

Mestrado Integrado em Medicina
Ano Letivo 2023/2024

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

REGENTE: PROFESSOR DOUTOR RUI MAIO

ORIENTADOR: PROFESSOR DOUTOR ALBINO MAIA



AGRADECIMENTOS

Aos meus tutores e professores, pelos ensinamentos transmitidos e pela confiança em mim depositada.

Aos doentes com que contactei, pela oportunidade de aprender para além dos livros, e de compreender a verdadeira essência de cuidar.

Aos meus colegas, pela troca de conhecimentos e espírito de camaradagem.

À minha família e amigos, pelo apoio incondicional mesmo quando de mim duvidei.

À Sofia, pelo seu amor e paciência, e por ser pilar nos momentos mais difíceis.

A todos vós, o meu mais sincero obrigado.

“Invoco em mim recordações

Que não têm fim, dessas lições

Frente ao jardim do velho Campo de Santana.”

Vasco Santana, “A Canção de Lisboa” (1933)

GLOSSÁRIO

BO – Bloco Operatório

CDT – Consulta de Decisão e Terapêutica

CIT – Certificado de Incapacidade Temporária

CSP – Cuidados de Saúde Primários

DM2 – Diabetes Mellitus Tipo 2

EAM – Enfarte Agudo do Miocárdio

ECG – Eletrocardiograma

EP – Estágio Parcelar

HCC – Hospital de Curry Cabral

HEM – Hospital de Egas Moniz

HLL – Hospital da Luz de Lisboa

HTA – Hipertensão Arterial

HUAN – Hospital Universitário Agostinho Neto

JFB – Junta de Freguesia de Belém

MAC – Maternidade Alfredo da Costa

MCDT – Método Complementar de Diagnóstico e Terapêutica

MGF – Medicina Geral e Familiar

MIM – Mestrado Integrado em Medicina

NEE – Necessidades Educativas Especiais

PAB – Perturbação Afetiva Bipolar

PEA – Perturbação do Espectro do Autismo

PHDA – Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção

PNA – Prova Nacional de Acesso

SU – Serviço de Urgência

TEAM – *Trauma Evaluation and Management*

TP – Trabalho de Parto

UC – Unidade Curricular

VIH – Vírus da Imunodeficiência Humana

ÍNDICE

INTRODUÇÃO.....	1
OBJETIVOS.....	1
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS.....	1
1. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR	2
2. ESTÁGIO PARCELAR DE PEDIATRIA.....	2
3. ESTÁGIO PARCELAR DE GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA	3
4. ESTÁGIO PARCELAR DE SAÚDE MENTAL	3
5. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA INTERNA.....	4
6. ESTÁGIO PARCELAR DE CIRURGIA	4
ELEMENTOS VALORATIVOS	5
REFLEXÃO CRÍTICA	6
APÊNDICES.....	9
APÊNDICE 1 – Cronograma dos Estágios Parcelares.....	9
APÊNDICE 2 – Descrição breve dos trabalhos realizados em cada Estágio Parcelar	10
APÊNDICE 3 – Discriminação das Atividades Formativas de cada Estágio Parcelar.....	11
APÊNDICE 4 – Casuística de doentes observados em cada Estágio Parcelar.....	12
Apêndice 4.1 – Casuística do EP de Medicina Geral e Familiar	12
Apêndice 4.2 – Casuística do EP Pediatria	13
Apêndice 4.3 – Casuística do EP de Ginecologia e Obstetrícia	14
Apêndice 4.4 – Casuística do EP de Saúde Mental	15
Apêndice 4.5 – Casuística do EP de Medicina Interna.....	16
Apêndice 4.6 – Casuística do EP de Cirurgia	17
APÊNDICE 5 – Relato da Experiência de Mobilidade em Cabo Verde no EP de MGF.....	18
APÊNDICE 6 – Estratégias utilizadas e Autoavaliação de nível obtido para cada Objetivo Geral	22

ANEXOS	23
ANEXO I – Certificado de Participação na Formação sobre Episiotomia e Lacerações Perineais	23
ANEXO II – Certificado de Participação no Workshop “Alterações do Equilíbrio Ácido-Base”	24
ANEXO III – Certificado de Participação no Workshop “Decisões em Fim de Vida”	24
ANEXO IV – Certificado de Participação no Curso TEAM	25
ANEXO V – Certificado de Participação na Sessão de Simulação do HLL	25
ANEXO VI – Certificado de Mérito de Melhor Aluno do 5º ano do MIM	26
ANEXO VII – Certificado de Colaboração como Monitor de Anatomia	27
ANEXO VIII – Certificado de Colaboração como Monitor de Fisiologia	28
ANEXO IX – Certificado de Participação no Congresso Nacional de Cirurgia do HLL.....	29
ANEXO X – Certificado de Participação no <i>World Pancreatic Cancer Day</i>	29
ANEXO XI – Certificados de Participação nas atividades do iMed Conference® 15.0	30
ANEXO XII – Certificado de Participação no Curso de Eletrocardiografia e Arritmias Cardíacas	34
ANEXO XIII – Certificado do Programa ERASMUS+ em Maribor, Eslovénia	35
ANEXO XIV – Certificado de Mobilidade em Cabo Verde no EP de MGF.....	37
ANEXO XV – Certificado de Participação no Projeto Orient’Agir	38
ANEXO XVI – Certificado de Monitor de Campo de Férias na JFB	39

INTRODUÇÃO

O Estágio Profissionalizante, integrado no plano curricular do 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas, pressupõe, como objetivo principal, assegurar uma adequada transição entre o estatuto de estudante de Medicina e de Médico. Deste modo, após cinco anos de constante aquisição de conhecimentos teóricos e práticos, este estágio surge como uma ferramenta fulcral para a aplicação e aprofundamento dos mesmos no contexto de prática clínica, fomentando no aluno pré-graduado uma crescente capacitação e autonomia para o seu futuro profissional. O presente relatório pretende abordar, de forma sucinta, os objetivos gerais por mim estabelecidos para este estágio profissionalizante, seguindo-se a descrição de objetivos específicos e atividades desenvolvidas em cada EP (Medicina Geral e Familiar, Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia, Saúde Mental, Medicina Interna e Cirurgia), a referência a elementos valorativos no meu percurso académico e, por fim, uma reflexão crítica com enfoque nos objetivos que me propus a cumprir.

OBJETIVOS

Partindo das minhas expectativas pessoais, e tendo por base a leitura dos documentos “*O Licenciado Médico em Portugal*” e “*The Tunning Project – Learning Outcomes/Competences for Undergraduate Medical Education in Europe*”, estabeleci para o meu estágio profissionalizante objetivos focados em duas principais vertentes. **Conhecimentos e aptidões clínicas:** 1) consolidar e aprofundar conhecimentos relativos às principais patologias de cada especialidade; 2) aprimorar o meu raciocínio clínico, de modo a realizar marchas diagnósticas adequadas com base nos principais diagnósticos diferenciais; 3) reconhecer e abordar corretamente situações clínicas urgentes; 4) desenvolver capacidades de elaboração de planos terapêuticos personalizados; 5) praticar regularmente a colheita de uma anamnese completa e a realização de um exame objetivo metódico; 6) proceder à adequada redação de registos clínicos; 7) adquirir autonomia na correta execução de procedimentos médicos simples. **Componente humana, comunicacional e comportamental:** 8) desenvolver competências comunicativas verbais e não-verbais adequadas ao contacto com os doentes e suas famílias, bem como com outros profissionais de saúde; 9) recorrer a uma abordagem biopsicossocial na interação com os doentes, tendo em conta as suas crenças culturais e determinantes sociais; 10) participar de forma proativa nas atividades clínicas diárias das equipas que integro.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

Relativamente aos vários EP realizados, apresento em apêndice o cronograma dos mesmos (*Apêndice 1*), a descrição dos trabalhos realizados (*Apêndice 2*), a discriminação de atividades formativas de cada um (*Apêndice 3*), e a casuística de doentes observados (*Apêndice 4*). Passo agora a uma breve descrição acerca das atividades desenvolvidas em cada EP, bem como os objetivos específicos que estabeleci para os mesmos.

1. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR | 4 de setembro a 22 de setembro de 2023

Realizei o meu EP de MGF em contexto de mobilidade, no Centro de Saúde de Tira Chapéu, na cidade da Praia, sob a tutoria do Dr. Paulo Graça. Neste, defini como objetivos específicos: 1) conhecer a organização dos CSP em Cabo Verde, um país com recursos reduzidos em comparação com Portugal; 2) contactar com as patologias mais prevalentes nos CSP de Cabo Verde; 3) aprimorar competências na gestão de prioridades para cada doente; 4) realizar consultas em autonomia parcial. Assisti a um total de 211 consultas das diferentes valências, das quais realizei 61 em autonomia parcial. Em termos sociodemográficos, apenas 9% (n=19) dos doentes tinham 60 ou mais anos. A maioria das consultas foram de Doença Aguda (n=77), nas quais os diagnósticos mais comuns foram a gastroenterite aguda (n=13) e a Infecção aguda das vias aéreas superiores (n=7). Na consulta de Saúde de Adultos, destaco ter apenas observado 18 consultas (30,5%) com intuito de seguimento de HTA ou DM2, e destaco ainda o facto de ser bastante mais comum que em Portugal a infecção por VIH (tendo-me sido possível observar um Sarcoma de Kaposi como forma de diagnóstico inaugural). Nas consultas de saúde materna, pratiquei de forma regular o exame objetivo ginecológico e obstétrico (n=27) e pude realizar 3 colpocitologias. Pude, ainda, colaborar nas consultas de Saúde Infantil e Juvenil e de Planeamento familiar. Ao longo do estágio, além de praticar bastante o exame objetivo, pude também elaborar receitas médicas (n=46), solicitar MCDT's (n=34) e redigir CIT's (n=12). Tive também a oportunidade de participar numa das reuniões semanais do grupo de autoajuda de adictos. Dada a abertura que me foi cedida para tal, não quis perder a oportunidade de contactar com o meio hospitalar, e frequentei, por duas vezes, o HUAN nas valências de Medicina Interna e SU. Pela riqueza deste EP, opto por colocar no *Apêndice 5* um relato mais detalhado desta experiência de mobilidade, acompanhado de algumas fotografias.

2. ESTÁGIO PARCELAR DE PEDIATRIA | 9 de outubro a 3 de novembro de 2023

O meu EP de Pediatria teve lugar no Hospital de Cascais, sob a tutoria da Dra. Carolina Guimarães. Para este estágio, delineei como objetivos específicos: 1) reconhecer as particularidades da idade pediátrica e as suas implicações na prática clínica; 2) executar de forma estruturada um exame objetivo pediátrico; 3) desenvolver capacidades comunicativas adequadas para esta faixa etária e seus cuidadores. Neste estágio contactei com um total de 126 doentes, em diferentes valências. No Berçário foi-me atribuída uma grande autonomia na realização de triagens aos recém-nascidos, tendo sido este o contexto clínico em que observei maior número de crianças (n=46), justificando o facto de a faixa etária mais comum na minha casuística ser 0 – 12 meses (n=54, 42,9%). No SU contactei com uma abordagem sistematizada às principais patologias pediátricas agudas, destacando a gastroenterite aguda (n=5) e a bronquiolite aguda (n=5) como diagnósticos mais frequentes. Aqui, foi-me possível abordar com autonomia parcial 7 dos 32 doentes que observei, tendo aprimorado bastante as minhas técnicas anamnéticas e de exame objetivo. Na Consulta Externa, assisti sobretudo a consultas de Desenvolvimento (n=22), nas quais os diagnósticos mais comuns foram a PHDA

(n=10) e a PEA (n=6). Assisti, ainda, a consultas de Endocrinologia (n=8) e de Alergologia (n=7). No internamento contactei com apenas 11 doentes, mas com patologias muito diversas. Por fim, frequentei as diversas reuniões de serviço diárias e apresentei o artigo *“Effect of physical activity interventions on children's academic performance: a systematic review and meta-analysis”* no formato de *Journal Club*.

3. ESTÁGIO PARCELAR DE GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA | 6 de novembro a 1 de dezembro de 2023

Quanto ao EP de Ginecologia e Obstetrícia, este teve lugar na MAC, sob tutela da Dra. Laura Gomes nas primeiras duas semanas (Obstetrícia) e da Dra. Paula Ambrósio nas últimas duas semanas (Ginecologia). Como objetivos específicos defini: 1) praticar na realização das diferentes manobras e procedimentos que compõe o exame objetivo ginecológico e obstétrico; 2) contactar com a abordagem ao TP e às suas possíveis complicações imediatas ou no puerpério. Ao longo do estágio observei um total de 132 mulheres, das quais 61 estavam grávidas. Dada a abrangência da especialidade, pude contactar com diversos contextos clínicos, dos quais destaco: o Puerpério, onde pude consolidar conhecimentos e adquirir alguma autonomia na adequada avaliação da puérpera e técnicas de contraceção no pós-parto imediato; e o SU, onde pude realizar procedimentos como o exame ao espéculo e o exame bimanual, bem como frequentar Bloco de Partos, onde assisti a 7 partos (eutócicos e distócicos) e pude participar numa cesariana. No contexto do SU, os principais motivos de admissão foram relacionados o início do TP (n=13) e hemorragia uterina na gravidez (n=6). frequentei ainda a consulta externa de diferentes valências: Referência da Gravidez (n=5), Hipertensão na Gravidez (n=9), Gravidez Indesejada (n=6), Nutrição (n=6) e Ginecologia Oncológica (n=8). Assisti, ainda, à realização de técnicas ginecológicas como a ecografia ginecológica e as histeroscopias, e observei duas cirurgias ginecológicas por via robótica. Em termos formativos, assisti ao workshop *“The Woman”*, a uma Reunião Multidisciplinar de Ginecologia Oncológica e a uma formação sobre Episiotomia e Lacerações Perineais (*Anexo I*), e apresentei um caso clínico relativo a um Teratoma Ovário diagnosticado na gestação.

4. ESTÁGIO PARCELAR DE SAÚDE MENTAL | 4 de dezembro de 2023 a 12 de janeiro de 2024

Sob orientação da Dra. Raquel Fernandes, realizei as minhas 4 semanas de EP em Saúde Mental no HEM. Estabeleci como objetivos: 1) reconhecer e contactar com as principais alterações psicopatológicas das perturbações psiquiátricas mais comuns; 2) identificar e saber agir adequadamente em situações psiquiátricas urgentes e/ou de risco; 3) praticar a colheita da anamnese em doentes psiquiátricos. No total, observei 53 doentes em 56 momentos de contacto distintos, distribuídos pelos diferentes contextos clínicos. A faixa etária mais prevalente foi dos 40-49 anos (n=13, 24,5%). A Consulta Externa foi o local em que observei maior número de doentes (n=36), sendo que os diagnósticos mais comuns pertenceram ao grupo das perturbações de humor (n=17, com predomínio da PAB em n=8) e das perturbações psicóticas (n=9). Neste contexto, além de aprofundar conhecimentos teóricos, reconheci a importância da relação médico-doente

no estabelecimento de uma aliança terapêutica. No internamento contactei com 5 doentes, tendo, de novo, predominado o diagnóstico de PAB (n=3). Frequentei também o SU onde acompanhei a minha tutora na observação de 12 doentes. Durante o estágio pude, ainda, assistir a 3 sessões clínicas e a um seminário teórico-prático sobre “Urgências em Psiquiatria”. Apesar de este EP se ter manifestado essencialmente observacional, tive a oportunidade de realizar uma história clínica a um doente com Patologia Dual.

5. ESTÁGIO PARCELAR DE MEDICINA INTERNA | 22 de janeiro a 15 de março de 2024

No meu EP de Medicina Interna estagiei no Serviço de Medicina 7.2 do HCC, tendo sido acompanhado pela Dra. Heidi Gruner. Como objetivos específicos estabeleci: 1) adquirir autonomia na observação diária de doentes e 2) ser capaz de propor alterações à terapêutica, solicitar MCDT's e pedir colaboração de outras especialidades; 3) praticar na realização de procedimentos médicos, como gasimetrias arteriais; 4) redigir diários clínicos, notas de admissão e notas de alta. Neste EP, contactei com 81 doentes, ao longo de 137 momentos de contacto distintos. Frequentei maioritariamente o internamento, onde observei 34 doentes, em 89 momentos distintos (reavaliações dos doentes em diferentes dias). Aqui, foi-me atribuída autonomia crescente: eram-me diariamente atribuídos 2-4 doentes, pelos quais estava responsável por observar, analisar intercorrências, interpretar MCDT's e redigir os respetivos diários clínicos (n=52), notas de admissão (n=3) ou notas de alta (n=4). No final da manhã, discutia em equipa os doentes por mim observados, nomeadamente no que toca à requisição de MCDT's e ajustes ao plano terapêutico. As principais patologias encontradas foram do foro respiratório (n=13) e do foro cardiovascular (n=11), sendo comum a presença de diversas comorbilidades (HTA, DM2...). Estagiei também no Hospital de Dia, no qual observei sobretudo doentes com Insuficiência Cardíaca (n=4). Além da Consulta de Doenças Autoimunes (n=2), frequentei a Consulta de Geriatria (n=11), onde tive oportunidade de realizar diversas escalas geriátricas e realizar consultas em autonomia parcial. Nesta consulta, os doentes tinham idade média de 83,5 anos (*versus* 73,9 anos na enfermaria). No SU, observei 29 doentes (11 em autonomia parcial) com motivos de admissão muito diversos. Ao longo do estágio executei várias gasimetrias arteriais (n=24), além de outros procedimentos, como zaragatoas nasofaríngeas e ECG. Assisti a 3 sessões clínicas do serviço, estive presente nas 9 sessões teórico-práticas organizadas para os alunos do 6º ano e assisti aos Workshops “Alterações do equilíbrio ácido-base” (*Anexo II*) e “Decisões de fim de vida” (*Anexo III*). Por fim, realizei uma História Clínica de um caso de Insuficiência Cardíaca e apresentei com os meus colegas um trabalho sobre Síndromes Coronárias Agudas.

6. ESTÁGIO PARCELAR DE CIRURGIA | 18 de março a 17 de maio de 2024

O EP de Cirurgia decorreu no HLL sob a tutela do Dr. José António Pereira. Neste estágio, delineei como objetivos: 1) participar em procedimentos cirúrgicos e executar adequadamente técnicas de assepsia; 2) contactar com doentes cirúrgicos na área de hepatobiliar (lacuna no meu estágio de 3º ano); 3) discriminar

indicações cirúrgicas eletivas e urgentes; 4) familiarizar-me com as técnicas utilizadas na Anestesiologia, nomeadamente na abordagem à via aérea. Neste período, observei 93 doentes ao longo de 112 momentos de contacto. Durante 6 das 8 semanas deste EP, estagiei na área da Cirurgia, em diferentes valências. O BO foi onde passei maior parte do meu tempo, assistindo a 36 cirurgias (31 de Cirurgia Geral), das quais destaco as cirurgias Hepatobiliopancreáticas (n=16) e Colorretais e Proctológicas (n=10). No total, pude participar em 6 cirurgias. Pude, ainda, contactar com a Pequena Cirurgia (n=4, tendo ajudado em n=2). No internamento, acompanhei 7 doentes e pude colaborar na execução de cuidados e vigilâncias pós-operatórias. Em contexto de Consulta, assisti a 32 consultas de pré e pós-operatório, bem como de seguimento, onde me foi possível praticar o exame objetivo dirigido. As patologias mais encontradas foram Hepatobiliopancreáticas (n=12) e da Parede Abdominal (n=7). Nas 2 semanas que estagiei em Anestesiologia, contactei com 27 doentes no BO, e pude praticar técnicas como a ventilação por máscara facial (n=7), colocação de máscara laríngea (n=6) e entubação orotraqueal (n=5). Em termos formativos, frequentei o curso TEAM (*Anexo IV*), uma Sessão de Simulação de Técnicas Cirúrgicas no HLL (*Anexo V*), uma sessão de Medicina Humanitária dada pelo Dr. Carlos Ferreira, as Sessões Clínicas semanais do HLL e algumas das CDT sobre patologia oncológica. Por fim, apresentei com os meus colegas um trabalho intitulado “*Double Trouble*” no Minicongresso de Cirurgia Geral.

ELEMENTOS VALORATIVOS

Tal como no meu 6º ano procurei aprender ao máximo e alcançar o melhor desempenho académico possível, também o procurei fazer nos restantes cinco anos do curso, o que resultou na minha distinção como Melhor Aluno do 5º ano do MIM (*Anexo VI*). Procurei, também, colocar o meu conhecimento e capacidades ao serviço dos outros, pelo que fiz parte integrante do corpo docente da UC de Anatomia durante cinco anos letivos e da UC de Fisiologia no ano letivo 2019 – 2020, onde me foi incumbido o cargo de monitor. Aqui, prestei apoio a várias aulas práticas e lecionei algumas de forma autónoma (*Anexos VII e VIII*). Com o intuito de ser publicado, encontro-me, sob apoio da Dra. Heidi Gruner, a desenvolver um projeto de investigação intitulado de “*Hearing loss in the Geriatric Multidisciplinary Outpatient Clinic*”, no qual se procura estabelecer uma relação entre o défice auditivo e a perda de capacidade funcional e existência de quadro depressivo. Como complemento à atividade letiva do MIM, procurei enriquecer o meu percurso com diversas formações e congressos. Além das sessões já referidas nos vários EP, frequentei, este ano, o Congresso Nacional de Cirurgia Geral do Hospital da Luz (*Anexo IX*), no qual foram discutidos variados temas cirúrgicos (sobretudo na área oncológica) e o *World Pancreatic Cancer Day* (*Anexo X*), no qual pude visitar os principais aspetos e mais recentes avanços referentes a esta patologia. Frequentei, ainda, o iMed Conference® 15.0, onde além das várias palestras, participei nos *workshops* “*Wired: Vascular Surgery*” e “*Hands on ENT*”, e na competição “*Clinical Mind*” (*Anexo XI*). Não tendo tido oportunidade de estagiar em Cardiologia no meu 4º ano, participei no “Curso de eletrocardiografia e arritmias cardíacas” de modo a aprofundar os meus conhecimentos sobre

ECG (*Anexo XII*). Durante o MIM, realizei dois programas de mobilidade para locais bastante distintos: Maribor, na Eslovénia no 2º semestre do 4º ano (*Anexo XIII*), e Cabo Verde, no EP de MGF no 6ºano (*Anexo XIV*). Nestas experiências, além de me ter desafiado a sair da minha zona de conforto, enriqueci o meu percurso académico em termos pessoais e profissionais, ao ter contactado com diferentes culturas e práticas médicas. E porque “*O Médico que só sabe de medicina, nem de medicina sabe*”, procurei envolver-me noutras atividades de âmbito extracurricular, nomeadamente o Projeto Orient’Agir (PROA) – um projeto de desenvolvimento pessoal dirigido a alunos e ex-alunos do Externato de São José, no qual participo e colaboro desde 2013, e que se foca em 3 pilares: Descoberta, Serviço e Exploração (*Anexo XV*). Exerci, ainda, funções como monitor de campos de férias na JFB, onde estive responsável por diversas crianças (incluindo crianças com NEE) e desempenhei as tarefas de “primeiros socorros” do grupo. Deste modo, além do constante apelo à minha proatividade, pude desenvolver competências comunicacionais com esta faixa etária (*Anexo XVI*).

REFLEXÃO CRÍTICA

O Estágio Profissionalizante que integra o 6º ano do MIM apresenta um carácter altamente prático e integrador de todo o conhecimento adquirido anteriormente no curso, apelando à crescente capacitação e autonomia dos alunos pré-graduados. Finda esta etapa, torna-se fulcral proceder a uma análise retrospectiva acerca do meu desempenho neste estágio, tendo por base os objetivos gerais e específicos que delineei. Globalmente, e em concordância com o descrito neste relatório, considero ter atingido os diversos objetivos que me propus a cumprir (sumarizo no *Apêndice 6* as estratégias utilizadas e a minha autoavaliação para cada objetivo). Passo, agora, a uma reflexão detalhada acerca dos principais aspetos referentes aos vários EP.

O facto de ter realizado o estágio de **MGF** em mobilidade, em Cabo Verde, tornou este EP naquele que mais me marcou ao longo deste ano, pelo seu enorme impacto no meu desenvolvimento profissional, mas sobretudo pessoal e humano. Como aspetos positivos, saliento a grande autonomia que me foi atribuída na orientação de diversas consultas das diferentes valências dos CSP, o que me permitiu praticar e sistematizar uma abordagem personalizada às necessidades de cada doente, a par com a prática rotineira do exame objetivo de onde destaco a realização do exame ginecológico e obstétrico. Além disso, este EP revelou-se essencial para alcançar o meu objetivo geral 9), uma vez que, dadas as marcadas diferenças culturais e sociais entre Portugal e Cabo Verde, o estabelecimento de uma adequada relação médico-doente necessitou, invariavelmente, que eu recorresse a uma abordagem biopsicossocial de cada indivíduo. Considero, ainda, devido à frequente falta de recursos económicos, ter aprimorado bastante as minhas capacidades de gestão e estratificação de prioridades na abordagem terapêutica de cada doente. Como aspeto menos positivo, saliento o facto de que alguns doentes apenas falavam *crioulo*, o que por vezes criou algumas limitações à comunicação, e impediu que pudesse realizar mais consultas de forma autónoma. Em suma, além de ter superado as minhas expectativas pessoais para este EP, pude cumprir todos os objetivos específicos que defini.

Quanto ao EP de **Pediatria**, há diversos aspetos positivos que não posso deixar de mencionar. Desde já, saliento a enorme autonomia que me foi dada na realização de triagens no Berçário, que além de me ter permitido praticar o exame físico estruturado (objetivo por mim estabelecido), me permitiu combater a insegurança que apresentava até então na examinação de recém-nascidos. No que toca ao SU, desenvolvi, com alguma autonomia, a minha capacidade de fazer diagnóstico diferencial entre as principais entidades nosológicas desta faixa etária, e familiarizei-me com o cálculo de doses pediátricas de diversos fármacos, área com a qual me encontrava pouco confortável até então. Por outro lado, esta autonomia que tive no Berçário e SU, revelou-se basilar no desenvolvimento de capacidades comunicativas adequadas para com esta faixa etária e seus cuidadores, objetivo que delinee para este EP. Considero, ainda, altamente benéfico o meu contacto com a Consulta de Desenvolvimento, onde pude observar patologias como a PHDA e a PEA, que não tinha contactado até então durante o curso. No entanto, ainda que considere ter alcançado todos os meus objetivos específicos, considero que a minha frequência do contexto de enfermaria ficou aquém das minhas expectativas, por se ter revelado mais observacional do que esperaria para um estágio profissionalizante.

O EP de **Ginecologia e Obstetrícia**, dada a versatilidade da especialidade, revelou-se muito completo e rico em termos de valências que frequentei. Como pontos positivos saliento que, após este EP, me sinto mais confortável na avaliação de puérperas e na abordagem inicial e orientação a doentes em contexto de SU, já que foram as componentes do estágio nas quais passei mais tempo e me foi atribuída maior autonomia. Um outro aspeto bastante positivo foi o meu contacto próximo com o ato de “dar más notícias” (no contexto da ginecologia oncológica e de complicações obstétricas), que me permitiu relembrar a importância de uma abordagem estruturada e empática para com o doente. Apesar de não ter tido muitas oportunidades para realizar o exame objetivo ginecológico e obstétrico, o facto de o ter executado tantas vezes no EP de MGF levou a que apenas tivesse a necessidade de aperfeiçoar alguns detalhes, permitindo-me assim completar este objetivo específico. Como aspeto menos positivo, destaco que para poder frequentar as várias valências da especialidade, não pude despende tanto tempo quanto desejava em cada uma delas, o que levou a que o contacto com a abordagem prática ao TP tenha sido um objetivo específico menos bem alcançado.

Dada a complexidade da área da Psiquiatria, considerei essencial a realização do EP de **Saúde Mental** na minha formação académica, pois qualquer clínico deve ter competências para detetar e orientar corretamente doentes com patologia do foro psiquiátrico. Como aspetos positivos deste EP, destaco a oportunidade que tive de frequentar o SU, onde me familiarizei com a abordagem às principais urgências psiquiátricas. Ao frequentar o internamento, além de ter colmatado uma lacuna na minha formação médica, pude aprimorar competências na colheita de uma história clínica a um doente com patologia psiquiátrica. Neste EP sedimentei também a enorme importância de uma adequada relação médico-doente na criação de uma forte aliança terapêutica. Como aspeto negativo, ainda que não me tenha impedido de alcançar as minhas metas pessoais para este estágio, destaco o facto de o EP ter sido globalmente observacional.

O EP de **Medicina Interna** foi, a meu ver, aquele que mais profissionalizante se revelou, e que mais contribuiu para a minha capacitação e autonomia em diversas componentes da prática clínica diária, das quais destaco a observação de doentes, a realização de procedimentos simples (como as gasimetrias) a redação de registos clínicos, a requisição e interpretação de MCDTs e o ajuste de planos terapêuticos. Assim, e ao ter cumprido os diversos objetivos que delinee para este EP, considero ter adquirido as ferramentas necessárias para, no futuro, abordar os doentes de uma forma sistematizada, tanto em contexto de enfermaria como de SU. Ao ter sido prontamente integrado na equipa médica do serviço, pude compreender a importância do trabalho em equipa para alcançar os melhores outcomes possíveis para cada doente. Considero, ainda, um aspeto positivo deste EP, a oportunidade que tive de contactar com a gestão de dois grupos de doentes: os doentes com multimorbididades e os chamados “*casos sociais*”. Ao ter participado ativamente na gestão deste tipo de doentes, considero-me mais capaz de abordar corretamente situações semelhantes no futuro.

Terminei o 6º ano com o EP que mais ansiava realizar, o de **Cirurgia**, dado o meu grande interesse por especialidades cirúrgicas. Desde já, destaco como fortes pontos positivos as diversas oportunidades que me foram dadas para participar em procedimentos cirúrgicos e a facilidade que tive em contactar com a área da Cirurgia Hepatobiliar (uma lacuna na minha formação prática), permitindo-me assegurar o cumprimento destes objetivos específicos. Ainda assim, e apesar de ter frequentado a consulta externa, o internamento e o BO (onde revisei diversas particularidades inerentes ao doente cirúrgico), o facto de o meu tutor não estar alocado a qualquer equipa de urgência limitou a minha frequência do SU, o que, na minha opinião, constitui uma importante lacuna no meu EP. Assim, para que me fosse possível atingir os meus objetivos específicos, procurei aprofundar os meus conhecimentos sobre patologia cirúrgica urgente através de estudo autónomo. Ressalvo, por fim, como aspeto positivo, a minha passagem pelo estágio opcional de Anestesiologia, no qual pude praticar, de forma supervisionada, diferentes técnicas de abordagem à via aérea.

Além da componente clínica inerente aos vários EP, as atividades formativas que frequentei no decorrer dos estágios revelaram-se de extrema importância na minha formação académica, já que me permitiram sedimentar e adquirir diversos conhecimentos essenciais à prática da melhor “medicina” possível (*Apêndice 3*). Ademais, como complemento, participei em várias outras por iniciativa própria, como referido nos Elementos Valorativos. Enfatizo, ainda, a oportunidade que tive de desenvolver capacidades pedagógicas ao desempenhar funções como monitor de Anatomia e de Fisiologia, o que vai ao encontro ao meu desejo de, no futuro, vir a lecionar numa escola médica. Destaco, por fim, o forte impacto das minhas duas experiências de mobilidade, em termos de *skills* profissionais, mas também pessoais, linguísticas e sociais.

Globalmente, e em linha com o que tenho vindo a descrever, termino este estágio profissionalizante com a certeza de estar mais confiante e capacitado para a próxima etapa que se avizinha: a profissão médica. Resta-me agradecer a todos os professores e colegas, familiares e amigos, que me acompanharam e apoiaram nesta longa jornada, e por tornarem possível a concretização de um sonho de criança.

APÊNDICES

APÊNDICE 1 – Cronograma dos Estágios Parcelares

Estágio Parcelar	Período de Estágio	Local de Estágio	Coordenador de Estágio	Tutor de Estágio	Rácio Tutor:Aluno
Medicina Geral e Familiar	04.09.2023 a 22.09.2023	Centro de Saúde de Tira Chapéu, Praia	Dr. Bruniguel Andrade	Dr. Paulo Graça	1:1
Pediatria	09.10.2023 a 03.11.2023	Hospital de Cascais	Prof. Doutor Luís Varandas	Dra. Carolina Guimarães	1:1
Ginecologia e Obstetrícia	06.11.2023 a 01.12.2023	Maternidade Alfredo da Costa	Prof. Doutora Teresinha Simões	Dra. Laura Gomes e Dra. Paula Ambrósio	1:1
Saúde Mental	04.12.2023 a 12.01.2024	Hospital de Egas Moniz	Prof. Doutor Miguel Talina	Dra. Raquel Fernandes	1:2
Medicina Interna	22.01.2024 a 15.03.2024	Hospital de Curry Cabral - Medicina 7.2	Prof. Doutor António Mário Santos	Dra. Heidi Gruner	1:1
Cirurgia Geral	18.03.2024 a 17.05.2024	Hospital da Luz de Lisboa	Prof. Doutor Rui Maio	Dr. José António Pereira	1:2

APÊNDICE 2 – Descrição breve dos trabalhos realizados em cada Estágio Parcelar

Estágio Parcelar	Título	Resumo	Co-autores
Pediatria	“Effect of physical activity interventions on children's academic performance: a systematic review and meta-analysis”	Apresentação de artigo, em formato de <i>Journal Club</i> , que aborda o impacto da atividade física na performance académica de crianças até aos 12 anos, tendo-se concluído ser benéfica a prática de atividade física com aprendizagem integrada, com maior impacto na área da matemática.	Catarina Nunes
Ginecologia e Obstetrícia	“Gravidez Dupla: a história de um recém-nascido e de um teratoma ovárico”	Trabalho baseado num caso clínico observado durante o estágio, no qual foi diagnosticado um teratoma ovárico imaturo durante a gestação. Assim, é feita uma revisão teórica acerca dos principais aspetos desta patologia, com especial enfoque nas particularidades da sua abordagem terapêutica na gravidez.	Catarina Nunes e Sara Pombo
Saúde Mental	História Clínica	Doente do sexo masculino de 57 anos que recorre ao SU encaminhado pelo seu médico assistente “por agravamento do seu quadro depressivo” → Diagnóstico de Patologia Dual (Perturbação Depressiva Major Recorrente com concomitante Perturbação de Uso de Álcool)	-
Medicina Interna	“Síndromes Coronárias Agudas – uma visão global dos principais aspetos referentes aos EAM com e sem supra de ST”.	Apresentação, com base num caso clínico, na qual se sistematizam os principais aspetos referentes aos EAM com e sem supra de ST, com especial enfoque na sua clínica e algoritmo de abordagem diagnóstica e terapêutica.	António Pargana, Catarina Nunes, Guilherme Aguiar e Patrícia Graça
	História Clínica	Doente do sexo feminino de 88 anos, que recorre ao SU por “agravamento de cansaço, dispneia e edemas dos membros inferiores” → Diagnóstico de Insuficiência Cardíaca agudizada por intercorrência infecciosa urinária.	Guilherme Aguiar
Cirurgia Geral	“Double Trouble”	Trabalho no qual se aborda de forma sucinta a abordagem ao carcinoma colorretal com metástases hepáticas síncronas, a propósito de um caso clínico observado no decorrer do estágio.	Ana Rita Boinas, Catarina Rei e Olívia Rocha

APÊNDICE 3 – Discriminação das Atividades Formativas de cada Estágio Parcelar

Estágio Parcelar	Atividades Formativas
Medicina Geral e Familiar	- Apresentação sobre “Alcoolismo e manejo da Abstinência Alcoólica”; - Apresentação sobre Determinantes de Saúde.
Pediatria	- Apresentação do ensaio clínico “<i>Oritavancin Pediatrics Study ML-ORI-201</i>”; - Apresentação dos posters a apresentar pelos internos no congresso de Pediatria; - Apresentação sobre “A avaliação do recém-nascido”.
Ginecologia e Obstetrícia	- Consulta Multidisciplinar de Ginecologia Oncológica; - Workshop “<i>The Woman</i>”; - Formação denominada “Episiotomia Nunca?... Lacerações perineais – Como as diagnosticar e corrigir”
Saúde Mental	- Seminário Teórico-Prático sobre “Urgências em Psiquiatria”; - Sessões Clínicas do Hospital de Egas Moniz: 1) Impacto das famílias na área da Psiquiatria; 2) Entrevista clínica psiquiátrica a um doente com Esquizofrenia; 3) “Desafio Estratégico – Segurança Psicológica”
Medicina Interna	- Sessão Clínica intitulada “Introdução à Plataforma de Telecuidados”; - <i>Journal Club</i> acerca da utilização de Semaglutide em Insuficiência Cardíaca com fração de ejeção preservada associada a obesidade; - Sessão Clínica sobre Ventilação Não Invasiva; - Sessões teórico-práticas dirigidas aos alunos de 6ºano: 1) Infecções Respiratórias; 2) Diagnóstico Diferencial de “Comas”; 3) Diagnóstico Diferencial de Diarreias; 4) Insuficiência Cardíaca; 5) Síndrome Febril Indeterminado; 6) Normas de utilização de Antibióticos; 7) Anticoagulação oral; 8) Eletrólitos e Equilíbrio Ácido-Base; 9) Interações Medicamentosas mais frequentes. - Workshop sobre “Alterações do equilíbrio ácido-base”; - Workshop sobre “Decisões de fim de vida”.
Cirurgia Geral	- Curso TEAM; - Sessão de Simulação do Hospital da Luz; - Sessão sobre Medicina Humanitária; - Sessões clínicas do Hospital da Luz de Lisboa: 1) “Angio TC cardíaca na Doença Coronária”; 2) “Testes Genéticos em Oncologia” ; 3) “Cirurgia Cardíaca – um pouco de tudo”; 4) “Abordagem da Surdez Súbita”; 5) Caso Clínico – Uma suspeita de Pericardite Constrictiva; 6) “Área Assistencial de Enfermagem – Balanço 2023”; 7) “<i>Healthy Planet, Healthy People</i>”. - Reuniões Multidisciplinares; - Minicongresso de Cirurgia Geral.

APÊNDICE 4 – Casuística de doentes observados em cada Estágio Parcelar

Apêndice 4.1 – Casuística do EP de Medicina Geral e Familiar

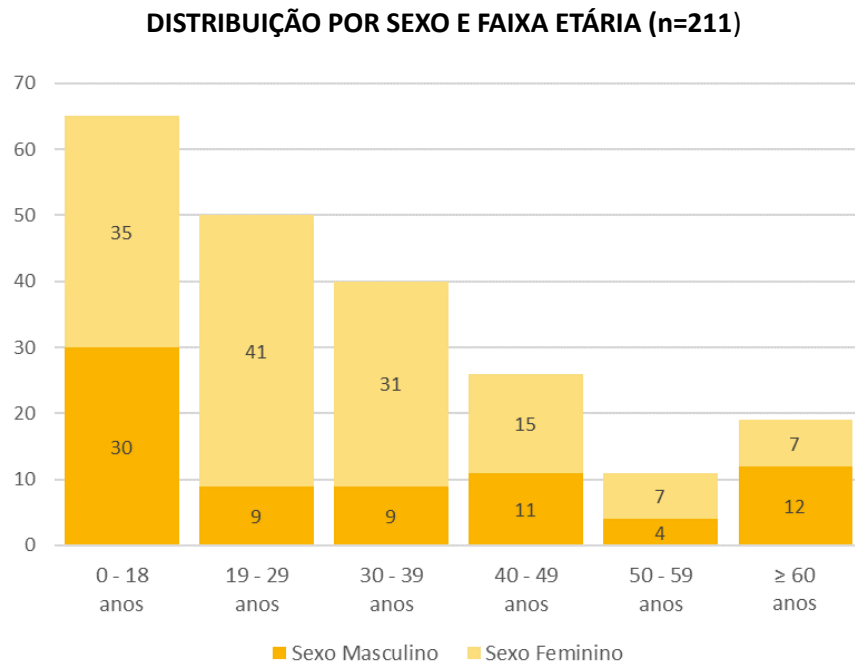


Gráfico 1 – Caracterização Demográfica dos doentes observados no EP de Medicina Geral e Familiar

DISTRIBUIÇÃO DOS MOMENTOS DE CONTACTO PELAS DIFERENTES VALÊNCIAS (n=211)

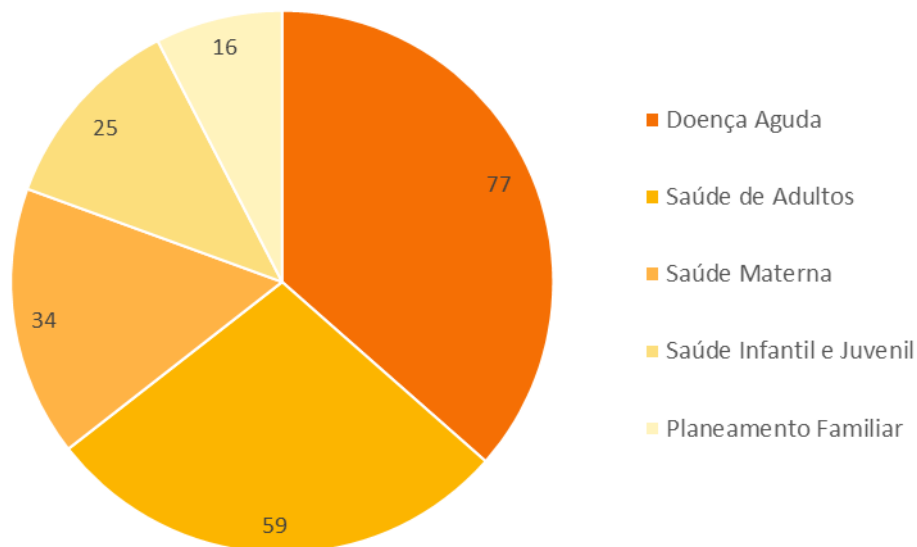


Gráfico 2 – Distribuição dos momentos de contacto com doentes pelas valências do EP de Medicina Geral e Familiar

Apêndice 4.2 – Casuística do EP Pediatria

DISTRIBUIÇÃO POR SEXO E FAIXA ETÁRIA (n=126)

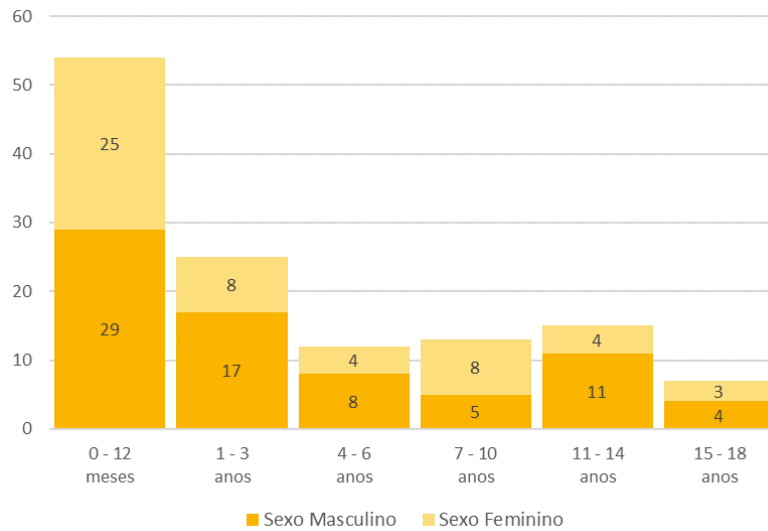


Gráfico 3 – Caracterização Demográfica dos doentes observados no EP de Pediatria

DISTRIBUIÇÃO DOS MOMENTOS DE CONTACTO PELAS DIFERENTES VALÊNCIAS (n=126)

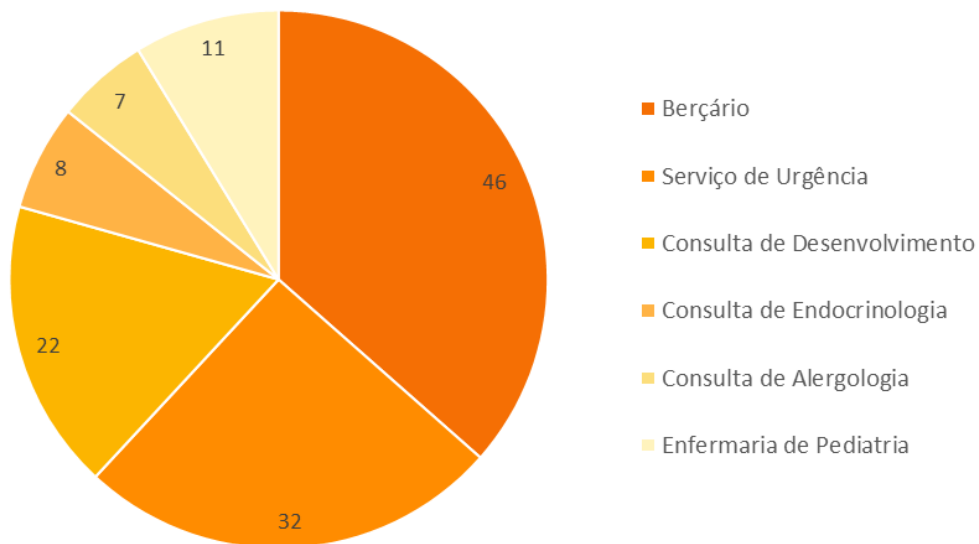


Gráfico 4 – Distribuição dos momentos de contacto com doentes pelas valências do EP de Pediatria

Apêndice 4.3 – Casuística do EP de Ginecologia e Obstetrícia

DISTRIBUIÇÃO POR FAIXA ETÁRIA E ESTADO GRAVÍDICO (n=132)

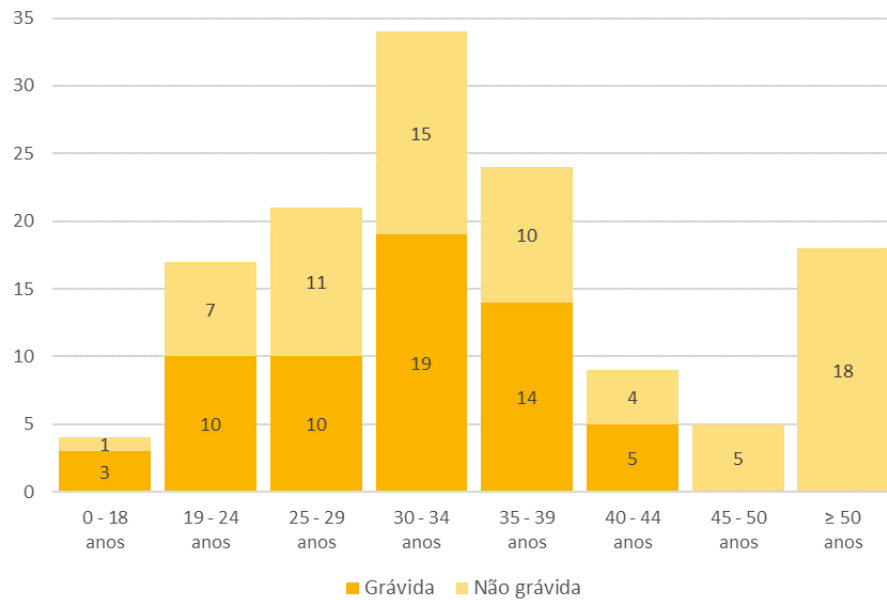


Gráfico 5 – Caracterização Demográfica dos doentes observados no EP de Ginecologia e Obstetrícia

DISTRIBUIÇÃO DOS MOMENTOS DE CONTACTO PELAS DIFERENTES VALÊNCIAS (n=132)

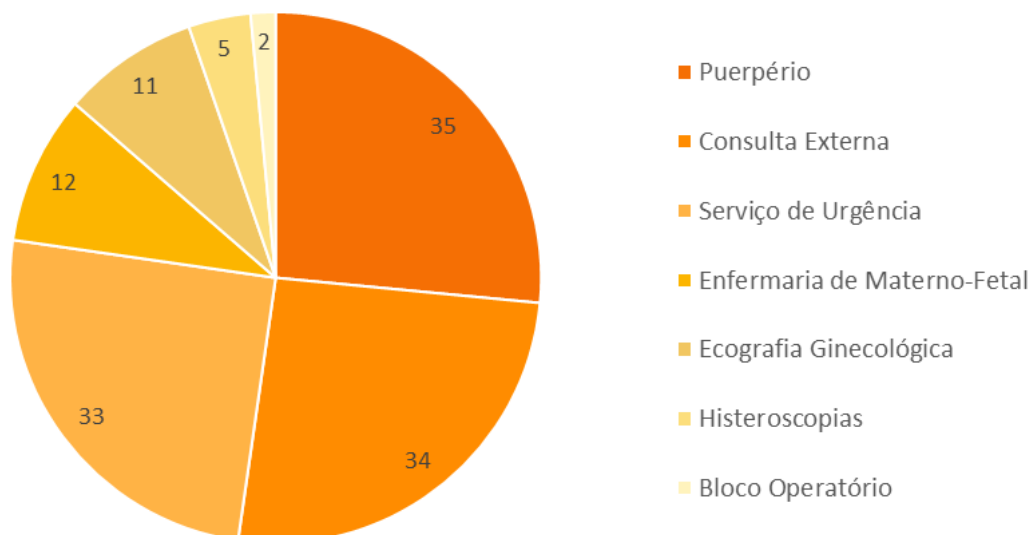


Gráfico 6 – Distribuição dos momentos de contacto com doentes pelas valências do EP de Ginecologia e Obstetrícia

Apêndice 4.4 – Casuística do EP de Saúde Mental

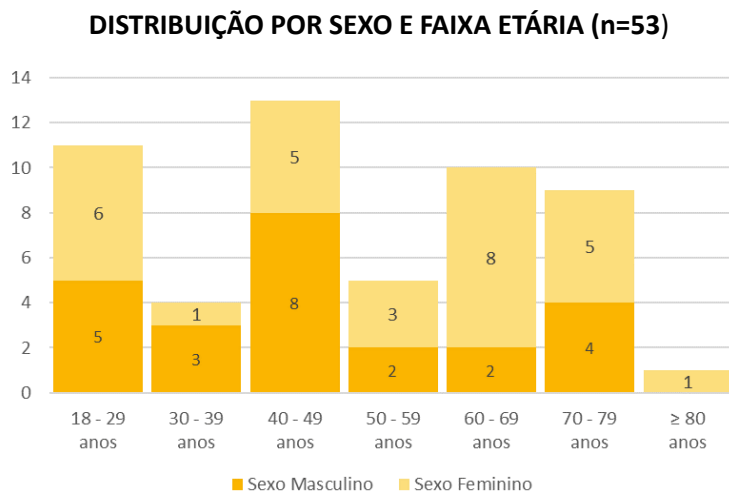


Gráfico 7 – Caracterização Demográfica dos doentes observados no EP de Saúde Mental

DISTRIBUIÇÃO DOS MOMENTOS DE CONTACTO PELAS DIFERENTES VALÊNCIAS (n=56)

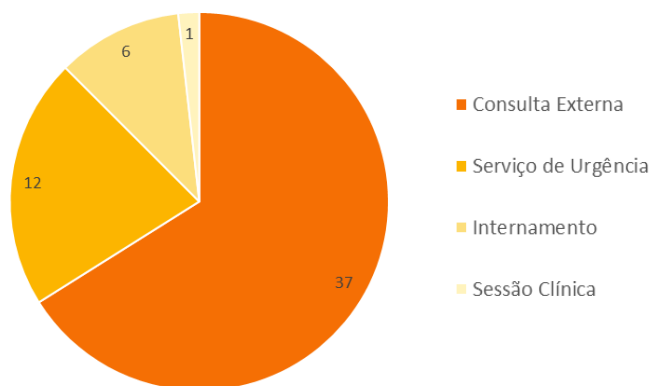


Gráfico 8 – Distribuição dos momentos de contacto com doentes pelas valências do EP de Saúde Mental
(Foram contabilizados diferentes momentos de contacto para os mesmos doentes em caso de reobservação em dia diferente)

DISTRIBUIÇÃO DOS DOENTES POR GRUPO DE PATOLOGIA PSIQUIÁTRICA (n=53)

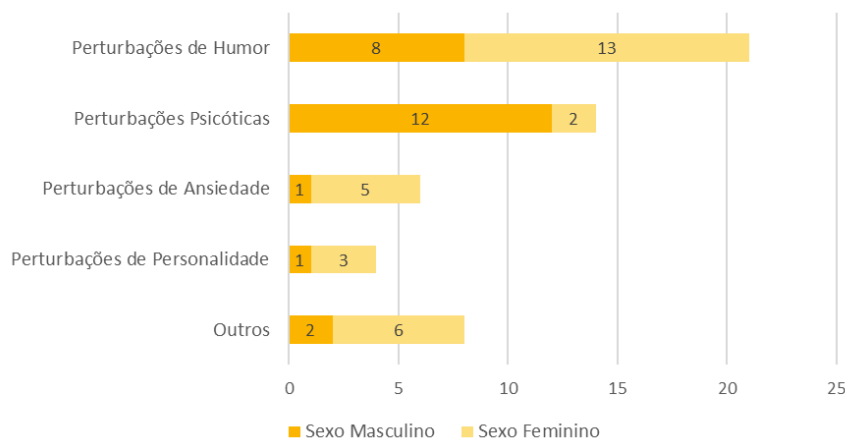


Gráfico 9 – Distribuição dos doentes observados pelos principais grupos de patologias psiquiátricas (diagnóstico principal)

Apêndice 4.5 – Casuística do EP de Medicina Interna

DISTRIBUIÇÃO POR SEXO E FAIXA ETÁRIA (n=81)

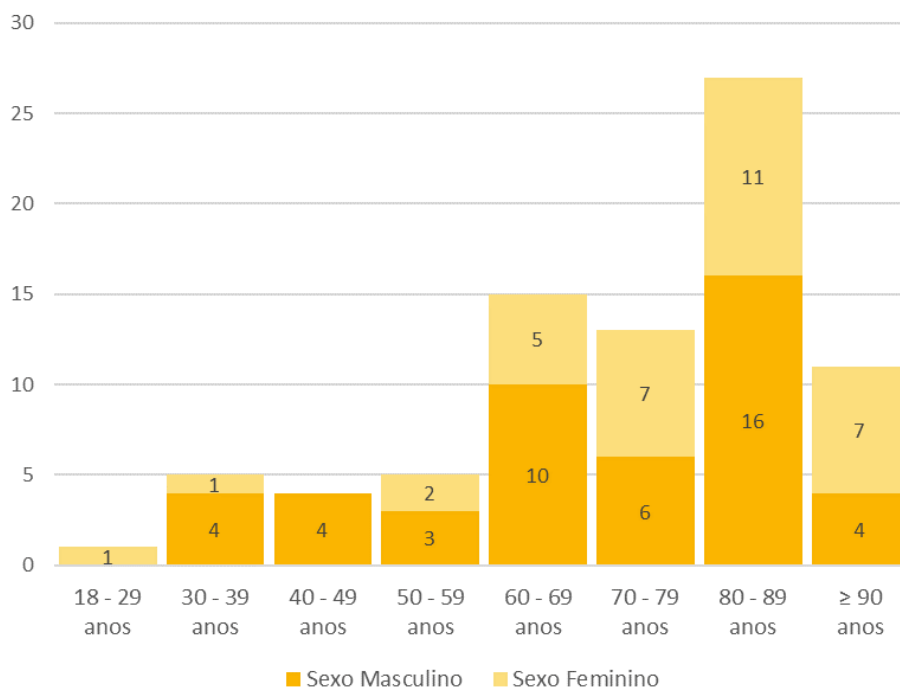


Gráfico 10 – Caracterização Demográfica dos doentes observados no EP de Medicina Interna

DISTRIBUIÇÃO DOS MOMENTOS DE CONTACTO PELAS DIFERENTES VALÊNCIAS (n=137)

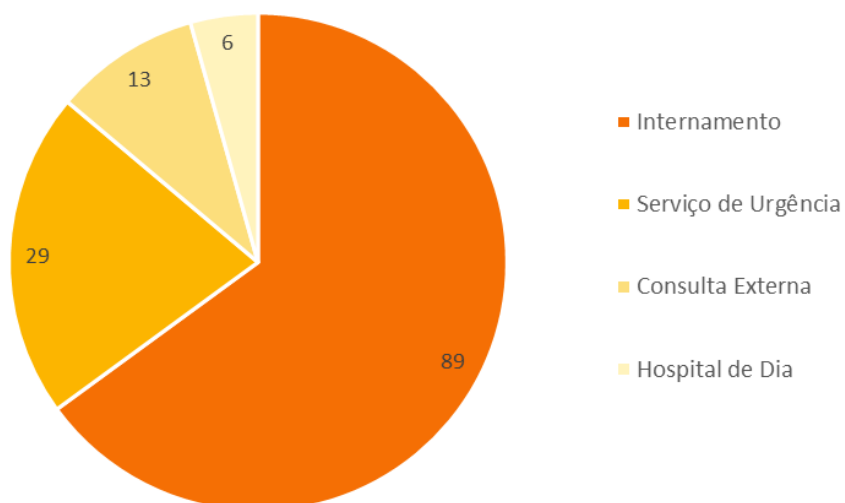


Gráfico 11 – Distribuição dos momentos de contacto com doentes pelas valências do EP de Medicina Interna (Foram contabilizados diferentes momentos de contacto para os mesmos doentes em caso de reobservação em dia diferente)

Apêndice 4.6 – Casuística do EP de Cirurgia

DISTRIBUIÇÃO POR SEXO E FAIXA ETÁRIA (n=93)

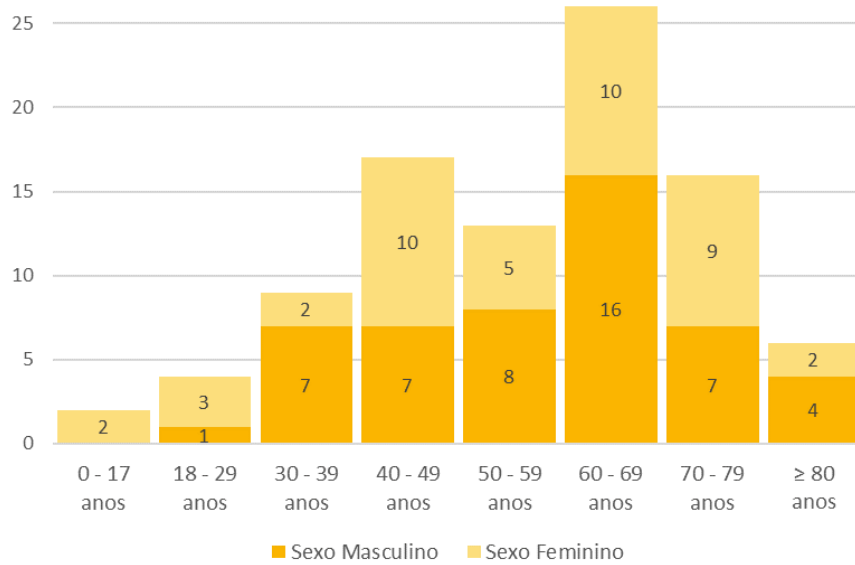


Gráfico 12 – Caracterização Demográfica dos doentes observados no EP de Cirurgia

DISTRIBUIÇÃO DOS MOMENTOS DE CONTACTO PELAS DIFERENTES VALÊNCIAS (n=112)

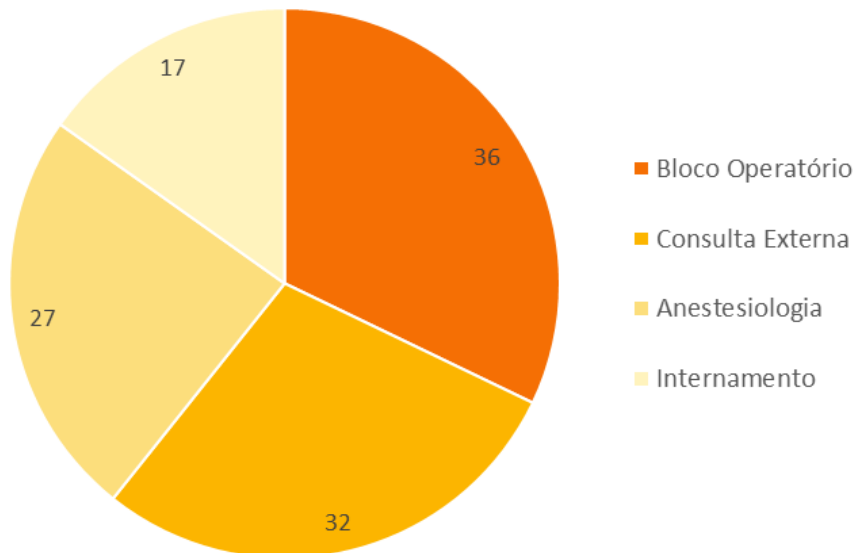


Gráfico 13 – Distribuição dos momentos de contacto com doentes pelas valências do EP de Cirurgia
(Foram contabilizados diferentes momentos de contacto para os mesmos doentes em caso de reobservação em dia diferente)

APÊNDICE 5 – Relato da Experiência de Mobilidade em Cabo Verde no EP de MGF

Partindo da experiência bastante rica e fortemente prática que tive no estágio de MGF no meu 5º ano, no qual tive, desde logo, oportunidade de conduzir consultas em autonomia parcial, considerei que seria bastante mais enriquecedor e proveitoso para o meu percurso académico aproveitar este EP como uma oportunidade de contactar de forma próxima e integrar os Cuidados de Saúde Primários de outro país. Assim, e tendo já tido a experiência de mobilidade no programa Erasmus + no meu 4º ano para um país europeu, decidi que gostaria de realizar este período da minha formação num país africano, não só pelo diferente padrão de patologias que achei vir a encontrar, mas também para contactar e conhecer as particularidades que existem na prática da medicina em países que enfrentam uma escassez de recursos bastante superior à realidade portuguesa. Restando assim a escolha do país, decidi embarcar nesta aventura para Cabo Verde, uma vez que se trata de um país de língua oficial portuguesa e, assim sendo, tornar-se-ia mais fácil a minha integração na equipa médica e comunicação com os doentes, permitindo-me ter a autonomia que está inerente à realização de um estágio profissionalizante.

A minha experiência no país iniciou-se ainda antes de ter aterrado no aeroporto. A Cidade da Praia, local no qual realizei o meu estágio, localiza-se na ilha de Santiago e é a capital de Cabo Verde. Apesar de corresponder a apenas 2,5% da área do país, reúne cerca de 32% da sua população, derivado da contínua fixação, ao longo dos últimos anos, dos agregados familiares em redor da maior cidade do país, culminando numa cidade com pouca organização urbanística. Apesar de Cabo Verde ser internacionalmente reconhecido pelo turismo, a ilha de Santiago (especialmente a Cidade da Praia) acabam por não ser um local de excelência para as conhecidas “praias paradisíacas” e “resorts”, sendo sim uma região maioritariamente frequentada e “pensada” para os locais, o que me permitiu emergir na cultura desta população. Tinha, assim, perante mim, a oportunidade de conhecer esta população “de dentro”, nas suas diversas particularidades, não só culturais mas também no que toca à saúde e à prática da medicina.

Não me alongando no que toca a detalhes relativos à minha vivência do dia-a-dia (ainda que tenham, sem dúvida, enriquecido bastante esta experiência e me tenham expandido horizontes), passarei a uma descrição mais detalhada dos principais aspetos referentes ao meu EP em Cabo Verde.

Os CSP na Cidade da Praia dividem-se por 5 Centros de Saúde, dos quais faz parte o Centro de Saúde de Tira Chapéu, inaugurado em 2009, no qual realizei o meu estágio. Este Centro de Saúde apresenta-se em ótimo estado comparativamente aos demais edifícios da cidade, e é formado por 2 pisos nos quais destaco a existência de diversos gabinetes médicos e de enfermagem, uma sala de tratamentos, uma sala de reuniões, e uma farmácia. O conceito de Médico de Família como o conhecemos em Portugal é um conceito que não está implementado em Cabo Verde, pois além de não existir esta especialidade, não existem clínicos suficientes para que se possa assegurar uma continuidade de cuidados sempre pelo mesmo profissional, o que se pode revelar desvantajoso, sobretudo no que toca à relação médico-doente. Assim, na sua maioria,

são “Clínicos Gerais” que trabalham nos Centros de Saúde, estando incumbidos de prestar cuidados de saúde a qualquer cidadão da cidade. Ainda assim, a equipa clínica tende a “especializar-se” numa área de cuidados, como é o exemplo de uma das médicas que pude acompanhar, que se focava essencialmente na saúde da mulher e da grávida. O departamento da Saúde Infantil e Juvenil está habitualmente a cargo da equipa de enfermagem, no entanto alguns dias por semana o serviço conta com a presença de uma médica pediatra. As valências do Centro de Saúde são, ainda assim, bastante semelhantes às de Portugal, havendo consultas de: Saúde de Adultos, Saúde Infantil e Juvenil, Saúde Materna, Planeamento Familiar e Doença Aguda.

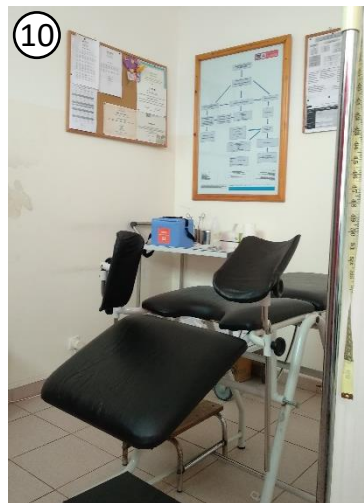
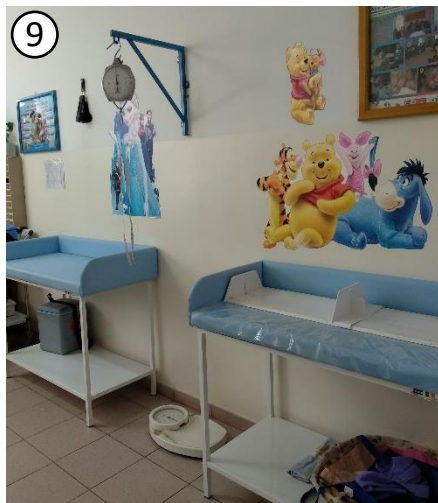
Tendo frequentado as diferentes valências, seguem-se alguns aspetos que considero relevantes salientar, relativamente ao que fui depreendendo ao longo do estágio: 1) As faixas etárias que encontrei na minha prática clínica diária foram marcadamente mais baixas que as encontradas em Portugal (como se observa na casuística apresentada), o que vai de acordo com a menor esperança média de vida encontrada no país (74 anos *versus* 82 em Portugal); 2) Na área da saúde materna as idades das gestantes são marcadamente mais baixas que as encontradas em Portugal, e é notória uma elevada taxa de não-comparência às consultas de seguimento; 3) Grande parte do volume de consultas de planeamento familiar, acompanhamento da gestação e saúde infantil e juvenil são levadas a cabo pela equipa de enfermagem, e manifestam-se francamente mais rudimentares comparativamente a Portugal; 4) Ao auxiliar na elaboração de receitas médicas, obtive várias respostas do meu tutor como “Esse não que é caro e as pessoas aqui não têm dinheiro” ou “Esse medicamento não existe aqui” para fármacos comuns em Portugal; 5) Há uma muito baixa literacia em saúde, bem como uma baixa aceitação das próprias doenças, que culmina numa baixa adesão a terapêuticas crónicas, incluindo infeção por VIH; 6) Não há sistema informático funcional, pelo que todos os registos são feitos em papel e raramente são consultados os registos anteriores do doente.

Durante a minha mobilidade, tive também oportunidade de frequentar por 2 dias o HUAN, o principal hospital da ilha. Aqui, pude integrar a equipa do SU e a equipa de Medicina Interna, tendo desde logo sido incumbido de total autonomia na prestação de cuidados aos doentes, desde a sua observação, pedido de MCDT’s e formulação de plano terapêutico. A enorme confiança que me foi desde logo atribuída, a meu ver, prende-se bastante com uma enorme falta de recursos humanos, sendo a equipa médica totalmente insuficiente para suprir as necessidades dos doentes. Tal como no centro de saúde, deparei-me aqui com situações com as quais nunca me tinha deparado em Portugal, como ter de heparinizar as agulhas antes de fazer uma gasimetria, ou não poder solicitar uma análise laboratorial por “não haver reagente esta semana”.

Em suma, apesar de me ter sentido uma grande mais-valia na prestação de cuidados de saúde tanto no Centro de Saúde como no Hospital, considero que ainda assim trouxe muito mais comigo do que aquilo que deixei em Cabo Verde, e com a certeza de que esta experiência enriqueceu francamente o meu percurso académico, não só em termos profissionais como sobretudo em termos pessoais. Seguem-se algumas das fotografias (tiradas por mim) da Cidade da Praia e do Centro de Saúde de Tira Chapéu, onde estagiei.



Fotografia 1 – Imagem aérea da Cidade da Praia, à chegada a Cabo Verde; **Fotografia 2** – Vista sobre a Cidade da Praia; **Fotografia 3** – Instalações da Universidade de Cabo Verde, onde residi; **Fotografia 4** – Terminal Rodoviário de Sucupira; **Fotografia 5** – Quartel Jaime Mota, no centro da cidade da Praia; **Fotografia 6** – Vista sobre a Cidade Velha.



Fotografia 7 – Entrada do Centro de Saúde de Tira Chapéu; **Fotografia 8** – Gabinete médico do Centro de Saúde; **Fotografia 9** – Sala de observação de Saúde Infantil e Juvenil; **Fotografia 10** – Marquesa de observação ginecológica; **Fotografia 11** – Sala de tratamentos do Centro de Saúde; **Fotografia 12** – Corredor do Centro de Saúde; **Fotografia 13** – Exemplo de Registos de Consulta no Centro de Saúde

APÊNDICE 6 – Estratégias utilizadas e Autoavaliação de nível obtido para cada Objetivo Geral

Vertente	Objetivos	Estratégias Utilizadas	Nível Obtido
Conhecimentos e Aptidões Clínicas	1) Consolidar e aprofundar conhecimentos relativos às principais patologias de cada especialidade	- Discussão e esclarecimento de dúvidas com os tutores ao longo do estágio; - Contacto clínico com as patologias; - Estudo autónomo para a PNA.	4
	2) Aprimorar o meu raciocínio clínico, de modo a realizar marchas diagnósticas adequadas com base nos principais diagnósticos diferenciais	- Praticar nos diversos contextos de cada EP, sobretudo SU, Consulta e Internamento, com apoio dos tutores; - Resolução de questões tipo caso clínico; - Estudo autónomo para a PNA.	4
	3) Reconhecer e abordar corretamente situações clínicas urgentes	- Frequência do SU nos vários EP; - Estudo autónomo para a PNA.	3
	4) Desenvolver capacidades de elaboração de planos terapêuticos personalizados	- Discutir com os tutores, de forma regular, acerca da melhor abordagem terapêutica para cada doente; - Estudo autónomo para a PNA.	4
	5) Praticar regularmente a colheita de uma anamnese completa e a realização de um exame objetivo metódico	- Executar, sempre que possível na minha prática clínica diária, a entrevista clínica e realização de exame objetivo; - Colheita e discussão de histórias clínicas.	4
	6) Proceder à adequada redação de registos clínicos	- Redigir diários clínicos, notas de admissão e notas de alta de forma sistematizada.	4
	7) Adquirir autonomia na correta execução de procedimentos médicos simples	- Praticar, de forma supervisionada, procedimentos como gasimetrias arteriais, realização de suturas, entre outros; - Executar, quando capacitado, os mesmos procedimentos de forma autónoma.	3
Componente Humana, Comunicacional e Comportamental	8) Desenvolver competências comunicativas verbais e não-verbais adequadas ao contacto com os doentes e suas famílias, bem como com outros profissionais de saúde	- Adequar a linguagem usada ao recetor; - Transmitir, quando possível, informações clínicas aos doentes e familiares; - Treinar técnicas de escuta ativa; - Consciencializar-me das minhas expressões corporais; - Praticar diariamente a comunicação com outros profissionais de saúde.	4
	9) Recorrer a uma abordagem biopsicossocial na interação com os doentes, tendo em conta as suas crenças culturais e determinantes sociais	- Procurar saber e ter em consideração os aspetos psicológicos e sociais de cada doente na tomada de decisões médicas; - Realizar o EP de MGF em Cabo Verde, e adaptar a minha prática clínica ao contexto cultural e social do país.	4
	10) Participar de forma proativa nas atividades clínicas diárias das equipas que integro	- Demonstrar iniciativa para realizar e participar nas várias atividades clínicas; - Participar na divisão de tarefas diárias das equipas que integro.	4

Autoavaliação de Nível Obtido: 1 – Objetivo não atingido; 2 – Objetivo atingido com lacunas significativas;
3 – Objetivo atingido de forma satisfatória; 4 – Objetivo atingido de forma bastante satisfatória

ANEXOS

ANEXO I – Certificado de Participação na Formação sobre Episiotomia e Lacerações Perineais



DECLARAÇÃO

Declara-se que **DIOGO ALEXANDRE ANTUNES MARQUES SILVEIRO** frequentou a **Ação de Formação "EPISIOTOMIA NUNCA? ... LACERAÇÕES PERINEAIS - Como as diagnosticar e corrigir?"**, realizada no dia **30 de Novembro de 2023**, com a duração total de **4 horas e 30 minutos**.

Lisboa, 29 de Dezembro de 2023

A Área de Gestão da Formação

Rui Pereira
Técnico Superior
Área de Gestão da Formação

Declaração N.º 17488/2023/IA

/MAC

Entidade Acreditada por Despacho Ministerial de 14-05-2001
(Processo de Renovação nº 080/09-04-2001 – ACSS)

ANEXO II – Certificado de Participação no Workshop “Alterações do Equilíbrio Ácido-Base”



Certificado

Certificamos que **DIOGO ALEXANDRE ANTUNES MARQUES SILVEIRO, N°2018263** participou no Workshop intitulado *Alterações do equilíbrio ácido base*, no dia 07 de fevereiro de 2024, lecionado 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

ANEXO III – Certificado de Participação no Workshop “Decisões em Fim de Vida”



Certificado

Certificamos que **DIOGO ALEXANDRE ANTUNES MARQUES SILVEIRO, N°2018263**, participou no Workshop intitulado *Decisões de Fim de Vida*, no dia 21 de fevereiro 2024, lecionado 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 IV – Certificado de Participação no Curso TEAM



Certificado

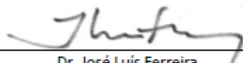
Pelo presente se certifica que

DIOGO ALEXANDRE ANTUNES MARQUES SILVEIRO

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 21 e 22 de Março de 2024.

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

ANEXO V – Certificado de Participação na Sessão de Simulação do HLL



Certificado de
participação

Diogo Alexandre Antunes Marques Silveiro

Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Abril 2024

Presencial | 2 de Abril de 2024 | 3 horas

Código de certificado: C-65faef8727b98

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 VI – Certificado de Mérito de Melhor Aluno do 5º ano do MIM



ANEXO VII – Certificado de Colaboração como Monitor de Anatomia



Certificado de Colaboração

Para os devidos efeitos, se declara que o aluno **Diogo Alexandre Antunes Marques Silveiro (a2018263)** fez parte do corpo docente do Departamento de Anatomia da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade NOVA de Lisboa, enquanto monitor nas Unidades Curriculares de Anatomia I e Anatomia II, nos anos letivos de 2019/2020, 2020/2021, 2021/2022, 2022/2023 e 2023/2024

Ao longo do exercício das suas funções revelou uma elevada competência e dedicação, demonstrou ser uma mais-valia a este departamento através das suas excelentes qualidades pedagógicas.

Lisboa, 27 de maio de 2024

O Diretor do Departamento de Anatomia



(Professor Doutor Diogo Pais)

ANEXO VIII – Certificado de Colaboração como Monitor de Fisiologia



Declaração

Diogo Alexandre Antunes Marques Silveiro foi monitor voluntário, a convite da Unidade Curricular, nas aulas práticas de Fisiologia no ano letivo de 2019/2020 com uma prestação que foi relevante para o ensino.

Lisboa, 29 de maio de 2024

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

Faculdade de Ciências Médicas

Departamento de Fisiologia

Campo Santana, 190

1199 Lisboa Sul, Portugal

Prof. Doutor Carlos Nunes Filipe
(Regente da Unidade Curricular de Fisiologia)

ANEXO IX – Certificado de Participação no Congresso Nacional de Cirurgia do HLL



Certificado de
participação

Diogo Alexandre Antunes Marques Silveiro

3º Congresso Nacional de Cirurgia do Hospital da Luz

Presencial | 24 de Fevereiro de 2024 | 12 horas

Código de certificado: C-65a18ca73dee0

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 X – Certificado de Participação no World Pancreatic Cancer Day



Certificado de
participação

Diogo Alexandre Antunes Marques Silveiro

World Pancreatic Cancer Day | 4th Edition

Webinar | 16 de Novembro de 2023 | 4 horas

Código de certificado: C-654814e7278f1

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 XI – Certificados de Participação nas atividades do iMed Conference® 15.0







Certificate of Participation

Participant: **Diogo Silveiro**

Workshop: **Hands On ENT**

It is hereby certified that the participant integrated the workshop designated above on the **19th of October** of 2023 at the iMed Conference® 15.0 | Lisbon 2023. This grand project by the Students' Union of Nova Medical School (AENMS) took place at Auditório Prof. Armando Simões dos Santos from the 18th of October to the 22nd of October 2023.

The iMed Conference® is an annual event organized by the Students' Union of Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas (AENMS), aiming to bring the most recent scientific and medical innovations to the next generation of life sciences' students.

Its 15th edition, under the motto 'Unravel the Future', presented a keynote lecture by Professor Michael N. Hall, having received the Albert Lasker Award for Basic Medical Research. We also had the pleasure to present scientific sessions dedicated to the Conflict and Catastrophe Medicine, Neurology and Maternal-fetal Medicine, along with the amazing humanitarian lectures and iMed Sessions.

A handwritten signature in black ink, reading 'Inês Martins'.

Inês Martins

President of the iMed Conference® 15.0

The logo for AENMS (Associação de Estudantes da NOVA Medical School) features a stylized 'S' symbol to the left of the text 'AENMS' in a bold, sans-serif font. Below it, in smaller text, is 'Associação de Estudantes da NOVA Medical School' and 'Faculdade de Ciências Médicas'.

Maria Vaz

President of the Associação de Estudantes
da NOVA Medical School (AENMS)



Certificate of Participation

Diogo Silveiro

It is hereby certified that the participant integrated the **Clinical Mind Competition** hosted by Professor Mervyn Singer that took place from the 19th of October 2023 at the iMed Conference® 15.0 | Lisbon 2023. This grand project by the Students' Union of Nova Medical School (AENMS) took place at Auditório Prof. Armando Simões dos Santos from the 18th of October to the 22nd of October 2023.

The iMed Conference® is an annual event organized by the Students' Union of Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas (AENMS), aiming to bring the most recent scientific and medical innovations to the next generation of life sciences' students.

Its 15th edition, under the motto 'Unravel the Future', presented a keynote lecture by Professor Michael N. Hall, having received the Albert Lasker Award for Basic Medical Research. We also had the pleasure to present scientific sessions dedicated to the Conflict and Catastrophe Medicine, Neurology and Maternal-fetal Medicine, along with the amazing humanitarian lectures and iMed Sessions.

A handwritten signature in white ink, appearing to read 'Inês Martins'.

Inês Martins

President of the iMed Conference® 15.0

The logo for AENMS (Associação de Estudantes da NOVA Medical School). It features a stylized white symbol on the left, followed by the text 'AENMS' in a large, bold, white sans-serif font. Below this, in smaller text, are the words 'Associação de Estudantes da NOVA Medical School' and 'Faculdade de Ciências Médicas'.

Maria Vaz

President of the Associação de Estudantes da NOVA Medical School (AENMS)

ANEXO XII – Certificado de Participação no Curso de Eletrocardiografia e Arritmias Cardíacas

CURSO DE
ELETROCARDIOGRAFIA

E ARRITMIAS CARDÍACAS



Curso de Eletrocardiografia e Arritmias Cardíacas.
— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Diogo Alexandre Antunes Marques Silveiro

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15186801

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-616301fa591b8

Evento

Curso de Eletrocardiografia e Arritmias Cardíacas.
14-10-2021 15:00 → 04-11-2021 17:00 - Duração: 8 horas
És aluno de 4º ano mas não tens rotação em cardiologia? Não te preocupes, a AEFCM pensou em ti!
O Curso de Eletrocardiografia e Arritmias Cardíacas, com o Professor Doutor Eduardo Antunes, inclui 4 sessões sobre os conteúdos mais essenciais para a tua formação!

aebcm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico

Diogo Alexandre Antunes Marques Silveiro | 2018263 | Página 34

ANEXO XIII – Certificado do Programa ERASMUS+ em Maribor, Eslovénia



ERASMUS+
LETTER OF CONFIRMATION

It is hereby certified that student

DIOGO ALEXANDRE ANTUNES MARQUES SILVEIRO

has been an ERASMUS student
at University of Maribor between the following dates

21.02.2022 to 03.06.2022

Representative of the Faculty

izr. prof. dr. Faris Mujezinović
ERASMUS Coordinator
Faculty of Medicine

Place and date:
Maribor, 20.06.2022



Signature:

University of Maribor, Slomškov trg 15, 2000 Maribor, Slovenia

ECTS - EUROPEAN CREDIT TRANSFER SYSTEM



ERASMUS+

TRANSCRIPT OF RECORDS

ON STUDY ACHIEVEMENTS OF INCOMING STUDENTS AT THE UNIVERSITY OF MARIBOR

Herewith we confirm that the student:

First name: DIOGO ALEXANDRE

Family name: ANTUNES MARQUES SILVEIRO

Date of birth: 27.02.2000

studied at the University of Maribor, Slovenia from 21.02.2022 till 03.06.2022.

He / she completed:

Course Unit code (1)	Title of the course unit (as indicated in the information package)	Local Grade (2)	ECTS grade (2)	ECTS credits
M022	REUMATOLOGY	---	---	4
M007	ORTHOPEDICS	---	---	4
M009	NEUROLOGY	---	---	4
M004	NEUROSURGERY	---	---	4
M0018	TRAUMATOLOGY	---	---	4
M008	PAEDIATRICS	---	---	4
M0020	INTENSIVE CARE	---	---	4
M006	PLASTIC SURGERY	---	---	2

(1) (2) see explanation on the next site

ANEXO XIV – Certificado de Mobilidade em Cabo Verde no EP de MGF



SERVIÇO ACADÉMICO
NÚCLEO DE MOBILIDADE

BOLETIM DE RECONHECIMENTOS ACADÉMICOS

Informo que o aluno Diogo Alexandre Antunes Marques Silveiro, N° 2018263, que frequentou a *Universidade de Cabo Verde - Praia* (Cabo Verde), de 04/09/2023 a 22/09/2023, ano letivo 2023/2024, 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
Medicina Geral e Familiar (Estágio Parceiar)	6º	6
	Total	6

O Coordenador dos Programas de Mobilidade:


 NOVA Medical School
 Faculdade de Ciências Médicas
 Prof. Doutor Paulo Paixão
 Universidade NOVA de Lisboa

Lisboa, 07/11/2023

ANEXO XV – Certificado de Participação no Projeto Orient'Agir

.declaração | Diogo Silveiro



O Projeto Orient'Agir (**proa**) é uma iniciativa pertencente ao Externato de São José, do Restelo (Lisboa) dirigido a alunos e ex-alunos desta instituição.

Consiste num projeto no qual se promove um desenvolvimento pessoal dos participantes, através do compromisso dos mesmos no cumprimento de objetivos em 3 vertentes fundamentais:

a **Descoberta**, na qual os participantes procuram desenvolver e aprimorar as suas competências na realização de uma atividade à sua escolha (ex: aprender um idioma, culinária...), tendo por base objetivos por si definidos e colocando em prática estratégias de metodologia de projeto;

o **Serviço**, em que se apela ao compromisso de cada um para a prática das mais diversas atividades de voluntariado (ex: Banco Alimentar, apoio a instituições...), com o intuito de desenvolver competências altruístas;

e a **Exploração**, na qual os participantes são desafiados a sair da sua zona de conforto e a planear e executar atividades de campo, sendo confrontados com desafios como a preparação de refeições em campo, orientação através de cartas topográficas, entre outros.

À medida que cada um completa os objetivos que se comprometeu a cumprir, e caso estes se encontrem em conformidade com os objetivos definidos pelo projeto, vão sendo atribuídos objetivos e desafios cada vez mais complexos em cada uma das vertentes, com o intuito de promover o constante desenvolvimento pessoal dos elementos do **proa**.

Serve este documento para declarar que, desde 2013, o Diogo Alexandre Antunes Marques Silveiro constitui um membro do **proa**, tendo completado com sucesso todas as etapas que lhe foram propostas, e mantém colaboração ativa com o projeto, em diversas atividades, com o intuito de manter um bom funcionamento do mesmo.

Destacamos ainda que, ao longo dos anos que o Diogo Silveiro frequentou o **proa**, mostrou um elevado nível de envolvimento com o projeto, procurando não só responder aos desafios, cumprindo regras e rotinas, mas simultaneamente, desenvolvendo: relações pessoais positivas com membros mais novos ou mais velhos, ou da comunidade, adaptando-se a qualquer equipa; espírito crítico pertinente, recriando procedimentos e atividades; humildade, no reconhecimento de aspetos a melhorar e vontade de aprender continuamente; proatividade e iniciativa, na solução de situações inesperadas e urgentes. Assim, destacamos o elevado nível de confiança que depositamos no Diogo Silveiro, pelo exemplo que é neste projeto.

(Carlos Fernandes)

Restelo, 31 de maio de 2024



Irmãs Dominicanas
de Santa Catarina de Sena

www.dominicanas-scs.pt

ANEXO XVI – Certificado de Monitor de Campo de Férias na JFB



JUNTA DE FREGUESIA DE BELÉM
Sede Largo dos Jerónimos, nº3 R/C, 1400-209 Lisboa
Delegação Rua João de Paiva, nº11, 1400-225 Lisboa
Tif. 210 132 330
Email secretaria@jf-belem.pt
Site www.jf-belem.pt

CREDENCIAL

Para os devidos efeitos declara-se que, Diogo Alexandre Antunes Marques Silveiro, portadora do Cartão de Cidadão nº 15186801, prestou serviços como monitor do Campo de Férias desta Junta de Freguesia, nos períodos de junho a setembro de 2020; 2021; 2022 e 2023.

Trabalhou com crianças dos 6 aos 12 anos entre 2020 e 2023, incluindo com crianças com Necessidades Educativas Especiais, acumulando a função de Socorrista do grupo de crianças do autocarro que lhe foi atribuído.

Lisboa, 03 de junho de 2024

O Presidente

Dr. Fernando Ribeiro Rosa

