

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

Pedro Maria de Castro Amaro Sampaio Fontes

Turma 3 | A2017453 | 6º Ano

REGENTE

Prof.º Doutor Rui Maio

ORIENTADOR

Doutora Raquel Maia

MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA



Índice

GLOSSÁRIO	4
INTRODUÇÃO E OBJETIVOS	5
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	6
CIRURGIA GERAL 1 de setembro a 30 de outubro de 2022	6
MEDICINA INTERNA 31 de outubro de 2022 a 6 de janeiro de 2023	6
SAÚDE MENTAL 16 de janeiro a 10 de fevereiro de 2023	7
MEDICINA GERAL E FAMILIAR 13 de fevereiro a 10 de março de 2023	8
PEDIATRIA 13 de março a 14 de abril de 2023	8
GINECOLOGIA E OBSTÉTRICA 17 de abril a 12 de maio de 2023	9
ELEMENTOS VALORATIVOS	9
REFLEXÃO CRÍTICA	11
ANEXOS	13
Anexo 1 – Informações gerais sobre os estágios	13
Anexo 2 – Informações gerais sobre apresentações desenvolvidas	14
Anexo 3 – Aspetos positivos e negativos dos estágios parcelares	16
Anexo 4 – Casuística dos doentes observados	17
Anexo 5 – Principais patologias observadas	18
Anexo 6 – Autoavaliação	18
Anexo 7 – Objetivos e estratégias	19
Anexo 8 – Certificado ERASMUS +	20
Anexo 9 – Certificado CEMEF	21
Anexo 10 – Certificado de colaboração com o Hotel Casa Palmela	22
Anexo 11 – Certificados	23

GLOSSÁRIO

APPT- Ameaça de parto pré-termo

AVC – Acidente Vascular Cerebral

BO – Bloco Operatório

CTG - Cardiotocografia

CEIP - Centro de Epidemiologia e
Intervenção Preventiva

CEMEF – Curto Estágio Médicos em Férias

CG – Cirurgia Geral

CHPL – Centro Hospitalar Psiquiátrico de
Lisboa

CMSH - Centro de Medicina Subaquática e
Hiperbárica

DEO- Diário de Exercício Orientado

DM – Diabetes Mellitus

GO – Ginecologia e Obstetrícia

HC – História Clínica

HDE – Hospital Dona Estefânia

HTA – Hipertensão Arterial

HUA – Hemorragia Uterina Anómala

MAC – Maternidade Alfredo da Costa

MGF – Medicina Geral e Familiar

MI – Medicina Interna

MIM – Mestrado Integrado em Medicina

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

PAC – Pneumonia Adquirida na
Comunidade

Pós-Op – Pós-Operatório

SM – Saúde Mental

SO – Serviço de Observação

SU – Serviço de Urgência

TEAM – Trauma Evaluation And
Management

UC – Unidade(s) Curriculare(s)

USF – Unidade de Saúde Familiar

INTRODUÇÃO E OBJETIVOS

O estágio profissionalizante é a etapa fulcral do sexto ano e, conseqüentemente, do Mestrado Integrado em Medicina. Os estágios curriculares do 6º ano do MIM, da NMS|FCM têm em vista a profissionalização dos alunos de medicina, possibilitando o trabalho e consolidação das suas competências, assim como incentivar a responsabilidade e autonomia crescente para o exercício da medicina. Para esse efeito, o ano letivo é dividido em estágios parcelares tutelados, nomeadamente MI, CG, MGF, SM, PED, GO. Representa a soma de todos os estudos e estágios desde o primeiro dia do curso. Sendo a prática clínica uma ferramenta fundamental na formação, faz sentido que esta unidade curricular seja decisiva na preparação médica.

O objetivo deste relatório é descrever as atividades realizadas no âmbito dos seis estágios parcelares que compõem o estágio profissionalizante (Anexo 1 e 2), assim como elementos valorativos extracurriculares. Além disso, apresentarei a minha reflexão crítica sobre a unidade curricular e a execução dos objetivos a ela associados.

No contexto do último ano do MIM, estabeleci diversos objetivos pessoais, a maioria em conformidade com as diretrizes delineadas no documento "O Licenciado Médico em Portugal" e no "Graduate Outcomes of Portuguese Undergraduate Medical Education". Destaco os seguintes: 1) Integrar e consolidar os conhecimentos teóricos previamente adquiridos, cimentando-os com a prática, contribuindo para minha preparação para a PNA; 2) Desenvolver o raciocínio clínico necessário para chegar ao diagnóstico e aos respetivos diagnósticos diferenciais com base na apresentação do doente; 3) Planear a gestão do paciente, incluindo prescrição farmacológica, e não farmacológica; 4) Reconhecer e intervir em situações de urgência e emergência; 5) Melhorar as capacidades condução das interações com o doente, assim como de comunicação com profissionais de saúde, doentes e a sua família, especialmente no que diz respeito à adesão terapêutica, transmissão de informações clínicas, utilização de entrevistas motivacionais e comunicação de más notícias; 6) Inteirar-me sobre o dia a dia de um médico nas várias especialidades, auxiliando na minha decisão sobre a escolha de uma área de atuação médica; 7) Consciencializar-me das influências psicossociais na doença e no tratamento; 8) Comparar a medicina praticada em Portugal com o estrangeiro; 9) Crescer a nível pessoal.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

CIRURGIA GERAL | 1 de setembro a 30 de outubro de 2022

Realizei o estágio parcelar de CG em Istanbul, Turquia, na *Istanbul Faculty of Medicine*. Decorreu no *Çapa Hospital*, um hospital público de referência na capital turca. O estágio foi realizado ao abrigo do programa ERASMUS+ estágios, tendo sido coordenado pelo Prof. Dr. Metin Keskin. Teve 8 semanas de duração e englobou uma componente teórico-prática e uma prática.

Vertente prática: Passei por todos os departamentos do serviço de CG: *Gastric and Colorectal, Endocrine, Hepatobiliary, Peripheral and Vascular, Breast and Plastic Surgery*. Estive envolvido no bloco operatório, enfermaria, consulta e serviço de urgência. Contudo, pela barreira linguística, o estágio focou-se mais no bloco operatório e na sala de endoscopias. Logo após a minha chegada foram-me atribuídas tarefas essenciais para o funcionamento do serviço. Relativamente à Enfermaria, era responsável por 3 doentes diariamente aos quais tinha de fazer o tratamento das feridas pós cirúrgicas e apresentá-los na visita médica. No Bloco Operatório assisti a 78 cirurgias, destacando-se hemicolecotomias, colecistectomias e mastectomias como as intervenções mais observadas. Por diversas vezes pude participar nas cirurgias como 2º assistente. A nível prático destaco o facto de ter realizado autonomamente a algaliação dos doentes, a preparação e desinfeção do campo operatório, das suturas finais e aplicação de agrafos. Para além disso, assisti a 16 colonoscopias e 11 endoscopias digestivas altas, diagnósticas e terapêuticas. Na consulta e no SU a minha passagem foi mais curta, tendo ainda assim observado o seu funcionamento.

Vertente teórico-prática: Todas as quartas-feiras havia uma sessão formativa no serviço. Infelizmente nem sempre em inglês, pelo que nem sempre útil. Numa das sessões, apresentei o tema “*Shock: A Deep Dive into a Life-Threatening Medical Condition*”.

Por fim, quando regresssei, procurei completar a minha aprendizagem com o que o estágio em Portugal tinha para oferecer. Assim, com autorização do regente de CG, fiz o curso TEAM, que visou aplicar os princípios da abordagem inicial do doente politraumatizado e rever técnicas de ressuscitação. Ainda participei na sessão de simulação no Hospital da Luz referente a sutura de feridas, abordagem da via aérea, colocação de acessos centrais eco-guiados e simulação de cirurgias laparoscópicas.

MEDICINA INTERNA | 31 de outubro de 2022 a 6 de janeiro de 2023

A Medicina Interna é a pedra basilar de Medicina destacando-se pela visão integral do doente. O meu estágio parcelar decorreu no Serviço de Medicina Interna do Hospital das Forças Armadas sob a tutela da

Dr^a. Ana Afonso, e teve uma duração de 8 semanas, englobando uma componente teórico-prática e uma prática.

Vertente prática: A enfermaria destaca-se sem dúvida das restantes funções do serviço, pelo acompanhamento contínuo dos doentes. Esta componente compôs a maioria do meu estágio. Durante as 8 semanas fiquei diariamente responsável por 3 a 4 doentes, tornando-me gradualmente mais autónomo na sua observação diária, colheita de anamnese e exame objetivo, avaliação da evolução clínica, requisição e interpretação de novos exames complementares de diagnóstico, ajuste e prescrição de terapêutica e elaboração dos diários clínicos. Observei autonomamente 21 doentes diferentes, tendo acompanhado a sua evolução. A par da enfermaria tive ainda a oportunidade de frequentar a urgência central no Hospital de São José. A casuística dos doentes por mim observados no SU encontra-se em anexo. As situações foram na sua maioria descompensações de doenças de base.

Vertente teórica/teórico-prática: Os profissionais do hospital lecionaram 6 aulas teórico-práticas sobre temas importantes para a prática clínica nomeadamente anticoagulação oral; antibioterapia; coma; interpretação de ECG; doenças pulmonares; e exame neurológico. Paralelamente assistimos, na faculdade, a 2 workshops sobre equilíbrio ácido-base e decisões de fim de vida. Visitei ainda o CEIP e o CMSH, serviços que apoiam as forças armadas e a população civil. Por fim, elaborei, juntamente com o colega André Moreira, um caso clínico que observámos na enfermaria e acompanhámos em consulta após a sua alta. Fizemos uma revisão teórica da abordagem ao doente com edema e, em especial, da Síndrome Nefrótica. Esse caso clínico foi apresentado ao serviço.

SAÚDE MENTAL | 16 de janeiro a 10 de fevereiro de 2023

O meu estágio parcelar em Saúde Mental desenvolveu-se ao longo de 4 semanas na Clínica 3 do CHPL. Durante o estágio acompanhei a Dr^a. Inês Cargaleiro, e o interno, seu tutorando, Dr. Gonçalo Soares, na observação dos doentes no internamento, na consulta externa e no serviço de urgência. Assisti às reuniões de serviço onde se discutiam os doentes entre os vários profissionais (médicos, enfermeiros, psicoterapeutas e assistente social). Pude participar em várias valências do Hospital, tais como hospital de dia, clínica de reabilitação, dança terapia e psicoterapia de grupo. Ainda frequentei as sessões formativas semanais com o Prof. Dr. Pedro Rodrigues, que serviram como integradoras dos conceitos psiquiátricos. Objetivamente, entre consulta, internamento e SU, tive a oportunidade de acompanhar 62 pacientes e discutir as suas patologias, abordagem diagnóstica e terapêutica com a minha tutora. Inclusive, tive oportunidade de acompanhar o caso clínico de AO desde o serviço de urgência ao internamento e à consulta de seguimento em regime compulsivo. Assim, comprovando a continuidade de tratamento exigida pela doença psiquiátrica. Durante o estágio foi-me transmitida a importância da comunicação e da criação de um ambiente favorável e seguro à gestão de problemas.

MEDICINA GERAL E FAMILIAR | 13 de fevereiro a 10 de março de 2023

O meu estágio de Medicina Geral e Familiar decorreu na USF da Baixa sob a tutela do Dr. João Sousa. Assisti a consultas de adultos, consultas de Diabetes, consultas de Saúde Infantil, Saúde Materna e Planeamento Familiar e ainda consultas de carácter urgente. A par destas atividades acompanhei ainda o meu tutor em consultas domiciliárias. Realizei de forma autónoma consultas de adultos e consultas de carácter urgente. Realizei medições de sinais vitais e curvas de percentil; exames físicos e neurológicos sumários, incluindo otoscopias e avaliações ORL. Destaco o exame objetivo dirigido como forma de atuação.

Do total de doentes observados, 148 foram em conjunto com o meu tutor e apenas 8 em autonomia parcial. As patologias mais frequentes foram, como previsto em cuidados de saúde primários, HTA Sem Complicações, DM e Infecção aguda das vias aéreas superiores.

Realizei também um caso clínico com base numa visita ao domicílio de um doente com multimorbilidade e num contexto psicossocial muito desfavorável. Posteriormente o caso foi discutido em seminário no último dia de estágio. O caso evidenciou a importância da gestão integral dos doentes e das suas comorbilidades.

PEDIATRIA | 13 de março a 14 de abril de 2023

O meu estágio parcelar de Pediatria decorreu no Hospital Dona Estefânia. Acompanhei maioritariamente a Dr^a Catarina Diamantino na consulta de endocrinologia pediátrica, no serviço de urgência e no internamento. Para alargar a variedade de patologias observadas, acompanhei também médicos de outras áreas, como a pediatria geral, imunoalergologia e cardiologia pediátrica.

Ao longo das 4 semanas de estágio observei 84 doentes. As patologias mais frequentes foram enviadas pelo serviço de endocrinologia. Aí, DM tipo 1 e déficit de crescimento (como consequência de diferentes patologias) foram os problemas mais observados. Na Cardiologia Pediátrica, no Hospital de Santa Marta, destaco a Tetralogia de Fallot e a miocardiopatia dilatada com disfunção biventricular como as patologias mais interessantes. Na enfermaria de pediatria geral realço casos de patologias pouco comuns, Shaken Baby Syndrome, Síndrome Wiskott-Aldrich, Síndrome Dandy Walker e Artrite séptica por Kingella Kinge. No serviço de urgência predominaram infeções das vias aéreas superiores, crises de sibilância/asma, infeções gastrointestinais e febre sem foco. Também no serviço de urgência tive oportunidade de avaliar os doentes autonomamente, tendo o médico responsável ficado a assistir, intervindo apenas quando oportuno. Realizei medições de sinais vitais e curvas de percentil; exames físicos e neurológicos sumários, incluindo otoscopias e avaliações ORL. Destaco os desafios inerentes à avaliação de doentes em idade pediátrica.

Assisti, semanalmente, a sessões clínicas sobre diferentes temas, nomeadamente: Diabetes Tipo 1; Doença de Crohn em idade pediátrica; e Ingestão Medicamentosa Voluntária. Na última semana, juntamente com os restantes colegas de 6^o ano, realizámos um seminário que abordou os seguintes temas: Malformações urinárias: válvulas da uretra posterior e refluxo vesicoureteral; Meningite bacteriana;

Diabetes insipidus; Otite média aguda complicada; Maus-tratos em crianças e jovens; e Malformação de Chiari.

GINECOLOGIA E OBSTÉTRICA | 17 de abril a 12 de maio de 2023

O meu estágio de Ginecologia e Obstetrícia foi realizado na Maternidade Alfredo da Costa durante de 4 semanas. As primeiras duas em obstetrícia, e as seguintes em ginecologia. No início do estágio realizei o workshop “The Woman” que foi muito oportuno a rever a maioria dos conteúdos de GO.

No primeiro período, passei pela maioria das fases de seguimento da grávida: consulta de interrupção voluntária da gravidez; consulta de referenciação; consulta de alto risco; consulta de nutrição; enfermaria materno-fetal; serviço de urgência com assistência em partos eutócicos e cesarianas; cesarianas eletivas; e puerpério. Observei um total de 37 mulheres com várias patologias, entre as quais realço, pela sua relevância clínica, a pré-eclampsia, vasa previa e o parto pré-termo. Realizei medições uterinas, toques vaginais, avaliações do colo, colheita de exsudados vaginal e ano-retal. Interpretei CTGs, análises e ecografias.

No segundo período, relativo à ginecologia, frequentei a consulta geral de ginecologia, serviço de urgência e bloco operatório. Participei ativamente em todos os momentos, inclusivamente tive oportunidade de participar em 2 histerectomias e em 2 cesarianas como 2º assistente. Ainda, assisti às sessões formativas semanais, e na última semana apresentei um caso clínico sobre parto pré-termo.

No final destas semanas, em conjunto com os restantes colegas de 6º ano, realizámos um seminário. Os temas apresentados foram: “Parto Pré-Termo”; “Interrupção Voluntária da Gravidez”.

ELEMENTOS VALORATIVOS

Desde cedo procurei ser melhor amanhã do que sou hoje. Acredito que estamos em constante transformação, assim procurei crescer em várias áreas paralelamente ao curso de medicina, entre as quais destaco a liderança, a gestão, a inteligência emocional, a cultura geral, a comunicação e relação com o próximo.

Joguei rugby 15 anos, fui capitão, joguei pela Seleção Nacional sub-16 e joguei até ao escalão sénior do Vitória de Setúbal. Na faculdade joguei pela NOVA University. Neste desporto foram-me inculcidos valores como o respeito por todos os intervenientes e o espírito de equipa, que juntos somos mais. Em 2017 ingressei na Academia Militar, na altura uma forma de estudar medicina em Lisboa. Felizmente vim a aperceber-me que esta casa me deu muito de bom. Desenvolvi características necessárias na vida militar, tais como a disciplina, liderança, camaradagem, espírito sacrifício. Estes valores são transferíveis para outros contextos, sendo uma mais-valia no contexto de prestação cuidados de saúde e na relação humana. Para além disso,

tive várias disciplinas na academia militar que alargaram o meu conhecimento. Destaco as cadeiras de Noções Gerais de: Direito Administrativo; Logística Militar; Relações Internacionais; e Ética e Liderança.

Por outro lado, desde o início do curso que procuro envolver-me em atividades extracurriculares. Sou voluntário na ReFood desde 2018, participei em ações do banco alimentar e fui chefe da comissão de voluntariado da academia militar. O voluntariado expôs-me ao problema da desigualdade, pobreza e fome. Assim, de forma mais humana, encaro os diferentes contextos sociais dos doentes holisticamente, tentando decifrar fatores predisponentes, precipitantes e perpetuadores de doença.

Durante a maioria do curso trabalhei como guia equestre e turístico no Hotel Casa Palmela. Fui responsável pela gestão dos cavalos e execução dos passeios a cavalo. Com isto acredito que melhorei a minha capacidade de gestão de tempo e de prioridades, assim como a capacidade de comunicação com pessoas de diferentes partes do mundo e diferentes contextos. Importante para o meu desenvolvimento enquanto pessoa e da medicina que praticarei.

Tive ainda oportunidade de me desenvolver na área do empreendedorismo. Num projeto em conjunto com colegas do 6º ano debruçámo-nos sobre a Gestão dos Danos Colaterais da Pandemia em Pessoas com Doença Crónicas. Este projeto surgiu no âmbito da Angelini University award. Projetámos de centralização de informação (online e em app), com o intuito de integrar dados e produtos disponibilizados por unidades de saúde e paralelamente promover a literacia em saúde de utentes e profissionais. Fomos semifinalistas do concurso.

Relativamente à medicina, realizei um CEMEF, na Ilha da Madeira, na especialidade de neurocirurgia, que me ajudou a abrir horizontes. Neste sentido, tive também a sorte de realizar o Erasmus + num hospital de referência, numa capital do mundo, em que pude sair da zona de conforto e contactar com uma cultura sem igual. Ainda, assisti desde o primeiro ano de curso a várias conferências e formações extracurriculares nacionais e internacionais, palestras e *webinars*, de temas diversos, entre os quais destaco nutrição, desporto, trauma e cirurgia, saúde mental e cuidados de saúde primários. Considero estas atividades bastante úteis para o meu desenvolvimento enquanto médico, sendo inevitável a atualização científica na prática clínica.

Apresento em anexo os respetivos certificados.

REFLEXÃO CRÍTICA

Terminado o Estágio Profissionalizante do 6º ano, cabe-me refletir criticamente sobre o mesmo. Este ano letivo marca o fim do percurso que fiz nos últimos 6 anos, traçado para me formar enquanto médico. Considero que os objetivos a que me propôs foram globalmente cumpridos. As estratégias pensadas para esse sucesso estão em anexo.

Graças a um estudo dedicado e progressivo, acompanhando os diferentes estágios pelos quais passei, consegui integrar conhecimentos teórico-práticos, contribuindo assim para a minha preparação para a Prova Nacional de Acesso, como planeei. A prática foi essencial nessa consolidação, pelo que considero o tempo investido em estágio imprescindível. Realço o acesso através da universidade à plataforma digital *AMBOSS*, que permite, quase instantaneamente, rever conteúdos no telemóvel prementes no decorrer do estágio.

A frequência em diferentes áreas ao longo do ano permitiu-me inteirar-me sobre várias especialidades, tendo assim mais dados para decidir o meu futuro enquanto médico. Tanto no estágio de MI, como no estágio de CG e Ped passei por outros serviços (Gastroenterologia, Cardiologia, Anestesiologia, Cirurgia Plástica, Cirurgia Vasculare Pneumologia).

No entanto, e relativamente ao que aprender medicina concerne, de formas distintas todos os estágios foram úteis – e, obviamente, uns mais que outros. Passo a especificar.

Quanto ao desenvolvimento do raciocínio clínico penso que todos os estágios foram importantes, mas não posso deixar de enfatizar o parcelar de MI e MGF. Pela grande componente prática que tiveram, ao ser permitido integrar o trabalho do serviço, estando lado a lado com os restantes profissionais. Sem dúvida estes foram os estágios mais importantes, principalmente porque me permitiram ganhar confiança na abordagem dos doentes e melhorar as técnicas de comunicação, tanto entre profissionais de saúde como com os pacientes e as suas famílias. Em MGF melhorei o uso do tempo como meio diagnóstico e treinei a prescrição terapêutica farmacológica e não farmacológica.

Por outro lado, sinto que as minhas interações com os doentes melhoraram com o passar do tempo. Não que seja uma pessoa com dificuldade em falar, mas o correto uso da palavra, isto é dizer as coisas certas, na altura certa e da forma certa, é uma arte que exige aprimoramento constante. Em MGF e PED foi-me mais fácil treinar a comunicação e condução de consultas, inicialmente através da observação dos tutores e gradualmente passei a ser eu a conduzir o momento. Por outro lado, em MI ganhei tato com a transmissão de más notícias, algo que tive de pedir à tutora. A dificuldade em ser empaticamente objetivo surpreendeu-me com a mistura de emoções ao dar más notícias. O carinho que ganhei por alguns doentes foi inesperado.

No entanto, noutros casos foi-me difícil criar a relação empática necessária à aliança terapêutica. É algo que terei de trabalhar. Dou o exemplo de um caso no SU de psiquiatria, em que perante um doente histriónico tive clara noção que não conseguiria ter uma intervenção de sucesso sozinho. Felizmente estava com um especialista que me espantou pela sua atuação. Sensibilizou-me que, de facto, muitos dos doentes do foro psiquiátrico são vítimas da sua enfermidade, sem qualquer tipo de insight. Também nesta especialidade, e à semelhança de MGF, consciencializei-me da influência da história psicossocial em todo o processo de doença, terapêutica e prognóstico. Relembro uma visita domiciliária em MGF. Um doente com multicomorbilidades que o impediam de andar. Vivia num 4º andar de um prédio pombalino (sem elevador), onde pagava 460€ de renda e recebia 532€ de reforma. Concluí que de poupo me serve saber tratar a insuficiência cardíaca se não tiver em conta que este doente não tinha como pagar os medicamentos, como se deslocar para os adquirir e que a sua preocupação era, mais do que a sua saúde, o filho de 43 anos que ainda vivia em casa. Isto é um exemplo da necessidade da visão completa e individualizada de cada doente.

Relativamente ao reconhecimento de situações de urgência, considero que a frequência do serviço de urgência nos diferentes estágios parcelares representa uma boa amostra, que de forma prática me ajudaram a orientar a atuação médica. No entanto, quanto a casos de emergência, penso que o estágio profissionalizante não me proporcionou momentos suficientes de ensino. Não me sinto capacitado para salvar vidas em contexto de emergência. Talvez essa competência só seja adquirível com a prática. Com isso em mente, e projetando os cursos de Suporte Avançado de Vida, Tactical Combat Casualty Care e Pre-Hospital Trauma Life Support no próximo ano em contexto de saúde militar, espero capacitar-me para atuar perante emergências médicas.

Não menos importante, há muito tempo que desejava adquirir uma compreensão mais abrangente da prática médica fora de Portugal. Assim como conhecer novas culturas e diferentes formas de estar na vida. Posto isto, decidi fazer o estágio de CG em Istanbul, Turquia. Por várias razões: 1) nos 3 anos anteriores tentei estagiar durante o verão, na Tailândia em 2020, México em 2021 e Israel em 2022. Tudo cancelado pela pandemia. 2) tinha o desejo de acrescentar uma experiência no estrangeiro ao meu currículo, com uma realidade cultural diferente. Felizmente consegui alienar essa vontade a uma faculdade de bom nível científico, a número 1 da Turquia.

Concluindo, e com todos estes fatores em mente, acredito que aumentei a probabilidade de vir a ser um bom médico. Sinto que cresci a nível pessoal, emocional e intelectual. Crescimento crucial para a minha carreira, que terei de manter. O caminho faz-se caminhando! Ainda tenho muito que percorrer, sempre com ganas de ser melhor amanhã do que sou hoje.

Que este caminho não acabe.

ANEXOS

Anexo 1 – Informações gerais sobre os estágios

ESTÁGIO	REGENTE	PERÍODO	LOCAL	TUTOR(A)
CIRURGIA GERAL	Prof. Doutor Rui Maio	1 de setembro a 30 de outubro de 2022	Istanbul Faculty of Medicine	Prof. Dr Metin Keskin
MEDICINA INTERNA	Prof. Doutor António Mário Santos	31 de outubro de 2022 a 06 de janeiro de 2023	Hospital das Forças Armadas	Dra. Ana Afonso
SAÚDE MENTAL	Prof. Doutor Miguel Cotrim Talina	16 de janeiro a 10 de fevereiro de 2023	Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa	Dra. Inês Cargaleiro
MEDICINA GERAL E FAMILIAR	Prof. Doutor Daniel Pinto	13 de fevereiro a 10 de março de 2023	USF da Baixa	Dr. João Sousa
PEDIATRIA	Prof. Doutor Luís Varandas	13 de março a 14 de abril de 2023	Hospital Dona Estefânia	Dra. Catarina Diamantino
GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA	Prof. Doutora Teresinha Simões	17 de abril a 12 de maio de 2023	Maternidade Alfredo da Costa	Dra. Celina Ferreira + Dra. Teresa Araújo

Tabela 1 – Aspetos gerais sobre os estágios

Anexo 2 – Informações gerais sobre apresentações desenvolvidas

ESTÁGIO	TÍTULO	SUMÁRIO	AUTOR(ES)
CIRURGIA GERAL	Shock: A Deep Dive into a Life-Threatening Medical Condition	Causas de choque Abordagem ao doente com choque	André Moreira Pedro Fontes
MEDICINA INTERNA	Caso Clínico – Síndrome Nefrótica	Apresentação Caso clínico Abordagem ao doente com edema Resumo da Insuficiência Cardíaca Síndrome Nefrótica: Definição; Etiologia; Manifestações; Diagnóstico; Abordagem; Tratamento	André Moreira Pedro Fontes
SAÚDE MENTAL	História Clínica	Hipóteses diagnósticas: Esquizofrenia; Perturbação delirante; Perturbação Esquizoafetiva; Perturbação da Personalidade Esquizotípica; Episódio depressivo grave com psicose.	Pedro Fontes

MEDICINA GERAL E FAMILIAR	Apresentação e discussão de Caso Clínico	Doente com multimorbilidades, num contexto psicossocial desfavorável	Pedro Fontes
PEDIATRIA	“Uma sede Insaciável – Caso Clínico”	Apresentação de Caso clínico Revisão teórica sobre Diabetes insipidus: Definição; Etiologia; Manifestações; Diagnóstico; Abordagem; Tratamento	André Moreira Francisco Barroso Margarida Cordeiro Pedro Fontes
	História Clínica	Hipóteses diagnósticas: Diabetes insipidus (Central vs. Nefrogenica); Polidipsia primária; DM não tratada	Pedro Fontes
GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA	Parto Pré-Termo	Apresentação de Caso clínico Revisão teórica sobre Parto Pré-Termo: Definição; Etiologia; Manifestações; Diagnóstico; Abordagem; Tratamento	André Moreira Mariana Morais Pedro Fontes

Tabela 2 – Listagem dos trabalhos

Anexo 3 – Aspetos positivos e negativos dos estágios parcelares

ESTÁGIO	PONTOS POSITIVOS	PONTOS NEGATIVOS
CIRURGIA GERAL	<p>Participação em cirurgias</p> <p>Apresentação de doentes nas visitas hospitalares</p> <p>Estágio no estrangeiro, contacto com outra realidade cultural e religiosa</p> <p>Curso TEAM e sessões de simulação no Hospital da Luz</p>	<p>Barreira linguística</p> <p>Não presença nos serviços de CG portugueses</p>
MEDICINA INTERNA	<p>Autonomia concedida</p> <p>Atribuição de doentes</p> <p>Frequência do SU</p> <p>Sessões clínicas</p> <p>Apresentação de doentes em reuniões de serviço</p>	<p>Aulas no final do estágio seriam mais uteis se tivessem sido no início</p> <p>Workshops pouco práticos</p> <p>Muita carga horária</p>
SAÚDE MENTAL	<p>Diversificação de serviços observados</p> <p>Sessões teórico-práticas</p> <p>Sensibilização para a saúde mental com uma interpretação sem juízos de valor</p>	<p>Falta de autonomia</p>
MEDICINA GERAL E FAMILIAR	<p>Relação tutor-aluno 1:1</p> <p>Consultas em autonomia parcial</p> <p>Diversidade de consultas</p> <p>Estágio em unidade tipo B</p>	<p>Autonomia aquém da expectativa</p> <p>DEO demasiado trabalhoso</p>
PEDIATRIA	<p>Rotatividade de subespecialidades</p> <p>Frequência do SU</p> <p>Seminário</p>	<p>Área muito específica (endocrinologia pediátrica) limitou a autonomia</p>

Frequência do SU

Participação em cirurgias

Procedimentos de diagnóstico e terapêutica

Workshop

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA Tutor de obstetrícia ser interno de 1º ano

Tabela 3 – Pontos positivos e negativos de cada estágio

Anexo 4 – Casuística dos doentes observados

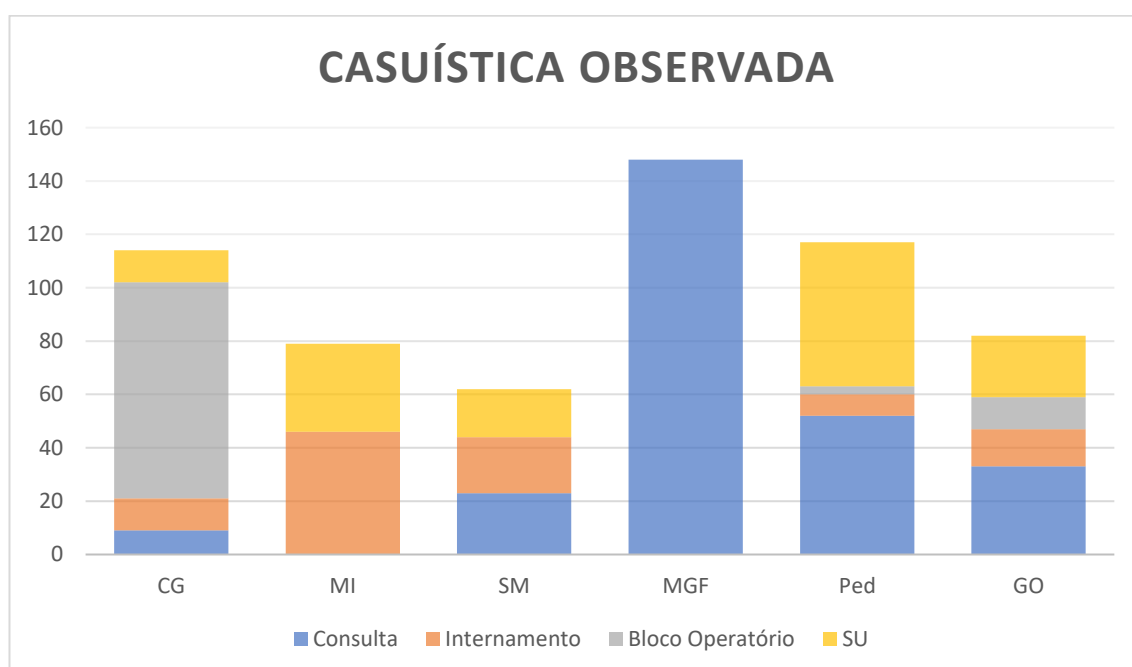


Gráfico 1 – Doentes observados

Estágio	Nº de procedimentos
CG	55
MI	162
SM	28
MGF	102
PED	97
GO	41

Tabela 4 - Número de procedimentos efetuados nos respetivos estágios

Anexo 5 – Principais patologias observadas

Estágio	Principais patologias observadas
CG	Cancro colorretal, Cancro da mama, Hérnias, Patologia da vesícula biliar
MI	PAC, IC, AVC, Neoplasia
SM	Esquizofrenia, Perturbação Afetiva Bipolar
MGF	Hipertensão Arterial, Alteração dos Lípidos e Diabetes Mellitus
PED	Infeções das vias aéreas superiores, crises de sibilância/asma, infeções gastrointestinais e febre sem foco
GO	APPT, hemorragia vaginal durante a gravidez; Hemorragia uterina anómala, Infeção vaginal

Tabela 5 – Principais patologias observadas

Anexo 6 – Autoavaliação

Objetivo	Cumprido/Não cumprido	Comentários
1	Cumprido	Discussão constante com os tutores e acesso à AMBOSS foram fulcrais.
2	2/3	Nas patologias mais comuns sinto-me à vontade. Ainda assim há muitas não tão comuns.
3	2	No geral sinto-me capaz.
4	2	Não me deparei com situações de emergência
5	2	Nunca se domina a 100% diria, algo que terei de continuar a trabalhar
6	Cumprido	São mais as especialidades que gosto do que as que sei que não quero
7	Cumprido	Apesar de ter integrado a influencia psicossocial, é preciso estar sempre alerta para identificar essas situações
8	Cumprido	Muito haverá ainda por comparar
9	Cumprido	Foi um ano cheio de experiências novas, sinto que cresci enquanto pessoa

0 – Não sei; 1 – Sei na teoria, mas não sei fazer na prática; 2 – Sou capaz de fazer com ajuda do meu tutor; 3 – Sou capaz de fazer sozinho e sem falhas;

Tabela 6 – Autoavaliação

Anexo 7 – Objetivos e estratégias

OBJETIVOS DEFINIDOS	ESTRATÉGIAS
1) Integrar e consolidar os conhecimentos teóricos previamente adquiridos, cimentando-os com a prática, contribuindo para minha preparação para a PNA	<ul style="list-style-type: none"> - Estudar os conceitos teóricos mais relevantes, subjacentes à especialidade de cada estágio - Aplicar esses conceitos em ambiente prático - Discutir e colocar dúvidas sobre casos - Tirar dúvidas no momento com a <i>AMBOSS</i>
2) Desenvolver o raciocínio clínico necessário para chegar ao diagnóstico e aos respetivos diagnósticos diferenciais com base na apresentação do doente	<ul style="list-style-type: none"> - Estudar os conceitos teóricos mais relevantes, subjacentes à especialidade de cada estágio - Aplicar esses conceitos em ambiente prático - Discutir e colocar dúvidas sobre casos - Tirar dúvidas no momento com a <i>AMBOSS</i>
3) Planear a gestão do paciente, incluindo prescrição farmacológica, e não farmacológica	<ul style="list-style-type: none"> - Estar atento à atuação do médico e discutir as decisões terapêuticas, segundo a individualização de cada caso - Estudar e rever as guidelines terapêuticas
4) Reconhecer e intervir em situações de urgência e emergência	<ul style="list-style-type: none"> - Acompanhar atentamente e participar nos su - Discutir com os tutores os casos - Estudar a abordagem das patologias mais comuns
5) Melhorar as capacidades condução das interações com o doente, assim como de comunicação, especialmente no que diz respeito à adesão terapêutica, transmissão de informações clínicas, utilização de entrevistas motivacionais e comunicação de más notícias	<ul style="list-style-type: none"> - Observar os tutores e posteriormente praticar a comunicação com todos os envolventes - Refletir sobre os momentos de contacto com os doentes - Rever a literatura - Procurar e aprender com bons e maus exemplos
6) Inteirar-me sobre o dia a dia de um médico nas várias especialidades, auxiliando na minha decisão sobre a escolha de especialidade	<ul style="list-style-type: none"> - Acompanhar os tutores nas diferentes áreas - Questionar os tutores sobre realização pessoal, qualidade de vida, desafio da especialidade, vencimento
7) Consciencializar-me das influências psicossociais na doença e no tratamento	<ul style="list-style-type: none"> - Discutir os casos com os tutores e assistentes sociais - Rever a literatura sobre o assunto
8) Comparar a medicina praticada em Portugal com o estrangeiro	<ul style="list-style-type: none"> - Estar atento e questionar sobre o funcionamento dos serviços em ERASMUS
9) Crescer a nível pessoal	<ul style="list-style-type: none"> - Absorver o maior número de experiências e refletir sobre as mesmas - Sair da zona de conforto

Tabela 7 – Objetivos e estratégias

Anexo 8 – Certificado ERASMUS +



SERVIÇO ACADÉMICO
NÚCLEO DE MOBILIDADE

BOLETIM DE RECONHECIMENTOS ACADÉMICOS

Informo que o aluno Pedro Maria de Castro Amaro Sampaio Fontes, N.º 2017453, que frequentou a *Istanbul Faculty of Medicine* (Turquia), de 01/09/2022 a 31/10/2022, ano letivo 2022/2023, no âmbito do Programa Erasmus+ Estágios, 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
Cirurgia(Estágio Parcelar)	6.º	8
Total		8

O Coordenador dos Programas de Mobilidade:


Prof. Doutor Paulo Pinhão

Lisboa, 15/12/2022

Anexo: 1 Página de Certificados de Notas

anem

Certificado Estágios Nacionais

Emitido por:

ANEM – Associação Nacional de Estudantes de Medicina
Faculdade de Medicina da Universidade do Porto
Alameda Professor Hernâni Monteiro | 4200-319 Porto

Identificação:

Pedro Maria de Castro Amaro Sampaio Fontes

15067692

Atividade certificada:

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.

Data de emissão:

5 de outubro de 2022

Realizou o seu estágio no serviço

na instituição

entre

integrado nos Estágios Nacionais em Férias organizados pela ANEM.

Francisco Franco Pêgo

Francisco Franco Pêgo
Presidente

Maria Torres de Carvalho

Maria Torres de Carvalho
Diretor de Estágios e Parcerias


anem

associação
nacional
de estudantes
de medicina

NEMUM (BRAGA)
NEM/AAC (COIMBRA)

AEFMUP (PORTO)
AEFML (LISBOA)

AEICBAS (PORTO)
AEFCM (LISBOA)

MEDUBI (COVILHÃ)
NEMED-AAUALG (ALGARVE)

Anexo 10 – Certificado de colaboração com o Hotel Casa Palmela



Hotel Casa Palmela Lda declara para os devidos efeitos que o Sr Pedro Fontes colabora com o seu departamento de experiências de uma forma regular desde 2018 onde desenvolve a actividade de equitador equestre liderando grupos Nacionais e Estrangeiros de passeios a cavalo no Parque natural da Arrábida. Informamos ainda que o Sr Pedro Fontes sempre desempenhou esta actividade com brio e zelo profissional.

Setúbal 14 de Junho de 2023

Hotel Casa Palmela

E.N. 10, Km 33,5 2900-722 Setúbal
www.hotelcasapalmela.pt

CERTIFICADO



Certifica-se que **Pedro Maria de Castro Amaro Sampaio Fontes** participou no Angelini University Award! 2021/2022, na qualidade de **Estudante**, sobre o mote de **Gestão dos Danos Colaterais da Pandemia em Pessoas com Doenças Crónicas**, com o projeto:

Bússola - o rumo na informação da saúde

Este projeto foi selecionado como um dos 15 semifinalistas.

Lisboa, 30 de novembro de 2022

DIRETORA DE RECURSOS HUMANOS & COMUNICAÇÃO
CONCEIÇÃO MARTINS

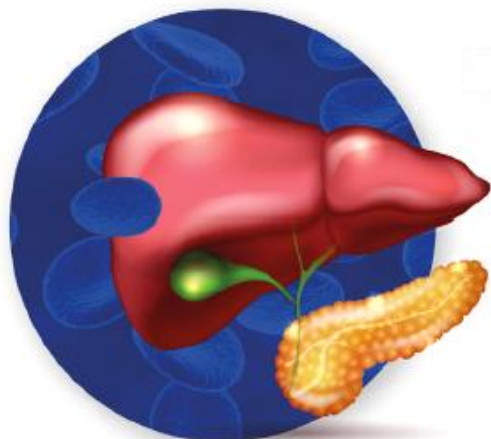


XI JORNADAS DO

CENTRO HEPATO-BILIO-PANCREÁTICO E DE TRANSPLANTAÇÃO

18 E 19 NOVEMBRO 2022

AESE BUSINESS SCHOOL
LISBOA



Pedro Fontes

Participou nas XI Jornadas do Centro
Hepato-Bilio-Pancreático e de Transplantação,
nos dias 18 e 19 Novembro de 2022, na
AESE Business School, em Lisboa.

Prof. Hugo Pinto Marques
Director de Serviço de Cirurgia do Hospital Curry Cabral

CERTIFICADO

ORGANIZAÇÃO



APOIO INSTITUCIONAL



CPDme[®]
Development for Life

**CERTIFICATE
OF ATTENDANCE**

Hereby certifies that
Pedro Maria de Castro Amaro Sampaio Fontes

Attended the
**Physical Health Monitoring in Mental Health -
Presented by Stephen Marks**

This development event is for the personal development of the individual named above. The skills, knowledge and procedures demonstrated during this seminar are not intended to be a licence to practice, the individual is requested to adhere within their normal scope of practice and within their qualified level of competency. Current practice changes regularly and it is the responsibility of the practitioner to keep upto date with current guidelines.

A digital copy of this Certificate is now available automatically in your CPD record. Download the mobile app or register for an account at www.CPDme.com

DATED
9th Feb 2023

Andrew Ormeod
Mr Andrew Ormeod
Innovations Education Director / Advanced Practitioner

CPDme and CPDcloud are trading divisions of CPD Made Easy Ltd. CPD Made Easy is a not-for-profit social enterprise designed and missioned to support education and CPD. CPDme is also a UK Registered Trademark. Permission must be sought before you use the logo or association. Registered Company in England No: 15529473
www.CPDme.com

CPDme[®]
Development for Life

**CERTIFICATE
OF ATTENDANCE**

Hereby certifies that
Pedro Fontes

Attended the
**Effective communication in flash teams -
Presented by Caroline Leech**

This development event is for the personal development of the individual named above. The skills, knowledge and procedures demonstrated during this seminar are not intended to be a licence to practice, the individual is requested to adhere within their normal scope of practice and within their qualified level of competency. Current practice changes regularly and it is the responsibility of the practitioner to keep upto date with current guidelines.

A digital copy of this Certificate is now available automatically in your CPD record. Download the mobile app or register for an account at www.CPDme.com

DATED
14th Feb 2023

Andrew Ormeod
Mr Andrew Ormeod
Innovations Education Director / Advanced Practitioner

CPDme and CPDcloud are trading divisions of CPD Made Easy Ltd. CPD Made Easy is a not-for-profit social enterprise designed and missioned to support education and CPD. CPDme is also a UK Registered Trademark. Permission must be sought before you use the logo or association. Registered Company in England No: 15529473
www.CPDme.com



CERTIFICADO

Certifica-se que

PEDRO FONTES

Participou nas **V Jornadas Salvador Allende**, realizadas no dia 12 de novembro de 2022, no Instituto Nacional de Investigação Agrária e Veterinária, em Oeiras.


SOFIA FIGUEIRA
Presidente das Jornadas



CERTIFICADO

Certifica-se que

PEDRO FONTES

Participou no **Workshop “Contraceção Intrauterina”** das **V Jornadas Salvador Allende**, realizadas no dia 12 de novembro de 2022, no Instituto Nacional de Investigação Agrária e Veterinária, em Oeiras.


SOFIA FIGUEIRA
Presidente das Jornadas



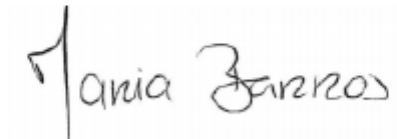
Declaração

Certifica-se que Pedro Fontes, titular do Cartão de Cidadão com o nº de identificação 15067692, frequentou o seguinte evento científico:

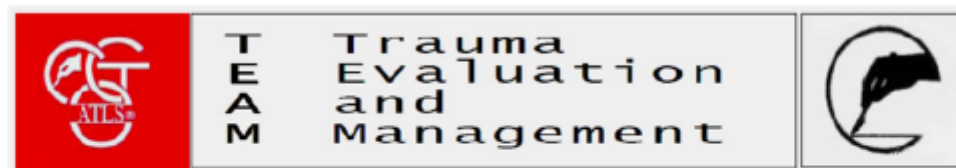
Um Dia com o Pé

que decorreu a 10 de Dezembro de 2022, com a duração de 7 horas e 30 minutos, no seguinte local: Hospital CUF Tejo

Carnaxide, 10 de Dezembro de 2022



Maria Barros



Certificado

Pelo presente se certifica que

PEDRO MARIA DE CASTRO AMARO SAMPAIO FONTES

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 3 e 4 de Novembro de 2022.

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

Professor Doutor Rui Maio
Regente U.C. Cirurgia Estágio

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

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

Learner Transcript

Pedro Maria de Castro Amaro Sampaio Fontes



Enrolled	Completed	In Progress	Not Completed	Credits Earned	Credits Available
3	1	1	1	0	0

Completed

ENROLLED	COMPLETED	COURSE/PROGRAM	EARNED CREDITS
No Date Set	2022/02/18	Best Practices for Biomedical Research Data Management (Harvard Medical School)	



Course Completed

Hi Pedro Maria De Castro Amaro Sampaio Fontes,

You have successfully completed Best Practices for Biomedical Research Data Management (HE).

Keep learning.

Canvas Network



iMed Conference® 11.0 Lisbon 2019

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Pedro Fontes

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15067692

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-84kwx59fzgow

Evento

iMed Conference® 11.0 Lisbon 2019

16-10-2019 13:30 → 20-10-2019 14:00

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

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



*ACADEMIA MILITAR
CORPO DE ALUNOS*

DECLARAÇÃO

Para apresentação na IFMSA - International Federation of Medical Students Association, declaro que o Cadete Aluno Pedro Maria Castro Amaro Sampaio Fontes, número de corpo 10, é aluno da Academia Militar e pertenceu no Ano Letivo 2018/2019 à Comissão de Actividades de Solidariedade e Sustentabilidade.

Por ser verdade e me ter sido pedida, mandei passar a presente declaração que vai por mim assinada e autenticada com o selo branco em uso neste Corpo de Alunos.

Academia Militar em Lisboa, 06 de novembro de 2019

O COMANDANTE DO CORPO DE ALUNOS

PAULO JORGE LÓPES DA SILVA
COR CAV



CERTIFICADO DE VOLUNTARIADO

Certifica-se que Pedro Fontes é voluntário no núcleo Re-food da Freguesia de Santo António, desde Janeiro de 2019, sendo responsável pela tarefa de recolha de alimentos junto dos nossos parceiros.

Lisboa, Outubro, 2019

Ana Rita Pedraso

Pel' A Coordenação da Equipa Re-food Santo António





FUNDAÇÃO CHAMPALIMAUD
14 NOVEMBRO 2018

Medicina de Catástrofe

CERTIFICADO

Certifica-se que Pedro Maria de Castro Ferraz Sampaio Fontes
esteve presente nas II Jornadas Defesa + Saúde: Medicina de Catástrofe, organizadas pela
Direção-geral de Recursos da Defesa Nacional do Ministério da Defesa Nacional, realizadas
no dia 14 de novembro de 2018, na Fundação Champalimaud.

Lisboa, 14 de novembro de 2018

O Diretor-geral de Recursos de Defesa Nacional

Alberto António Rodrigues Coelho

SEMINÁRIO SAÚDE E OBJETIVOS
DE DESENVOLVIMENTO
SUSTENTÁVEL:
DESAFIOS PARA UMA DÉCADA



CERTIFICADO

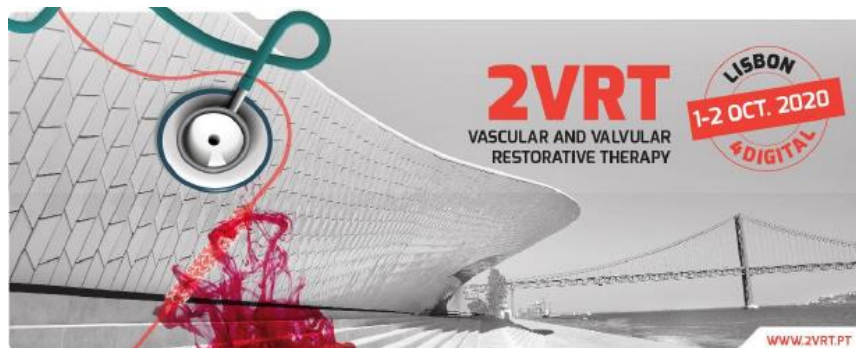
Pedro Fontes

esteve presente no Seminário Saúde e Objectivos de Desenvolvimento Sustentável: Desafios para uma Década, organizado pela Direção Geral da Saúde/Plano Nacional de Saúde e que teve lugar no dia 9 de Outubro 2019 das 09:30h às 18:00h, na Fundação Calouste Gulbenkian.

Diretora-Geral da Saúde

Diretora Executiva
Plano Nacional de Saúde





**CERTIFICADO
PRESENÇA**

Certifico que:

Pedro Fontes

Participou na Reunião **2VRT - Valvular and Vascular Restorative Therapy**,
edição digital que decorreu nos dias 1 e 2 de Outubro de 2020.

Manuel de Sousa Almeida

Miguel Santos

Pedro Farto e Abreu

Rui Campante Teles

Diretores do Curso 2VRT2020

**Cambridge English Level 1 Certificate in
ESOL International (First)***

This is to certify that

PEDRO MARIA DE CASTRO AMARO SAMPAIO FONTES

has been awarded

Grade C

in the

First Certificate in English

Council of Europe Level B2

Overall Score 168

Reading	165
Use of English	171
Writing	160
Listening	172
Speaking	174

Date of Examination **MARCH (FCE1) 2016**
Place of Entry **LISBON**
Reference Number **163PT0080059**
Accreditation Number **500/2705/0**

Saul Nassé
Chief Executive

*This level refers to the UK National Qualifications Framework

Date of Issue 19/04/16
Certificate Number 0052723454

00296836

Regulated by
Ofqual
For more information see <http://register.ofqual.gov.uk>

