar o término dos estágios que compõem a UC estágio profissionalizante, e consequentemente, concluída a última etapa do MIM, torna-se pertinente uma reflexão sobre os objetivos alcançados, gerais e específicos de cada especialidade. De modo geral, durante este ano letivo, procurei integrar e aplicar os

conhecimentos adquiridos durante o curso, através da autonomia que me foi sendo concedida. Esta autonomia permitiu o ganho de confiança no exercício médico, a que me propus inicialmente. Os objetivos gerais estabelecidos inicialmente foram parte integrante de todos os estágios, mas sobretudo das especialidades de Medicina Interna e Medicina Geral e Familiar, nos quais me pude considerar, sem dúvida, um membro da equipa.

Começando pelo estágio de **Cirurgia Geral**, considero ter cumprido os objetivos propostos ao ter observado um elevado número de doentes em consulta externa, o que permitiu uma revisão de componentes teóricos através da discussão de cada caso. Adicionalmente, possibilitou a observação de uma comunicação clara e efetiva com doentes que se encontravam em situações de maior fragilidade, como a do diagnóstico de neoplasia colorretal. Como ponto menos positivo, destaco não ter estado presente no serviço de urgência ou na sala de pequena cirurgia, onde poderia ter praticado a anamnese e o exame objetivo para a identificação precoce de patologia com necessidade de abordagem urgente, assim como as técnicas cirúrgicas de sutura, relembradas nas simulações na primeira semana do estágio.

Quanto ao estágio de **Medicina Interna**, recordo-o com muita estima. Gostaria de realçar a forma como fui integrada na equipa, fazendo parte da dinâmica e vivência diária do serviço. Todos os dias tinha doentes confiados à minha responsabilidade. Fiz notas de entrada, notas de altas, liguei às famílias dos doentes, pedi apoio aos assistentes sociais, apresentei os meus doentes nas discussões. Foram-me dadas uma confiança e uma autonomia muito desejadas, que permitiram evidenciar as capacidades adquiridas e trabalhadas ao longo dos últimos seis anos de curso. Com o Dr. Manuel Araújo, membro da equipa de cuidados paliativos, e com a minha equipa, aprendi a reconhecer a importância das medidas de conforto em prol do alívio sintomático e qualidade de vida possível num doente em fim de vida. Agradeço ao Dr. Manuel Araújo, os dois meses em que pertenci à sua equipa e o crescimento académico e humano proporcionado.

Relativamente ao estágio de **Saúde Mental**, pelo grande número de doentes e patologias observados em consulta, ressalvo como principais competências adquiridas (1) a identificação, com progressiva facilidade, das principais e mais prevalentes patologias psiquiátricas; (2) a perceção da importância do seguimento apertado e de uma gestão individualizada do doente relativamente à terapêutica farmacológica e não farmacológica; e (3) o ganho de consciência sobre a necessidade de uma abordagem multidisciplinar com vista aos melhores *outcomes* clínicos. Ao longo das semanas vividas, foi-me possível compreender a relevância de uma abordagem multidisciplinar, baseada na comunicação entre profissionais sobre os doentes e a sua evolução, cujo objetivo é um acompanhamento personalizado e individualizado, com foco no doente. Como pontos negativos do estágio, parece-me necessário referir o facto de não me ter sido confiado o contacto com os doentes e, ainda, o facto de não ter contactado com o hospital de dia, não tendo participado em sessões de psicoterapia, terapia de grupo ou outros tipos de programas terapêuticos.

Com o estágio de **Medicina Geral e Familiar**, penso ter cumprido os objetivos inicialmente propostos através das diversas consultas observadas e tantas outras realizadas de forma autónoma. Como grande mais valia que trago deste estágio, destaco a importância da aplicação do modelo biopsicossocial. O doente tem um contexto onde se insere e é essencial tê-lo em consideração, isto é, conhecer o doente, as suas crenças e preocupações sobre a sua saúde e doenças. Este conhecimento é o que permite estabelecer uma relação de mutualismo e cooperação que pretendo levar para o meu exercício clínico futuro, contrastando com a relação paternalista com a qual me cruzei diversas vezes ao longo do curso. Procurar entender a perceção do doente quanto ao seu problema, o impacto que este tem na sua vida e a capacidade que sente ter para o superar permite que, juntos, estabeleçamos um plano terapêutico individualizado com vista a uma melhor adesão terapêutica.

Em **Pediatria**, pude completar a minha experiência prévia de 5º ano e contactar com todas as principais valências da Pediatria, desde consultas de subespecialidade, ao serviço de urgência, à neonatologia e ao berçário. Parece-me que concluo o MIM com uma visão holística desta especialidade, nas suas principais vertentes. Como pontos negativos, realço o elevado número de alunos, impedindo a autonomia desejada. Contudo, considero que os momentos em que esta me foi concedida foram também as principais ocasiões de aprendizagem, nomeadamente as duas semanas no berçário e um dos dias de consulta externa onde iniciei a colheita da história clínica na maioria das consultas.

No estágio de **Ginecologia e Obstetrícia**, foi onde observei uma grande parcela do número total de doentes observados de todo o ano letivo. Destaco a passagem pelo serviço de urgência, onde observei diversas patologias da mulher, grávida e não grávida, permitindo a discussão relativamente à sua abordagem, e a realização do exame objetivo na consulta externa, indo ao encontro dos objetivos delineados. Como ponto negativo, destaco a elevada afluência de internos de formação específica da especialidade, de medicina geral e familiar e de alunos nas diferentes atividades. A incapacidade de receber todos os alunos e internos atribuídos para essa atividade fez com que o estágio se tornasse mais observacional do que esperava.

As **atividades extracurriculares** foram uma parte importante destes seis anos de curso. Envolvi-me em projetos de voluntariado que penso terem permitido o desenvolvimento de competências essenciais para o exercício da Medicina, entre elas, a empatia, a capacidade de liderança, o trabalho em equipa e competências comunicativas. Esta componente permitiu-me compreender os amplos desafios sociais e de saúde enfrentados pelas comunidades e grupos etários que acompanhei. As atividades formativas, como palestras e congressos, foram ao encontro do objetivo geral de procurar estimar a curiosidade científica, algo que procurarei deixar que guie o meu percurso enquanto médica.

Finalmente, é com enorme gratidão (e já alguma nostalgia e saudade) que dou por concluído o Mestrado Integrado em Medicina. Pretendo continuar este caminho confiante nesta vocação e, com humildade, colocar-me todos os dias ao serviço dos meus doentes.

VI. Anexos

ANEXO 1. Cronograma dos Estágios Parcelares

Estágio Parcelar	Datas	Regentes	Tutores	Local de estágio
Cirurgia Geral	5/09/2022 a 28/10/2022	Professor Doutor Rui Maio	Professora Doutora Susana Ourô	Hospital da Luz
Medicina Interna	31/10/2022 a 06/01/2023	Professor Doutor António Mário Santos	Dr. Manuel Araújo	Hospital São Francisco Xavier
Saúde Mental	16/01/2023 a 10/02/2023	Professor Doutor Miguel Talina	Dr. André Ribeirinho	Hospital Egas Moniz – Unidade de Saúde Mental de Oeiras
Medicina Geral e Familiar	13/02/2023 a 10/03/2023	Professor Doutor Daniel Pinto	Dra. Joana Azeredo	USF Jardim dos Plátanos
Pediatria	13/03/2023 a 14/04/2023	Professor Doutor Luís Varandas	Dra. Madalena Sales Luís e Dr. Edmundo Santos	Hospital São Francisco Xavier
Ginecologia e Obstetrícia	17/04/2023 a 12/05/2023	Professora Doutora Teresinha Simões	Dra. Elsa Landim	Hospital Fernando Fonseca

ANEXO 2. Trabalhos desenvolvidos nos Estágios Parcelares

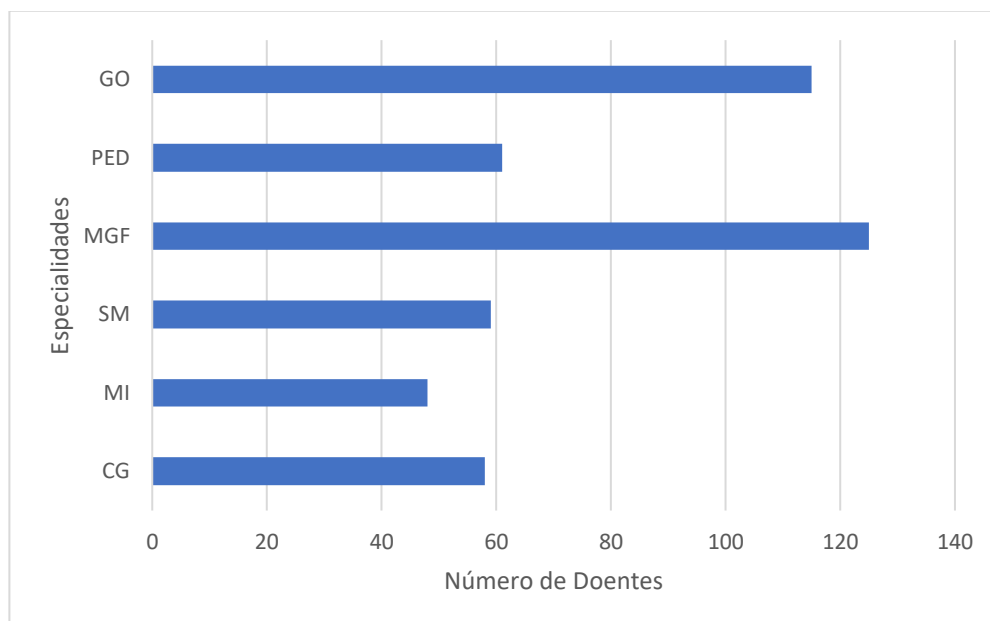
Estágio Parcelar	Trabalho realizado	Co-autores
Cirurgia Geral	Doença de Crohn: o papel da Cirurgia	Matilde Alves Ribeiro Rafael Carvalho Leonor Correia
Medicina Interna	Infeções da Pele e Tecidos Moles Caso clínico de Gangrena de Fournier	Vera Guedes de Sousa Cláudia Araújo André Rosa
Saúde Mental	Vinhetas clínicas	NA
Medicina Geral e Familiar	Caso clínico	NA
Pediatria	Caso clínico – Enurese noturna	NA

ANEXO 3. Tabela resumo dos pontos positivos e negativos dos Estágios Parcelares

Estágio Parcelar	Pontos positivos	Pontos negativos
Cirurgia Geral	Curso TEAM	Participação reduzida nas cirurgias
	Sessões de simulação Opcional de Medicina Intensiva	Não participação do Serviço de Urgência
Medicina Interna	Workshops ácido-base e decisões de fim de vida	
	Integração na equipa médica	
	Autonomia	
	Aquisição de capacidades comunicativas e de apresentação dos doentes à equipa	NA
	Presença no Serviço de Urgência Contacto com o doente paliativo	
Saúde Mental	Elevado número de doentes e patologias observadas	Ausência de contacto com o hospital de dia
	Contacto com a consulta externa e serviço de urgência	
	Jornadas da Psiquiatria “Há conversa no CHLO”	Não participação em sessões de psicoterapia, terapias de grupo ou outros tipos de programas terapêuticos
	Workshop Kit Básico de Saúde Mental Autonomia progressiva	
Medicina Geral e Familiar	Delineação de objetivos concretos a priori	
	Realização de um caso clínico segundo uma abordagem completa biopsicossocial	Ausência de autonomia nas consultas de Planeamento Familiar, sobretudo na execução dos procedimentos associados
	Participação numa sessão de formação do Internato médico de Medicina Geral e Familiar sobre entrevista clínica	
Pediatria	Passagem por diversas valências	Elevado número de internos e alunos no serviço
	Elevada autonomia no Berçário	Reduzida autonomia na maioria das valências
Ginecologia e Obstetrícia	Passagem por diversas valências de ambas as áreas Presença no Serviço de Urgência	Estágio muito observacional

ANEXO 4. Tabela e Gráfico relativos à casuística dos doentes observados

Estágio Parcelar	Número de doentes observados	Principais patologias
Cirurgia Geral	Consulta externa: 48 Bloco operatório: 10 Total: 58 doentes	Neoplasia colorretal Doença Inflamatória Intestinal Doença hemorroidária
Medicina Interna	Enfermaria: 34 Serviço de Urgência: 14 Total: 48 doentes	Infeções respiratórias a VSR e SARS-COV2 Insuficiência Cardíaca
Saúde Mental	Consulta externa: 51 Serviço de Urgência: 8 Total: 59 doentes	Perturbações do humor
Medicina Geral e Familiar	Saúde do Adulto: 74 Saúde Infantil: 7 Doença Aguda: 36 Saúde Materna: 3 Planeamento familiar: 5 Total: 125	Hipertensão arterial, Diabetes Mellitus, excesso de peso/ obesidade, Infeções respiratórias superiores
Pediatria	Consulta externa: 17 <u>Serviço de Urgência: 28</u> Unidade de cuidados especiais pediátricos: 4 Neonatologia: 2 Berçário: 10 Total: 61 doentes	<u>No SU:</u> Infeções respiratórias superiores Má progressão ponderal
Ginecologia e Obstetrícia	Consulta externa: 38 Enfermaria: 17 <u>Serviço de urgência: 46</u> Exames ecográficos: 8 Histeroscopias: 6 Total: 115 doentes	<u>No SU:</u> Hemorragia uterina anómala Ameaça de parto pré-termo
UC Estágio profissionalizante	TOTAL: 466 doentes observados	



Legenda: CG – Cirurgia geral; MI – Medicina Interna; SM – Saúde Mental; MGF – Medicina Geral e Familiar; PED – Pediatria; GO – Ginecologia e Obstetrícia

ANEXO 5. Certificado de participação no curso TEAMS



Certificado

Pelo presente se certifica que

MARIA TERESA GONÇALVES SALDANHA AFRA ROSA

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

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


Professor Doutor Rui Maio
Regente U.C. Cirurgia Estágio


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

ANEXO 6. Certificado de participação nas sessões de simulação no HLL



Certificado de
participação

Teresa Afra Rosa

Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Setembro 2022

Presencial | 20 de Outubro de 2022 | 3 horas

Código de certificado: C-6317cf26ab89c

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

LUZ SAÚDE

ANEXO 7. Certificados de participação nos workshops: alterações do equilíbrio ácido-base e decisões de fim de vida



Certificado

Certificado

Certificamos que Maria Teresa Gonçalves Saldanha Afra Rosa, N.º A2017339, participou no Workshop intitulado *Alterações do equilíbrio ácido base*, no dia 16 de novembro de 2022 pelo Professor Doutor Pedro Póvoa, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Professor Doutor Pedro Póvoa

Certificamos que Maria Teresa Gonçalves Saldanha Afra Rosa, N.º A2017339, participou no Workshop intitulado *Decisões de Fim de Vida*, no dia 30 de novembro de 2022 pela Dra. Camila Tapadinhas, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Dra. Camila Tapadinhas

ANEXO 8. Certificado de colaboração com a Associação Pegadas



DECLARAÇÃO VOLUNTARIADO

Declaro, para os devidos fins, que Maria Teresa Gonçalves Saldanha Afra Rosa exerceu ações de Voluntariado de acordo com o disposto no artigo 2.º da Lei n.º 71/98, de 3 de novembro, no **PEGADAS, ASSOCIAÇÃO DE CAMPOS DE FÉRIAS**, NIF 513 036 849, pelo período de Julho de 2019 a Dezembro de 2022. As ações de voluntariado realizadas consistiram no acompanhamento mensal, ao longo do ano letivo, de crianças do Bairro da Torre e na preparação e concretização de acampamentos de férias de verão para essas crianças. Adicionalmente, as ações de voluntariado consistiram, também, na prestação de auxílio à associação Pegadas, Associação de Campos de Férias em tudo o que se mostrasse necessário, nomeadamente a nível de angariação de fundos.

Lisboa, 22 de Maio de 2023

Miguel Carrapatoso

[Miguel Pina de Carvalho Carrapatoso]

Presidente do Pegadas, Associação de Campos de Férias

ANEXO 9. Certificado de participação no projeto Missão País NMS

Certificado de Participação

Declara-se para os devidos efeitos que Maria Teresa Gonçalves Saldanha Afra Rosa, portadora do cartão de cidadão n.º 15038839, aluna da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa, participou entre os dias 09 e 16 de fevereiro de 2018; 10 e 17 de fevereiro de 2019; e 16 e 23 de fevereiro de 2020, no projeto Missão País, na Missão NMS.

Durante uma semana, juntamente com um grupo de jovens, participou e integrou atividades de cariz lúdico e social, com o objetivo de promover experiências sociais e emocionais gratificantes junto da população da localidade Alcanede (2018 e 2019) e Alvorninha e Vidais (2020), desenvolvendo estas atividades nos dias referidos, entre as 10h e as 20h.

No ano letivo 2021/2022 integrou a Equipa Nacional do projeto, na pasta da Espiritualidade, tendo contribuído ativamente na construção e delineamento do mesmo, a nível nacional.

A Missão País, como organização da Igreja Católica, tem como objetivos proporcionar à juventude universitária uma experiência de vida e de Deus, através de ações de voluntariado, convívio com pessoas mais necessitadas e participação nas atividades e apoio das comunidades onde atua.

Lisboa, 16 de maio de 2023



Pela Missão País,

Responsáveis Nacionais

Mafalda Correia de Sá
Tomás Rodrigues

MISSÃO PAÍS

Rua São Francisco Xavier 26, 1400-331 Lisboa
missaopais@gmail.com



ANEXO 10. Certificado de colaboração com o SNS24



DECLARAÇÃO

A Associação de Desenvolvimento do Centro Académico de Investigação e Formação Biomédica do Algarve, pessoa coletiva n.º 514997133, e sede no Campus de Gambelas da Universidade do Algarve, em Faro, representada para este efeito pela Coordenadora Nacional ABC/SNS24, Dr.ª Soraia Pires, vem pela presente declarar que:

A Colaboradora **Maria Teresa Gonçalves Saldanha Afra Rosa**, portadora do documento de identificação **15038839** prestou serviços no SNS24 a favor do ABC com a função de prestar cuidados aos utentes em situações de doença no âmbito da pandemia por COVID-19, mediante triagem, aconselhamento e encaminhamento para assistência e tratamento nas unidades do Serviço Nacional de Saúde, desde **28 de Novembro de 2021 até 28 de Fevereiro de 2022**, realizados em turnos rotativos.

Por ser expressão da verdade, assino a presente.

Faro, **30 de Janeiro de 2023**

Dr.ª Soraia Pires
Coordenadora Nacional ABC/SNS24

ANEXO 11. Certificado de participação no curso de gestão em saúde



Certifica-se que

Maria Teresa Gonçalves Saldanha Afra Rosa

participou na atividade **Curso de Gestão em Saúde**
realizada pela Associação de Estudantes do Instituto
de Ciências Biomédicas Abel Salazar da Universidade
do Porto (AEICBAS-UP), no ano letivo de 2020/2021.




João Silva
Presidente da Direção da AEICBAS 20/21

ANEXO 12. Certificado de participação no Workshop “Kit Básico de Saúde Mental”



CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

A ManifestaMente, iniciativa criada pela Saúde Mental certifica que

Maria Teresa Afra Rosa

completou o mini-curso online Kit Básico de Saúde Mental no dia

03.02.2023



**KIT BÁSICO DE
SAÚDE MENTAL**

COFINANCIAMENTO:



DGS
desde 1899
Direção-Geral da Saúde



Programa Nacional
para a Saúde Mental

ANEXO 13. Certificados de participação no iMed Conference



iMed Conference® 14.0 Lisbon 2022 | Lectures

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Teresa Afra Rosa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15038839

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6330886167290

Evento

iMed Conference® 14.0 Lisbon 2022 | Lectures

12-10-2022 14:00 → 16-10-2022 14:30

iMed Conference® 14.0 Lisbon 2022 | Lectures

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

Prepare for groundbreaking lectures, practical workshops and challenging competitions!



iMed Conference® 13.0 Lisbon 2021 | Lectures + Workshops



— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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



NOME

Teresa Afra Rosa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15038839

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-61228f6e55836

Evento

iMed Conference® 13.0 Lisbon 2021 | Lectures + Workshops

06-10-2021 13:30 → 10-10-2021 17:00

The iMed Conference® 13.0 | Lisbon 2021 will take place between the 6th and 10th of October at NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas and Teatro Camões

Prepare for groundbreaking lectures, practical workshops and challenging competitions.

ANEXO 14. Certificado de participação na palestra “Humanização e Medicina”



Humanização em Medicina

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

NOME

Teresa Afra Rosa

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15038839

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-645390fa5850b

AS ATIVIDADES FREQUENTADAS ENCONTRAM-SE NA PÁGINA SEGUINTE

ANEXO 15. Certificado de participação nas Jornadas da Primavera 14ª edição, Cuf Cascais



Participação em Eventos Científicos

Declaração

Certifica-se que **Teresa Afra Rosa**, titular do Cartão de Cidadão com o nº de identificação **15038839**, frequentou o seguinte evento científico:

14as Jornadas da Primavera

que decorreu a **26 de Maio de 2023**, com a duração de 7 horas e 30 minutos, no seguinte local: Centro Cultural de Cascais

Carnaxide, 26 de Maio de 2023

Maria Barros

Código de Certificado: C-64590e21787b8

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

academiacuf.up.events

Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

ANEXO 16. Certificado de participação no projeto Erasmus+



SERVIÇO ACADÉMICO
NÚCLEO DE MOBILIDADE

BOLETIM DE RECONHECIMENTOS ACADÉMICOS

Informo que a aluna Maria Teresa Gonçalves Saldanha Afra Rosa, N° 2017339, que frequentou a *Università degli Studi di Génova*, (Itália), de 21/02/2022 a 27/06/2022, ano letivo 2021/2022, no âmbito do Programa Erasmus+ Estudos, obteve aproveitamento nas unidades curriculares que constavam no Learning Agreement, pelo que deverá ser-lhe atribuída creditação às seguintes unidades curriculares do Plano de Estudos do Mestrado Integrado em Medicina da NOVA Medical School|Faculdade de Ciências Médicas:

Unidade Curricular	Ano	Créditos ECTS
Pediatria	5º	8
Medicina Geral e Familiar	5º	8
Psiquiatria	5º	8
Mecanismos Moleculares de Doença	5º	3
Opcional Livre I	5º	3
Total		30

O Coordenador dos Programas de Mobilidade:


Erasmus+
Portugal

Prof. Doutor Paulo Paixão

Lisboa, 30/06/2022

Anexo: 2 Páginas de Certificados de Notas

ANEXO 17. Certificado de aquisição do nível A2 da língua estrangeira italiano



Languagest

Certificado de formação

Languagest_ Escola de Línguas para Comunicação Empresarial, CrL

MARIA TERESA GONÇALVES SALDANHA
AFRA ROSA

Natural de Lisboa, nascida a 09/10/1998, sexo Feminino, portadora do Cartão Cidadão N.º 15038839, concluiu, com aproveitamento, em 28/02/2022, o Curso Intensivo de Língua Italiana, Nível A2 do QECR (*Elementar*), que decorreu de 01/02/2022 a 28/02/2022, com a duração total de 40 horas, tendo obtido na Avaliação Final a classificação de 96%.

Lisboa, 14 de março 2022




Isabella Zanutta
(Direcção Pedagógica)

Certificado de Formação N.º 8100/2022

www.languagest.com