

Relatório Final de Estágio

Mestrado Integrado em Medicina



Mariana Costa e Silva Sena Brízido | nº2015271

Junho de 2021

ÍNDICE

I. INTRODUÇÃO.....	4
A. Pediatría.....	5
B. Ginecologia e Obstetrícia	5
C. Saúde Mental.....	6
D. Medicina Geral e Familiar.....	7
E. Medicina Interna	7
F. Cirurgia Geral.....	8
G. Estágio Opcional – Otorrinolaringologia	9
III. FORMAÇÃO EXTRA-CURRICULAR	9
IV. REFLEXÃO CRÍTICA.....	10
V. Anexos	12
Anexo I – Cronograma do Ano Letivo 2020/2021	13
Anexo II – Trabalhos realizados no âmbito do estágio profissionalizante	14
Anexo III – Formações Extracurriculares	15
III. A) Certificado da 9ª Reunião de Imunoalergologia	15
III. B) Certificado da reunião de Cardiotocografia – Avaliação de Padrões Patológicos	16
III. C) Certificado da palestra “Parto? Sem medo!”	17
III. D) Certificado do Curso TEAM – <i>Trauma Evaluation and Management</i>	18
III. E) Certificado do congresso <i>iMed Conference 12.0</i>	19
III. F) Certificado do congresso <i>FutureMD 3.0</i> – Frente a Frente com o futuro	20
III. G) Certificado da palestra “Tabaco e Ambiente”	21
III. H) Certificado da palestra “ <i>Inside the mind of an Anti-Vaxxer</i> ”	22
III. I) Certificado de participação no “ <i>NutriDay</i> ”	23
III. J) Certificado de participação na “ <i>Formação Hands-On</i> ”	24
III. L) Certificado de participação no congresso “ <i>N2S Conference</i> ”	25
Anexo IV – Atividades realizadas em anos anteriores.....	26
IV. A) Certificado de Integração na Direção da AEFCM	26
IV. B) Participação no Manual Digital “ <i>Internato Médico S(C)em Questões</i> ”	27
IV. C ₁) Certificado de intervenções realizadas no âmbito do projeto EAT	28
IV. C ₁) Certificado de intervenções realizadas no âmbito do projeto EAT	29
IV. D ₁) Certificado de participação no projeto “ <i>Med On Tour Rastreios à Periferia</i> ”	30
IV. D ₂) Certificado de participação no projeto “ <i>Med On Tour Rastreios à Periferia</i> ”	31
IV. E) Estágio Internacional de Pediatría, Buenos Aires, Programa Mobilidade (2019)	32

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BO: Bloco Operatório

CG: Cirurgia Geral

CE: Consulta externa

EO: Exame objetivo

ECD: Exames complementares de diagnóstico

GE: Gastrenterologia

GO: Ginecologia e Obstetrícia

HC: História Clínica

HBA: Hospital Beatriz Ângelo

HFF: Hospital Prof. Doutor Fernando Fonseca

HSFX: Hospital São Francisco Xavier

MGF: Medicina Geral e Familiar

MI: Medicina Interna

MIM: Mestrado Integrado em Medicina

NMS: NOVA Medical School

ORL: Otorrinolaringologia

SR: Sala de Reanimação

SU: Serviço de Urgência

TEAM: Trauma Evaluation and Management

UC: Unidade Curricular

USF: Unidade de Saúde Familiar

I. INTRODUÇÃO

A formação médica tem por base o Mestrado Integrado em Medicina (MIM), onde ao longo de seis anos se desenvolvem aptidões para o exercício da profissão médica. Na NOVA Medical School (NMS), o sexto ano engloba um estágio profissionalizante, composto por estágios parcelares em seis áreas clínicas (Anexo I). Este relatório pretende sintetizar as atividades desenvolvidas em cada estágio e elaborar uma reflexão crítica. Esta última visa analisar o cumprimento dos objetivos estabelecidos e avaliar retrospectivamente o MIM e a globalidade do ano letivo. Engloba também a descrição de atividades extracurriculares desenvolvidas ao longo deste ano e de anos anteriores, consideradas relevantes e diferenciadoras do percurso académico. Por fim, apresenta-se uma secção de anexos com o cronograma do ano letivo, os trabalhos realizados no âmbito de cada estágio parcelar e os certificados das formações extracurriculares.

II. OBJETIVOS

A Medicina engloba um vasto campo em constante mudança. Assim, terá que assentar numa formação médica de excelência, que permita o desenvolvimento de profissionais aptos a promover a qualidade da saúde e que sejam interventivos e atentos às alterações cíclicas sofridas nas populações, algo bem ilustrado pela presente situação epidemiológica da pandemia COVID-19. O ensino pré-graduado deverá, por isso, promover a aquisição de uma base de conhecimentos coerentes, sempre associados a um leque de valores e princípios éticos. No entanto, deverá também fornecer oportunidades para a autoaprendizagem, bem como incentivar a curiosidade crítica. Sendo o sexto ano a marca de transição para a atividade profissional, apresenta como principal objetivo a consolidação de conhecimentos, sendo também uma oportunidade para aprofundar as competências adquiridas em anos anteriores. Tendo por base o documento “O Licenciado Médico em Portugal”¹, defini objetivos específicos que considero transversais aos vários estágios parcelares. Estes prendem-se sobretudo com o desenvolvimento de competências clínicas e interpessoais que permitam a aquisição de independência crescente e fomentem a eficácia na análise e solução dos problemas clínicos mais comuns. Quanto às aptidões clínicas, propus-me a aperfeiçoar a colheita de dados para uma história clínica estruturada e a treinar a realização do exame objetivo completo, com vista a desenvolver o raciocínio clínico, a explorar hipóteses diagnósticas, analisar as diversas formas de apresentação das patologias, requisitar os exames complementares de diagnóstico acertados e instituir planos terapêuticos adequados. Relativamente às aptidões interpessoais, onde se destaca a relação médico-doente e as interações com outros profissionais, preocupei-me em adotar uma abordagem empática e holística dos doentes e em melhorar as técnicas de comunicação verbal e não verbal, adaptadas a cada indivíduo e respetiva família, sempre focada na promoção da saúde e bem-estar das comunidades. Nas relações com outros profissionais, empenhei-me em desenvolver a capacidade de comunicação clara, de trabalhar eficazmente em equipa e de entender a colaboração multidisciplinar. Por fim, foquei-me ainda no treino da exposição pública, através da apresentação de trabalhos e casos clínicos.

¹ O Licenciado Médico em Portugal – Faculdade de Medicina de Lisboa, 2005

II. SÍNTESE DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS: ESTÁGIOS PARCELARES

A. Pediatria (7/09/2020 – 2/10/2020)

O ano letivo iniciou-se no estágio de Pediatria, no Hospital Dona Estefânia, orientado pela Dra. Ana Casimiro. Destaco como objetivos específicos o reconhecimento dos sinais e sintomas das patologias mais prevalentes em idade pediátrica e a realização de um correto exame objetivo (EO) pediátrico. A nível interpessoal, o estabelecimento de estratégias de comunicação eficazes com uma criança ou adolescente, bem como com a sua família. A minha atividade envolveu a participação na consulta de Pneumologia pediátrica, no Serviço de Urgência (SU) e nos vários internamentos dos Serviços de Pediatria Médica, onde se encontrassem doentes com necessidade de acompanhamento pela pneumologia. Na consulta externa (CE), foi o local onde realizei mais frequentemente a anamnese e o EO, e onde me deparei com um grupo de patologias variadas. Observei um total de 21 consultas de patologias variadas e raras, sendo o comum a todas elas a presença de compromisso ventilatório. No SU, contactei com a vertente mais geral da pediatria e com patologias que geralmente não carecem de internamento, como gastroenterites e traumatismos músculo-esqueléticos. A título de exemplo, refiro um jovem que sofreu uma queda com ponto de impacto na região fronto-parietal do crânio, ao qual foi realizado, entre outros, o exame neurológico sumário. Sendo uma área tão abrangente, diversifiquei o meu estágio e assisti a consultas de outras subespecialidades, nomeadamente Hematologia e Neurologia, no contexto de consultas de hemoglobinopatias. O seguimento destes doentes engloba duas vertentes: na hematologia, a monitorização sintomática e ajustes terapêuticos; na neurologia, a realização de exames neurológicos e avaliação cognitiva. A maioria das crianças observadas encontravam-se diagnosticadas com drepanocitose. Na última semana, apresentei um seminário sobre a Abordagem Diagnóstica da Policitemia em Idade pediátrica. Este estágio permitiu-me adquirir uma visão mais abrangente da especialidade e sistematizar a abordagem de uma faixa etária com características tão distintas do adulto. Como formação extra-curricular destaco a minha presença na 9ª Reunião de Imunoalergologia, uma área do meu interesse e com uma importância crescente na sociedade (anexo III.A).

B. Ginecologia e Obstetrícia (6/10/2020 – 30/10/2020)

Os meus objetivos específicos neste estágio foram o treino do EO ginecológico e obstétrico e a sistematização de um correto diagnóstico diferencial da sintomatologia de apresentação mais comum nesta especialidade, por exemplo a hemorragia ginecológica ou o corrimento vaginal. Incluo também a participação ativa em partos e nas atividades cirúrgicas da Ginecologia. Realizei o estágio no Hospital São Francisco Xavier (HSFX), tendo este decorrido de forma particular, por não ter acompanhado a minha tutora, Dra. Lina Salgueiro, em todas as suas atividades. Pretendia-se proporcionar ao aluno a possibilidade de acompanhar as várias valências do serviço, pelo que as tentei englobar no meu estágio. Frequentei, na área de Obstetrícia, a enfermaria de grávidas de alto risco e do puerpério, CE, ecografia obstétrica, consulta de diagnóstico pré-natal e de patologia fetal. Na área de Ginecologia, frequentei o BO, a enfermaria e a CE (geral, oncológica,

uroginecológica e de patologia do colo). Frequentei ainda o SU de Ginecologia e Obstetrícia (GO). Nestas atividades, foi-me dada a oportunidade de colaborar na colheita da história clínica (HC), realizar o EO da grávida e realizar alguns gestos técnicos e procedimentos, como colpocitologias. Assisti a 4 partos eutócicos e 1 distócico, 5 cesarianas eletivas e 1 cesariana de urgência, 4 cirurgias eletivas e 1 cirurgia de urgência. Esta última foi uma histerectomia abdominal com salpingo-ooforectomia bilateral, onde tive a oportunidade de participar como ajudante. As principais queixas que motivaram a ida ao SU, foram, nas grávidas, as perdas hemáticas vaginais e as algias abdómino-pélvicas, e, na vertente ginecológica, as vulvo-vaginites e hemorragia uterina anómala. A participação ativa neste estágio permitiu-me ganhar confiança na observação da mulher do ponto de vista obstétrico e ginecológico. Na última semana, apresentei um trabalho sobre o tema *“Telemedicina em Obstetrícia”* e assisti à formação *“Avaliação de Padrões Patológicos na Cardiotocografia”* (anexo III.B). Por ser uma técnica importante e específica da especialidade, com a qual não me sentia à vontade, foi uma mais valia assistir a esta formação. Assisti ainda à palestra *“Parto? Sem medo!”*, onde se abordaram temas importantes relativos à gravidez e planeamento do parto.

C. Saúde Mental (2/11/2020 – 27/11/2020)

Os objetivos específicos que defini para este estágio foram consolidar o conhecimento relativo às manifestações clínicas das principais entidades nosológicas da Psiquiatria, sedimentar a entrevista psiquiátrica e estruturar a abordagem a um doente em contexto de SU. Este estágio englobou duas semanas de trabalho à distância, impostas pela situação pandémica, destinadas à realização de vinhetas clínicas originais e duas HC baseadas em vídeos gravados. Nas restantes duas, destinadas à vertente prática, fui integrada no Centro Comunitário de Queluz/Massamá, pertencente ao Serviço de Psiquiatria do Hospital Prof. Doutor Fernando Fonseca (HFF), sob tutela da Dra. Sara Castro. Assisti às CE de psiquiatria, a uma intervenção familiar e a intervenções específicas de enfermagem e do serviço social. Além disso, frequentei o SU do HFF e assisti às reuniões semanais do serviço. Foi na CE onde contactei com mais patologias e onde entendi o enorme espectro de manifestações das doenças psiquiátricas. A minha atividade foi essencialmente observacional. Observei um total de 14 consultas, sendo as patologias mais frequentes a Perturbação Depressiva (30%) e a Perturbação Afetiva Bipolar (24%). Nestas consultas presenciei uma enorme capacidade de humanização dos cuidados, muito focados na melhoria da qualidade de vida, e a verdadeira prática de uma escuta ativa e empática. No SU, tive experiências interessantes, principalmente por ter sido o local em que contactei com doentes com patologia descompensada e sintomatologia aguda grave. Destaco o caso de um doente com Perturbação do Espectro do Autismo e comportamentos heteroagressivos, trazido por agentes da PSP. Foi enriquecedor presenciar a postura da equipa médica e a condução da entrevista clínica nestas circunstâncias particulares. Na última semana de estágio os internos do serviço organizaram uma sessão de *role-plays*, interativa e benéfica para a aprendizagem. Não posso deixar de lamentar a duração tão curta deste estágio prático, ainda mais marcado pela necessidade de o reduzir para duas semanas.

D. Medicina Geral e Familiar (30/11/2020 – 08/01/2021)

Para este estágio parcelar defini como principais objetivos específicos a realização de uma anamnese e EO orientados para o problema e centrados na pessoa, a consolidação dos procedimentos diagnósticos e terapêuticos na área dos Cuidados de Saúde Primários e o treino da comunicação com os utentes e seus familiares. O meu estágio decorreu na USF Jardim dos Plátanos, onde acompanhei a Dra. Joana Azeredo. Assisti e participei ativamente em consultas de saúde do adulto, saúde infantil, saúde materna, planeamento familiar, Diabetes Mellitus e doença aguda. Tive a oportunidade de realizar, de forma tutelada, algumas destas consultas, executando a entrevista clínica, registo dos problemas e exame objetivo, discutindo posteriormente a abordagem diagnóstica ou terapêutica para cada caso. Estes momentos permitiram-me treinar o raciocínio clínico e desenvolver a capacidade de estabelecer relações médico-doente. As patologias mais prevalentes foram a diabetes e hipertensão arterial, a grande maioria das vezes num contexto de multimorbilidade. Para além disso, fiz o acompanhamento de vários doentes com infeção por COVID-19 através da plataforma Trace-COVID. Participei numa visita domiciliária a uma senhora idosa totalmente dependente que sofreu uma queda da cama durante um período de desorientação noturna, com lesões traumáticas consequentes. Esta oportunidade permitiu-me experienciar uma vivência mais próxima da comunidade, algo que valoriza fortemente esta especialidade. Uma das principais mais-valias deste estágio foi o contacto com um grupo heterogéneo e variado de utentes, representativo da população observada em contexto de Cuidados de Saúde Primários.

E. Medicina Interna (18/01/2021 – 12/03/2021)

Estabeleci como objetivos específicos a aquisição de um papel ativo na atividade clínica diária na enfermaria, o aperfeiçoamento da colheita de dados da HC e EO, de modo a formular hipóteses de diagnóstico fundamentadas e a elaborar estratégias de gestão terapêutica. Para além disso, estabeleci também como objetivo a aquisição de capacidades necessárias ao trabalho em equipa e o desenvolvimento de técnicas de comunicação com os doentes e familiares. O meu estágio parcelar de Medicina Interna (MI) decorreu durante o pico da pandemia COVID-19, quando foi imposto um novo confinamento geral. Apesar disso, o meu estágio manteve-se e completei-o na totalidade, algo que destaco como muito importante. Integrei a Equipa de Medicina IB do Hospital Egas Moniz, orientada pela Dra. Rita Reis. Pelas mudanças constantes exigidas pela pandemia e por necessidade de alocação da minha tutora para enfermarias COVID-19, integrei também a equipa da Dra. Andrea Castanheira e, mais tarde, da Dra. Rita Mendes. A minha atividade desenvolveu-se sobretudo na enfermaria, tendo ainda frequentado semanalmente o SU do HSF. Destaco este estágio como particularmente desafiante e o que exigiu maior dedicação da minha parte. Primeiro, senti-me verdadeiramente integrada na equipa clínica, tendo tarefas próprias atribuídas e doentes a meu cargo, que posteriormente seriam discutidos com os membros da equipa. Segundo, pelo período que se vivia em Fevereiro, com sobrelotação dos hospitais e falta de recursos humanos, senti que a minha ajuda era

necessária e que podia contribuir para a realização de várias atividades clínicas. Tudo isto acarreta necessariamente uma responsabilidade redobrada. Acompanhei um total de 31 doentes internados, tendo verificado uma maior prevalência de internamentos por patologias do aparelho respiratório e cardiovascular, nomeadamente por insuficiência cardíaca descompensada (12%) e pneumonias (23%). Destas últimas, destaco que a grande maioria se atribui a doentes com pneumonias a SARS-CoV-2, já com critérios de cura, justificável pelo pico crescente de casos ocorridos nesta altura. Nestas semanas aperfeiçoei gestos técnicos, como gasimetrias radiais e braquiais e o ajuste de oxigenoterapia, e evolui bastante na elaboração de registos clínicos e na capacidade de comunicação com os vários elementos da equipa multidisciplinar. Observei também a realização de uma biópsia óssea. Quanto ao SU, transitei entre o Balcão de Atendimento Geral, Serviço de Observação e Sala de Reanimação (SR). Foi o local onde acompanhei os casos mais interessantes e diversificados, destacando as várias abordagens que presenciei na SR. A título de exemplo, refiro o caso de uma hipercaliémia grave com alterações eletrocardiográficas e necessidade de abordagem terapêutica urgente. Na última semana apresentei um caso clínico que observei na enfermaria, com a respetiva revisão prática, sobre o tema “*Abordagem ao doente com Hipercalcémia*”. Em retrospectiva, valorizo imensamente as competências que desenvolvi neste período, por serem importantes para a prestação de cuidados e para a elaboração de um bom raciocínio clínico.

F. Cirurgia Geral (15/03/2021 – 14/05/2021)

Para este estágio, defini como objetivos o conhecimento da semiologia das principais patologias cirúrgicas, a capacidade de distinguir as situações que carecem de indicação cirúrgica eletiva e urgente e a participação ativa nas atividades do BO. Este estágio, realizado no Hospital Beatriz Ângelo (HBA), dividiu-se em seis semanas destinadas à Cirurgia Geral (CG), e as restantes destinadas a uma opcional à escolha, no meu caso Gastrenterologia (GE). Quanto à CG, integrei a equipa da Dra. Mariana Sousa, tendo frequentado sobretudo o BO, a CE na área de Proctologia e o internamento cirúrgico. Semanalmente tive também uma discussão de casos clínicos e revisão teórica de temas cirúrgicos com a minha tutora. Observei um total de 26 cirurgias e participei em 3 atos cirúrgicos como 2ª ajudante. Destaco como procedimentos cirúrgicos mais frequentemente realizados a correção de hérnias (30%) e a hemorroidectomia (23%). Na CE observei um total de 29 consultas, a maioria de doentes já operados, sendo as patologias mais frequentes as fístulas anais/perianais e a patologia hemorroidária, o que é compreensível pela consulta específica de proctologia. Destaco a oportunidade de assistir a uma Reunião de Consulta de Decisão Terapêutica, onde vi efetivamente a abordagem multidisciplinar a ser aplicada. Quanto ao período de estágio na GE, assisti a 24 consultas de GE Geral e Hepatologia e observei a realização de 22 técnicas de diagnóstico, de onde destaco a colangiopancreatografia retrógrada endoscópica (CPRE), por ter sido a primeira vez que vi. No último dia de estágio, no seminário final, apresentei um caso clínico e casuística sobre o Carcinoma Gástrico e o impacto da pandemia. Como atividades formativas, realizei o curso “*TEAM*” (Trauma Evaluation And Management)

(anexo III. D), focado na avaliação e gestão inicial ao doente politraumatizado. Foi um curso muito bem estruturado e útil para a minha formação. Ao simular cenários de urgência reais, preparou-me para atuar de forma correta perante essas mesmas situações.

G. Estágio Opcional – Otorrinolaringologia (17/05/2021 – 28/05/2021)

No contexto da unidade curricular opcional, realizei um estágio de duas semanas no serviço de Otorrinolaringologia (ORL) do HBA, sob a tutela do Prof. Doutor Carlos Macor. Assisti a consultas de ORL geral e outras destinadas a vertentes específicas, como as consultas de Vertigem, consultas de terapia da fala e consultas de patologia da voz e disfagia. Para além disso, acompanhei também as atividades da urgência e frequentei o BO. O motivo desta escolha foi o meu interesse particular por esta área, tão diversificada e com técnicas minuciosas e desafiantes.

III. FORMAÇÃO EXTRA-CURRICULAR

No decorrer do 6º ano participei em várias conferências científicas, a maioria realizadas em formato digital. Assisti ao congresso *iMed conference*, destacando uma palestra relacionada com o stress pós-traumático em jovens refugiados ou vítimas de crises humanitárias. Assisti ao *Future MD*, onde se abordaram temas importantes para um aluno do 6º ano, como o Internato de Formação Geral. Presenciei a palestra “Tabaco e Ambiente”, sobre a produção e a indústria do tabaco e impacto ambiental. Assisti à palestra “Inside the mind of an Anti-Vaxxer”, um tema muito atual e de relevância extrema, principalmente perante a situação pandémica. Por ser uma área que me interessa particularmente, e por acreditar cada vez mais na influência dos estilos de vida no curso das doenças, frequentei formações na área da Nutrição: o *NutriDay*, a *Formação Hands-on* e a *N2S Conference*. O *NutriDay* englobou sessões sobre temas atuais, nomeadamente a alimentação vegetariana e o jejum intermitente. A *Formação Hands-on* foi um curso teórico-prático online, com 4 sessões, organizado pelo grupo de Nutrição e Metabolismo da NMS. Destinava-se especificamente a alunos do 6º ano do MIM e tinha como objetivo a capacitação de futuros médicos no aconselhamento nutricional de doentes com doenças cardiovasculares e diabetes mellitus. A *N2S Conference* centrou-se na divulgação das Ciências da Nutrição enquanto área relevante para qualquer profissão na área da saúde.

Pelo impacto que tiveram na minha formação académica, gostaria de mencionar algumas atividades de anos anteriores. Entre 2016 e 2018 exerci atividade como Monitora de Fisiologia e de Anatomia. Desempenhei funções na Associação de Estudantes da NOVA Medical School (AEFCM) no mandato de 2018, como Coordenadora da Educação Médica Interna. Subjacente a estas funções, incorporei também o Grupo de Trabalho em Educação Médica da Associação Nacional de Estudantes de Medicina (ANEM), onde participei na análise do desempenho da Prova-piloto e na escrita de um manual intitulado “*Internato Médico: S(C)em Questões*”. Estive também envolvida no grupo “*Education Against Tobacco*” (EAT) da NMS, um projeto internacional educativo que realiza intervenções para adolescentes sobre a prevenção e cessação tabágica. Realizei 5 intervenções em várias escolas do concelho de Lisboa em 2018/2019. Estas experiências foram

desafiantes e permitiram-me melhorar a comunicação oral. Participei, em 2018 e 2019, no programa “*Med On Tour/Rastreios à Periferia*”, em Alenquer, uma oportunidade que me permitiu um contacto mais direto com a população. Por fim, menciono o Programa de Mobilidade que realizei no 2º semestre de 2019, em Buenos Aires. Infelizmente, este teve que ser interrompido precocemente devido ao início da pandemia COVID-19. Realizei uma semana de estágio e aulas teórico-práticas de Pediatria no Hospital Fernández de Buenos Aires. Esta experiência contribuiu para a minha adaptação a outros grupos culturais e para a perceção de outras formas de ensinar.

IV. REFLEXÃO CRÍTICA

O término do Estágio Profissionalizante do 6º ano do MIM, e, consequentemente, da formação pré-graduada, desencadeia a necessidade de realizar uma reflexão sobre o meu percurso ao longo deste ano. Considero a minha evolução gradual, marcada por aprendizagens e desafios constantes. Refletindo acerca dos objetivos propostos e supracitados, considero que a minha aprendizagem foi bem-sucedida e que os cumpri. Comprometi-me desde o início a trabalhar com motivação e dedicação, encarando os desafios e oportunidades que surgissem como uma possibilidade de crescimento. Considero este como o ponto chave para a consolidação dos conhecimentos e competências, crucial para iniciar a minha carreira profissional com segurança. De todos os estágios parcelares realizados retiro alguma aprendizagem e experiência, pelo que considero que todos eles influenciaram positivamente a minha evolução. Em relação ao desenvolvimento de aptidões clínicas, quero destacar os estágios de MI e MGF como os que mais contribuíram para atingir estes objetivos. Considero o estágio de MI como um bom exemplo do esperado de um estágio profissionalizante: integrei verdadeiramente uma equipa clínica, estive envolvida numa grande diversidade de atividades e fui confrontada diariamente com patologias e doentes diversos, o que me permitiu sistematizar o raciocínio clínico e as competências necessárias para a abordagem global de um doente. A par com este estágio, encontra-se o de MGF, igualmente bem estruturado e que superou largamente as minhas expectativas, a nível de conhecimento e competências adquiridas. Senti uma grande progressão das minhas capacidades e da confiança com que abordava um doente. Para tal, contribuiu particularmente a realização de consultas com autonomia parcial, algo que me fez confrontar com as minhas dificuldades e possibilitou a sua melhoria em momentos seguintes. Foi também neste estágio onde me deparei mais vezes com o ato de prescrição terapêutica nas mais diversas situações, algo que considero desafiante e, por vezes, complexo. Relativamente aos estágios de Pediatria e GO, por englobarem populações tão específicas, contribuíram para a aquisição de confiança na observação e abordagem dessas populações. Na Pediatria, por ter acompanhado maioritariamente a atividade da subespecialidade de pneumologia, sinto que o acompanhamento dos doentes internados e a abordagem dos mesmos ficou aquém do desejado. Na CG, as discussões de casos clínicos com a minha tutora em muito contribuíram para o meu desenvolvimento a nível da abordagem de patologias cirúrgicas e do reconhecimento das que necessitam de indicação cirúrgica urgente.

Por outro lado, e relativamente às aptidões interpessoais, destaco o estágio de MGF como um importante determinante para o seu desenvolvimento. Deparei-me com abordagens holísticas e centradas na pessoa, integrando os problemas no contexto biopsicossocial, exemplos que irei aplicar na minha carreira médica. No estágio de MI, aperfeiçoei técnicas de comunicação e interação com os doentes e restantes profissionais de saúde. Não posso deixar de destacar o estágio de Saúde Mental, onde vi serem adotadas várias estratégias de comunicação e onde me deparei com a importância da relação médico-doente na execução de um plano terapêutico e na sua adesão. Em termos académicos, aprendi e reavivei muitos conceitos importantes, mas o método de trabalho da Equipa que integrei foi o que de mais importante retiro deste estágio. Na CG, testemunhei a importância da multidisciplinariedade na abordagem dos doentes. Por fim, o estágio de Pediatria fez-me desenvolver a capacidade de comunicação com uma faixa etária de características particulares e necessidades próprias.

Os trabalhos apresentados em cada estágio (anexo II), foram contributos essenciais para a melhoria da minha capacidade de exposição em público. Além disso, por abordarem temas importantes das respetivas especialidades e por se focarem em aspetos práticos, ajudaram na sistematização dos conhecimentos. Destaco igualmente as palestras, cursos e conferências a que assisti (anexo III), contextualizados nas diversas áreas de enfoque do estágio profissionalizante e que em muito contribuíram para o seu aproveitamento.

Ao longo deste ano desenvolvi confiança no meu raciocínio clínico, mas sempre consciente da necessidade constante de aprendizagem e atualização. Mantive-me ciente das minhas limitações e da oportunidade de aprender nos diversos contextos por onde passamos, postura que pretendo manter na minha carreira médica, por a considerar pedra basilar na boa prática da Medicina. Destaco também este ano como importante para preencher algumas vulnerabilidades do meu percurso académico, nomeadamente do período do 5º ano que coincidiu com o início da pandemia. Com a conclusão destes seis anos, não posso deixar de mencionar alguns elementos marcantes da minha formação enquanto futura médica e, também, enquanto pessoa: a participação em temas da área da Educação Médica a nível local e nacional (anexo IV.A,B), a realização de intervenções educativas para adolescentes (anexo IV.C), os rastreios realizados à periferia (anexo IV.D) e o Programa de Mobilidade em Buenos Aires (anexo IV.E), uma experiência que me permitiu aprender num contexto internacional. De referir, ainda, o meu percurso como monitora que me habilitou na capacidade de sistematização e me despertou o gosto pelo ensino. Destaco, por último, o período de confinamento geral de Fevereiro e Março de 2021, durante o qual senti que a ajuda que dei durante o estágio de MI contribuiu para diminuir a sobrecarga imposta sobre os profissionais de saúde.

Termino este percurso convicta de que todo o trabalho e esforço que dediquei à sua conclusão, contribuíram em muito para a carreira académica sólida que ambicionava construir. Por outro lado, sigo ciente de que é apenas o início de um futuro repleto de desafios, para o qual levo exemplos de equipas de excelência na vertente teórica, prática e humana da Medicina.

V. Anexos

- **Anexo I** – Cronograma do Ano Letivo 2020/2021
- **Anexo II** – Trabalhos realizados no âmbito do estágio profissionalizante
- **Anexo III** – Cursos e Conferências frequentados durante o 6º Ano do MIM
 - A) Certificado da 9ª Reunião de Imunoalergologia
 - B) Certificado da reunião de Cardiotocografia – Avaliação de Padrões Patológicos
 - C) Certificado da palestra “*Parto? Sem medo!*”
 - D) Certificado do Curso TEAM – *Trauma Evaluation and Management*
 - E) Certificado do congresso *iMed Conference 12.0*
 - F) Certificado do congresso *FutureMD 3.0 – Frente a Frente com o futuro*
 - G) Certificado da palestra “*Tabaco e Ambiente*”
 - H) Certificado da palestra “*Inside the mind of an Anti-Vaxxer*”
 - I) Certificado de participação no “*NutriDay*”
 - J) Certificado de participação na “*Formação Hands-On*”
 - K) *Certificado de participação no congresso “N2S Conference”*
- **Anexo IV** – Atividades realizadas em anos anteriores
 - A) Certificado de Integração da Direção da AEFCM
 - B) Participação no Manual Digital “*Internato Médico S(C)em Questões*”
 - C) Certificados de intervenções realizadas no âmbito do projeto EAT
 - D) Certificados de participação no projeto “*Med On Tour | Rastreios à Periferia*”
 - E) Estágio Internacional de Pediatria realizado em Buenos Aires, ao abrigo do Programa Mobilidade (2019)

Anexo I – Cronograma do Ano Letivo 2020/2021

Estágio Parcelar	Regente	Período de Estágio	Local	Tutor
Pediatria	Prof. Doutor Luís Varandas	7/09/2020 – 2/10/2020	H. Dona Estefânia	Dra. Ana Casimiro
Ginecologia e Obstetrícia	Profª. Doutora Teresinha Simões	6/10/2020 – 30/10/2020	H. S. Francisco Xavier	Dra. Lina Salgueiro
Saúde Mental	Professor Doutor Miguel Cotrim Talina	2/11/2020 – 27/11/2020	H. Prof. Doutor Fernando Fonseca	Dra. Sara Castro
Medicina Geral e Familiar	Professor Doutor Daniel Pinto	30/11/2020 – 08/01/2021	USF Jardim dos Plátanos	Dra. Joana Azeredo
Medicina Interna	Prof. Doutor Fernando Nolasco	18/01/2021 – 12/03/2021	H. Egas Moniz	Dra. Rita Reis
Cirurgia	Professor Doutor Rui Maio	15/03/2021 – 14/05/2021	H. Beatriz Ângelo	Dra. Mariana Sousa
Opcional (Otorrinolaringologia)	Prof. José António Pereira Delgado Alves	17/05/2021 – 28/05/2021	H. Beatriz Ângelo	Prof. Doutor Carlos Macor

Anexo II – Trabalhos realizados no âmbito do estágio profissionalizante

Estágio Parcelar	Tema e Autores
Pediatria	“Abordagem Diagnóstica da Policitemia em Pediatria” Caso Clínico e Revisão Teórica Ana Mendes, Carolina Inverno, Diogo Almeida, <u>Mariana Brízido</u>
Ginecologia e Obstetrícia	“Telemedicina em Obstetrícia” <i>Journal Club</i> Maria Nery, <u>Mariana Brízido</u>
Medicina Interna	“Abordagem ao doente com Hipercalcémia” Caso clínico e Revisão Teórica Diogo Almeida, Maria Rita Captivo, <u>Mariana Brízido</u>
Cirurgia	“Carcinoma Gástrico - O Impacto da Pandemia” Caso Clínico e Casuística Ana Mendes, Carolina Inverno, Inês Rodrigues, <u>Mariana Brízido</u>

Anexo III – Formações Extracurriculares

III. A) Certificado da 9ª Reunião de Imunoalergologia



9ª Reunião de Imunoalergologia

Reunião Digital

2 OUTUBRO 2020

CERTIFICADO DE PRESENÇA

Certifica-se que:

MARIANA BRÍZIDO

participou na **9ª Reunião de Imunoalergologia**, que decorreu no dia 2 de Outubro, em formato digital.

Paula Leiria Pinto
Comissão Organizadora

III. B) Certificado da reunião de Cardiotocografia – Avaliação de Padrões Patológicos



CENTRO HOSPITALAR
UNIVERSITÁRIO DE LISBOA
CENTRAL



DECLARAÇÃO

Declara-se que **MARIANA COSTA E SILVA SENA BRIZIDO** frequentou a **Videoconferência "Cardiotocografia (CTG) - Avaliação Padrões Patológicos"** realizada **no dia 30 de Outubro de 2020**, com a duração total de **1 hora**.

Lisboa, 14 de Dezembro de 2020

A Área de Gestão da Formação

Rui Pereira
Técnico Superior
Área de Gestão da Formação

Declaração N.º 3623/2020/CF
/

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

III. C) Certificado da palestra “Parto? Sem medo!”

LET'S TALK ABOUT IT PARTO? SEM MEDO!

Dr. Diogo Bruno
14 de outubro
18:30

Os direitos da grávida
O plano de parto
As posições ideais, os partos
alternativos e os riscos associados



Parto? Sem medo!

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Mariana Brízido

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15132730

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5f82dc7910ccf

Evento

Parto? Sem medo!

14-10-2020 18:30 → 14-10-2020 20:00 - Duração: 1:30 horas

Em setembro de 2019 foi estabelecida uma lei que define os princípios, direitos e deveres na gravidez e no parto. Dois anos depois e no meio de uma pandemia é inegável o impacto que a COVID está a ter nestes direitos e na prática de medicina centrada na grávida.

Queres saber mais sobre os direitos da grávida? O que é um plano de parto? As posições ideais, os partos “alternativos” e os riscos associados? Queres estar mais informado(a) sobre os mitos que rodeiam a gravidez?

III. D) Certificado do Curso TEAM – *Trauma Evaluation and Management*



Certificado

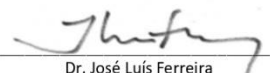
Pelo presente se certifica que

MARIANA COSTA E SILVA SENA BRIZIDO

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado no dia 07 de Maio de 2021.

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

III. E) Certificado do congresso *iMed Conference 12.0*



iMed Conference® 12.0 Lisbon 2020 | Virtual Lectures

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Mariana Brízido

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15132730

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5f4d64c83a0be

Evento

iMed Conference® 12.0 Lisbon 2020 | Virtual Lectures

30-09-2020 13:30 → 04-10-2020 17:00

The iMed Conference® 12.0 | Lisbon 2020 will take place between the 30th of September and 4th of October at NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas.

Prepare for groundbreaking lectures, practical workshops and challenging competitions.

III. F) Certificado do congresso *FutureMD 3.0* – Frente a Frente com o futuro



FutureMD - Bilhete Standard

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Mariana Brízido

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15132730

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-608b1c870faa9

Evento

FutureMD - Bilhete Standard

22-05-2021 09:00 → 23-05-2021 19:00 - Duração: 48 horas

O FutureMD está de volta com uma nova edição que promete ser memorável! Esta 3ª Edição irá decorrer em formato online nos dias 22 e 23 de Maio. Se és **aluno de Medicina**, poderás adquirir o **Bilhete Standard**, que te dá acesso às **Sessões Plenárias** e à **Mesa Redonda** do Congresso. Para adquirires este bilhete, **basta inscreveres-te no congresso na Plataforma UpEvents da AEFCM**.

Este é o momento de estares Frente a Frente com o teu Futuro!

III. G) Certificado da palestra “Tabaco e Ambiente”



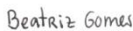
Certificado de Participação

Certifica-se que

MARIANA BRÍZIDO

Esteve presente na palestra "Tabaco e Ambiente", pelas Doutoradas Cláudia Matos e Vera Luiza da Costa e Silva, que decorreu no dia 27 de Outubro de 2020


Paulo Gomes
PRESIDENTE EAT


Beatriz Gomes
PRESIDENTE GREENNOVA



III. H) Certificado da palestra “Inside the mind of an Anti-Vaxxer”



Inside the mind of an Anti-Vaxxer

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Mariana Brízido

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15132730

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6085e36b574a7

Evento

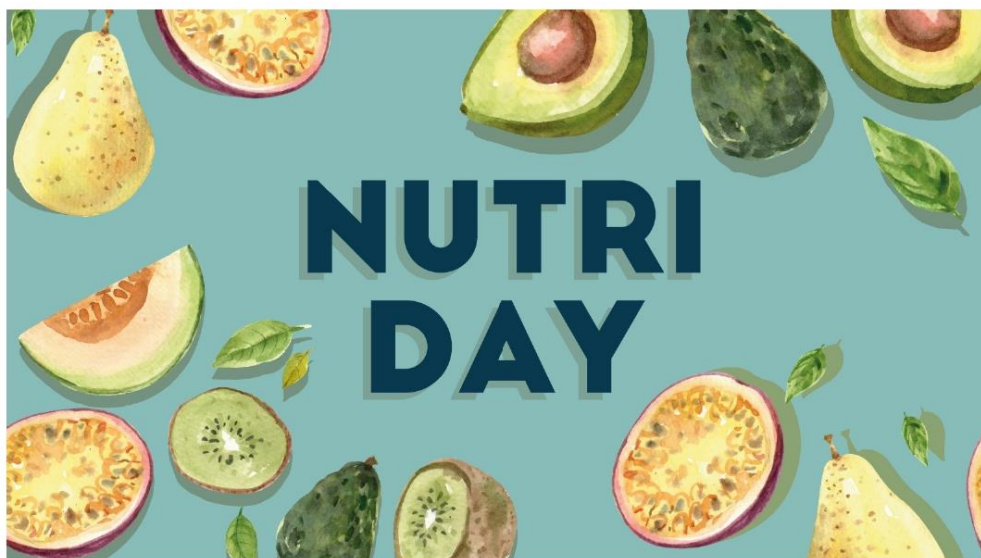
Inside the mind of an Anti-Vaxxer

30-04-2021 18:30 → 30-04-2021 20:00 - Duração: - 1:30 horas

A vacinação é vista como um dos maiores progressos do século XX na área da Saúde, mas nem todas as pessoas partilham essa opinião. Nos últimos anos, a hesitação vacinal cresceu, tendo sido considerada pela OMS, em 2019, uma das dez maiores ameaças à saúde pública.

Queres saber o que move os “anti-vaxxers”? Tens noção do impacto que podem ter no futuro? Então junta-te a nós e à Dra. Catarina Gouveia, no dia 30 de Abril, sexta-feira, pelas 18h30, via Zoom, para conheceres a resposta a estas e outras questões.

III. I) Certificado de participação no “NutriDay”



NutriDay

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Mariana Brízido

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15132730

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-605c9d6d304ef

AS ATIVIDADES FREQUENTADAS ENCONTRAM-SE NA PÁGINA SEGUINTE

III. J) Certificado de participação na “Formação Hands-On”



Formação Hands-On

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Mariana Brízido

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15132730

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-605e4b682da7b

Evento

Formação Hands-On

15-04-2021 15:00 → 26-04-2021 19:00 - Duração: 8 horas

És aluno do 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina? Tens interesse em ter uma experiência mais prática no âmbito da Nutrição e Culinária? Gostavas de melhor conseguir aconselhar doentes com doenças cardiovasculares ou diabetes mellitus tipo 2?

Se respondeste afirmativamente a estas questões, então esta formação é para ti!

III. L) Certificado de participação no congresso “N2S Conference”



Bilhete Webinar + Workshop

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Mariana Brízido

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15132730

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6070b2601562e

AS ATIVIDADES FREQUENTADAS ENCONTRAM-SE NA PÁGINA SEGUINTE

Anexo IV – Atividades realizadas em anos anteriores

IV. A) Certificado de Integração na Direção da AEFCM



IV. B) Participação no Manual Digital “Internato Médico S(C)em Questões”



AUTORIA

No mandato 2017 da ANEM, o Grupo de Trabalho em Educação Médica idealizou este projeto e forneceu as bases para que, em 2018, este Grupo discutisse a melhor forma de oferecer um resultado final completo aos estudantes de Medicina e recém diplomados em Medicina. Por conseguinte, a ANEM contactou o Ministério da Saúde, a ACSS, IP, a Ordem dos Médicos, o CNMI e o SIM de forma a colaborar, conjuntamente neste manual. Desta forma, a ANEM como detentora da propriedade intelectual deste documento, apresenta o maior agradecimento a todos os intervenientes na representação das suas instituições e entidades na Saúde.

COORDENADOR:

Vasco Mendes (ANEM)

COLABORADORES:

Nuno Ferreira (AEFMUP)
Francisco Capinha (MedUBI)
Francisco Rodrigues (NEM/AAC)
Miguel Lince Duarte (NEM/AAC)
Mariana Brízido (AEFCM)

IV. C₁) Certificado de intervenções realizadas no âmbito do projeto EAT



IV. C₁) Certificado de intervenções realizadas no âmbito do projeto EAT



IV. D₁) Certificado de participação no projeto “Med On Tour | Rastreios à Periferia”



**Med On Tour | Rastreios à Periferia -
INSCRIÇÕES ALUNOS NMS|FCM**

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Mariana Brízido

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15132730

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5bb27ccfa0d1d

Evento

Med On Tour | Rastreios à Periferia - INSCRIÇÕES ALUNOS NMS|FCM

12-10-2018 13:00 → 14-10-2018 20:00

Queres dar um pouco mais de ti através da promoção de estilos de vida saudáveis? E que tal fazê-lo num contexto não urbano? Surge agora a oportunidade de marcares a diferença no desenvolvimento da comunidade.

Os Rastreios à Periferia, agora sob o Projeto Nacional da ANEM, Med On Tour, são um momento de aproximação dos estudantes à população, na persecução daquele que é o objetivo máximo da Saúde Pública: promover a saúde das populações. Vais ter a possibilidade de aplicar gestos técnicos e treinar a relação com o doente na realização de rastreios de Diabetes mellitus, Hipertensão Arterial e Obesidade.

IV. D₂) Certificado de participação no projeto “Med On Tour | Rastreios à Periferia”



Med On Tour | Rastreios à Periferia

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Mariana Brízido

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15132730

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-95azljbk4so44

Evento

Med On Tour | Rastreios à Periferia

25-10-2019 13:00 → 27-10-2019 20:00 - Duração: 72 horas

Queres dar um pouco mais de ti através da promoção da educação para a saúde, estilos de vida saudáveis e educação sexual e reprodutiva? E que tal fazê-lo num contexto não urbano? Surge agora a oportunidade de marcares a diferença no desenvolvimento da comunidade.

Os Rastreios à Periferia, agora sob o Projeto Nacional da ANEM, Med On Tour, são um momento de aproximação dos estudantes à população, na persecução daquele que é o objetivo máximo da Saúde Pública: promover a saúde das populações. Vais ter a possibilidade de aplicar gestos técnicos e treinar a relação com o doente na realização de rastreios de Diabetes mellitus, Hipertensão Arterial e Obesidade; fazer ações de formação numa escola sobre SBV, consumos e saúde sexual e reprodutiva; e ainda ações dirigidas a adultos e idosos sobre doenças agudas e crónicas.

IV. E) Estágio Internacional de Pediatria, Buenos Aires, Programa Mobilidade (2019)



Se deja constancia que la alumna COSTA E SILVA SENA BRIZIDO, Mariana (Exp. UBA 103874/19) ha concurrido al Hospital Fernández para realizar la rotación de Pediatria desde el 09/03/20 al 13/03/20 en el horario de 08 a 14hs. -----

Se extiende la presente a los 22 días del mes de mayo de 2020, a pedido de la interesada para ser presentado ante las autoridades que correspondan-----

F. de M.



SUBDIRECCIÓN
ENCARGADA ENSEÑANZA
PEDIATRÍA UBA