

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE - 6º ANO



Maria Teresa Belante Aires dos Reis | a2015259

Orientador: Prof. Dr. António Mário Santos

Regente: Prof. Doutor Rui Maio

Mestrado Integrado em Medicina

Lisboa, junho 2021

Abreviaturas

ATLS: Advanced Trauma Life Support

CG: Cirurgia Geral

COVID-19: Doença provocada pelo SARS-CoV-2

GO: Ginecologia e Obstetrícia

HDE: Hospital Dona Estefânia

HSAC: Hospital Santo António dos Capuchos

HSJ: Hospital de São José

HVFX: Hospital de Vila Franca de Xira

INEM: Instituto Nacional de Emergência Médica

MCDTs: Métodos Complementares de Diagnóstico e Terapêutica

MGF: Medicina Geral e Familiar

MI: Medicina Interna

MIM: Mestrado Integrado em Medicina

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

NOACs: Anticoagulantes Orais Não Antagonistas da Vitamina K

PECLICUF: Programa de Estágios Clínicos em Unidades de Saúde CUF

PNA: Prova Nacional de Acesso

SNS24: Serviço Nacional de Saúde 24

SU: Serviço de Urgência

TEAM: Trauma Evaluation and Management

TP: Teórico-Prática

UC: Unidade Curricular

USF: Unidade de Saúde Familiar

UNL: Universidade Nova de Lisboa

VMER: Viatura Médica de Emergência e Reanimação

“Não somos máquinas pensantes
que sentimos. Somos máquinas
sentimentais que pensamos”

- António Damásio

Índice

Introdução	5
Corpo de trabalho.....	5
Estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar.....	6
Estágio parcelar de Pediatria	6
Estágio parcelar de Ginecologia e Obstetrícia	7
Estágio parcelar de Saúde Mental.....	8
Estágio parcelar de Medicina Interna	8
Estágio parcelar de Cirurgia Geral.....	9
Estágio parcelar Opcional de Trauma	10
Elementos valorativos	10
Reflexão crítica	11
Anexos.....	13
Estágio profissionalizante.....	14
Formação académica complementar.....	20
Voluntariado.....	24

Introdução

O 6º ano do MIM da NMS|FCM da UNL apresenta uma natureza profissionalizante. Assim, preconiza-se que os alunos sejam integrados, de uma forma tutelada, na prática clínica, com o desenvolvimento de competências práticas, teóricas e sociais essenciais para a formação médica. Consequentemente, o currículo do mesmo implica a passagem dos alunos por 6 estágios parcelares com a finalidade de proporcionar uma formação abrangente nas diversas áreas da medicina.

Para estabelecer os meus objetivos gerais, recorri às fichas curriculares dos estágios parcelares e ao documento “O Licenciado Médico em Portugal”. Neste último, sublinho a **visão da formação médica como um exercício holístico**, regida pelos pilares “cultura, formação científica sólida, sentido ético e moral e interesse pelo próximo”¹, que considero de importância primordial para a atividade médica. Assim, estabeleci as seguintes metas pessoais e profissionais, transversais a todos os estágios que realizei: a) Consolidação de conhecimentos teóricos e práticos e identificação de lacunas, principalmente a nível diagnóstico e terapêutico, a corrigir; b) Desenvolvimento de uma abordagem biopsicossocial, que tenha em conta as diferenças culturais, os valores e as crenças dos doentes; c) Aperfeiçoamento das capacidades comunicacionais não só com os doentes e com as respetivas famílias, mas também com os profissionais de saúde; d) Aquisição progressiva de responsabilidade, confiança e autonomia, integrada na dinâmica das várias equipas.

O presente relatório pretende discriminar as atividades desenvolvidas nos diversos estágios parcelares; as valências extracurriculares nas quais participei ao longo do MIM, que considero elementos valorativos importantes e, por fim, uma reflexão crítica do ano que agora termina, referente à concretização (ou não) dos objetivos gerais supracitados e dos inerentes a cada estágio parcelar. Em anexo, apresentarei um cronograma do presente ano letivo, os certificados de participação em atividades curriculares e extracurriculares.

¹ Victorino, R., C. Jollie, and J. McKimm. "O licenciado médico em Portugal. Core graduates learning outcomes project." Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (2005)

Corpo de trabalho

A UC “Estágio Profissionalizante”, preconizada para o 6º ano, encontra-se organizada por estágios parcelares em sistema de rotação nas seguintes áreas clínicas: Medicina Geral e Familiar; Pediatria; Ginecologia e Obstetrícia; Saúde Mental; Medicina Interna e Cirurgia Geral. Além destas, fazem parte do currículo 2 UCs: uma de cariz opcional (“Trauma”) e outra integradora de conhecimentos (“Preparação para a Prática Clínica”).

Estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar (07/09/2020 a 02/10/2020)

No âmbito de MGF, realizei o estágio na USF linha de Algés, sob a tutoria da Dr.ª Diana Ferreira. Alguns dos objetivos a que me propus no início do estágio foram: consolidar conhecimentos teóricos inerentes a esta especialidade; sistematizar a abordagem diagnóstica e terapêutica das patologias mais frequentes; adquirir ferramentas para estabelecer uma boa relação médico-doente; identificar fatores de risco para as patologias mais comuns e ter uma participação ativa nas consultas. Devido à situação pandémica na altura do estágio, a atividade presencial não estava a decorrer como habitual. Não obstante, ainda foi possível assistir e participar em algumas consultas presenciais com diferentes tipologias, tais como: Saúde de Adultos, Consulta de Diabetes, Saúde Materna, Saúde Infantil e Juvenil, Planeamento Familiar e Consulta Aberta. Neste contexto, procedi à colheita de anamnese, à realização de exame objetivo e à discussão da abordagem mais adequada com a tutora, com ganho progressivo de autonomia. Mais ainda, assisti à colocação de um implante hormonal e à excisão de outro e também à realização de colpocitologias. Como atividades adicionais elaborei e apresentei 2 panfletos informativos dirigidos aos utentes da USF com os temas “Febre em crianças” e “Terapêutica não farmacológica da dislipidémia em adultos” (Anexo 1).

Estágio parcelar de Pediatria (04/10/2020 a 02/10/2020)

No campo da Pediatria, realizei o estágio no Hospital Dona Estefânia (HDE), sob a tutoria da Dr.ª Rita Machado. Defini como objetivos específicos o conhecimento das principais patologias do foro pediátrico e dos princípios gerais de atuação nas mesmas e ainda o desenvolvimento de competências comunicacionais com a criança ou adolescente e com a respetiva família.

Durante o estágio, acompanhei a minha tutora maioritariamente na Unidade de Pediatria Geral (serviço 5.1). Neste local, assisti diariamente a reuniões de serviço nas quais os doentes internados eram revistos e distribuídos pelos vários assistentes e internos. Aqui, acompanhei vários médicos da equipa, efetuando colheitas de anamnese e exames objetivos dirigidos, com posterior discussão das hipóteses mais prováveis e registo em diário clínico, o que fortaleceu a minha capacidade de raciocínio. A frequência deste serviço, tornou possível acompanhar a evolução clínica de várias patologias, assim como as suas marchas diagnósticas e abordagens terapêuticas. Tive ainda a oportunidade de frequentar a consulta de Pediatria Geral da Dr.ª Rita Machado e de assistir a consultas de Hematologia Pediátrica da Dr.ª Sara Batalha, na qual pude ver a colheita de anamnese e a realização de exame objetivo dirigidos para sintomas hematológicos, assim como, tirar dúvidas relacionadas com conhecimentos teóricos e práticos. No que respeita ao SU, gostaria de ressaltar que, devido às contingências em vigor inerentes ao

contexto pandémico, apenas pude permanecer na zona de doentes não respiratórios o que considero ter sido uma forte limitação, uma vez que estes quadros são prevalentes em idade pediátrica. Não obstante, foi um dos locais onde mais aprendi pela grande diversidade de patologias apresentadas e pela necessidade de uma resposta clínica rápida. Assisti ainda a uma aula teórico-prática de Imunoalergologia com o tema “Anafilaxia”, que considerei ser útil uma vez que me preparou de forma teórica para atuar nesta situação emergente. Como parte da avaliação final, realizei e discuti com a tutora uma história clínica referente a um lactente de 3 meses com um quadro de Deficiência da Lipoproteína Lipase Familiar e, no seminário final, apresentei, juntamente com 2 colegas, um trabalho sobre “Doença Renal Poliquística Autossómica Recessiva”, enquadrado num caso clínico.

Estágio parcelar de Ginecologia e Obstetrícia (02/11/2020 a 27/11/2020)

O estágio de GO, decorreu no Hospital de Vila Franca de Xira (HVFX), sob a tutoria da Dr.ª Vanessa Olival e da Dr.ª Mariana Panaro. Estabeleci como metas específicas: a consolidação dos conhecimentos teóricos e práticos acerca da patologia ginecologia e obstétrica; o treino de técnicas do exame objetivo e o conhecimento do seguimento da gravidez e de sinais e sintomas de trabalho de parto.

Durante este estágio, tive a oportunidade de participar em múltiplas valências da especialidade. Na Unidade de GO, avaliei clinicamente mulheres que se encontravam no puerpério. Além do mais, tive ainda a oportunidade de escrever os diários clínicos das puérperas observadas e de prescrever a medicação adequada a cada uma das situações, sob supervisão. Neste local, colhi a história de uma mulher em idade pós-menopáusica com queixas de hemorragia uterina anómala, com posterior discussão. Assisti e participei em diversas consultas, nomeadamente: Consulta de Obstetrícia e de Gravidez Alto Risco; Ginecologia; Patologia do Colo; Uroginecologia e de Interrupção Voluntária da Gravidez; assim como à realização de MCDTs entre as quais ecografias ginecológicas e obstétricas. Neste enquadramento, tive a oportunidade de realizar exame objetivo dirigido, citologias, colheitas de exsudados vaginais, análise de resultados de MCDTs e discussão de hipóteses de diagnóstico. No SU, pude conhecer a abordagem de patologias urgentes/emergentes desta especialidade e, no Bloco de Partos, presenciei cesarianas e partos eutócicos. No bloco operatório, assisti a uma histerectomia com anexectomia e salpingectomia, por via abdominal, com esvaziamento ganglionar. Houve ainda lugar para a participação no Workshop “The Woman”, no Hospital Cuf Descobertas, acerca dos principais síndromes ginecológicos e dos períodos pré-parto, parto e pós-parto. No final do

estágio, decorreu um seminário final na qual apresentei, com 2 colegas, um trabalho sobre “Abordagem da grávida com SARS-CoV-2”.

Estágio parcelar de Saúde Mental (30/11/2020 a 8/01/2020)

Realizei o estágio de Saúde Mental, no Centro Hospitalar Psiquiátrico Lisboa, sob a tutoria da Dr.^a Marina Teles Martins. Determinei como principais objetivos reconhecer critérios de gravidade, interpretar exames complementares de diagnóstico e propor terapêutica e desenvolver competências comunicacionais que me permitissem estabelecer uma boa relação médico-doente, adaptada às diferentes patologias psiquiátricas. Devido ao contexto pandémico, o estágio alternou entre 2 semanas presenciais e 2 à distância.

Durante o estágio presencial, frequentei a Clínica 1- Unidade Partilhada dos 15-25 anos. Lá, compareci diariamente às reuniões de discussão de doentes em conjunto com a equipa de enfermagem para avaliar a evolução dos mesmos e eventual necessidade de alterações terapêuticas e, semanalmente, à reunião de serviço para discussão de doentes entrados e questões logísticas. Para além do mais, assisti e participei na realização de colheitas de anamnese, de exames do estado mental, prescrições e requisição e interpretação de MCDTs, podendo assim adquirir e aperfeiçoar técnicas de entrevista e exame objetivo e fomentar o raciocínio clínico. Adicionalmente, realizei uma história clínica referente a uma doente de 21 anos com diagnóstico de Episódio Depressivo Severo com sintomas psicóticos, que foi posteriormente lida e discutida no seminário de discussão de histórias clínicas. Pude ainda acompanhar 2 sessões. Numa foram abordados os estigmas na doença mental e programas de tratamento para pessoas com doença mental grave e na outra as principais perturbações em psiquiatria, na forma de casos clínicos. No estágio à distância, realizei duas histórias clínicas com base em entrevistas publicadas na plataforma *Moodle* e seis vinhetas clínicas.

Estágio parcelar de Medicina Interna (18/01/2021 a 12/03/2021)

O estágio de MI decorreu no serviço de Medicina 2.4. do Hospital de Santo António dos Capuchos (HSAC), sob tutoria da Dr.^a Ana Gonçalves. De uma forma geral, estabeleci como principal meta a integração na dinâmica da equipa médica e o ganho progressivo de autonomia na realização das tarefas e procedimentos. Neste período, a atividade que desenvolvi esteve sobretudo centrada na enfermaria, tendo acompanhado os doentes ali internados. As atividades clínicas, na equipa médica onde eu estava inserida, iniciavam-se com uma breve discussão dos doentes seguida da distribuição dos mesmos; tendo-me sido atribuídos um total de 2 a 3 doentes diariamente. Neste sentido, de seguida, focava a atenção nos doentes atribuídos e,

individualmente, realizava a anamnese e exame objetivo, discutindo de seguida o caso clínico com a equipa médica, no sentido de debater as hipóteses de diagnóstico mais prováveis, pedir MCDTs e formular um plano terapêutico apropriado, assim como avaliar as perspetivas de alta e, eventualmente, fazer um pedido de colaboração a outras especialidades. No que respeita a procedimentos médicos, tive a oportunidade de treinar algumas competências nomeadamente a realização de gasometrias arteriais e a colheita de sangue arterial e venoso e de exsudados oro e nasofaríngeos. Participei na reunião de serviço, que ocorria semanalmente, na qual eram apresentados todos os doentes, restando para discussão questões mais complexas. Assisti ainda a uma sessão clínica sobre “NOACs: Indicações e doses terapêuticas” e a uma aula teórico-prática sobre “Equilíbrio hidroeletrólítico e ácido-base”. Para a minha avaliação, colhi e elaborei 2 histórias clínicas, que posteriormente discuti com a minha tutora e, na última semana de estágio, apresentei, mais 2 colegas, um trabalho sobre Hipertireoidismo e Hipotireoidismo.

Estágio parcelar de Cirurgia Geral (15/03/2021 a 14/05/2021)

No âmbito da CG, realizei o estágio no Hospital da Luz Lisboa, sob a tutoria do Dr. César Resende. Os objetivos centrais que estabeleci para este estágio foram o reconhecimento das principais síndromes cirúrgicas, principalmente a nível dos fundamentos diagnósticos e terapêuticos, e a participação ativa em atos cirúrgicos. Frequentei 6 semanas do estágio de Cirurgia Geral. Fui integrada e participei em várias valências da especialidade, nomeadamente no Bloco operatório, na Consulta externa de Cirurgia Geral e na reunião multidisciplinar. Nesta conjuntura, realço a grande diversidade de procedimentos cirúrgicos observados e destaco a minha participação como 2ª ajudante em alguns deles, o que implicou a necessidade de aprender a realizar a preparação individual e a manusear instrumentos cirúrgicos. As consultas a que assisti foram importantes para o reconhecimento das principais patologias cirúrgicas, da sua etiopatogenia e semiologia, bem como para a prática da realização do exame objetivo, com posterior discussão com o tutor dos fundamentos diagnósticos e terapêuticos das mesmas. Tive ainda a oportunidade de frequentar, durante 2 semanas, o estágio de anestesiologia, uma área de grande interesse para mim. Aqui, acompanhei a equipa médica de anestesiologia essencialmente no contexto das intervenções cirúrgicas e pude realizar determinados procedimentos (nomeadamente: a colocação de linhas arteriais e dos elétrodos necessários à monitorização dos parâmetros vitais, a administração de fármacos, a ventilação dos doentes, colocação de máscaras laríngeas, intubação e colocação de sondas nasogástricas), acompanhando os doentes até ao período pós-operatório. Para além das atividades do estágio clínico, participei também no curso *TEAM*, em sessões de simulação no HL e em aulas de preparação para a PNA, que ocorriam semanalmente. No final do estágio, decorreu o

Minicongresso no qual apresentei, juntamente com 3 colegas, um trabalho designado “Never NET me go: A propósito de um caso clínico” referente a um doente de 47 anos com tumor neuroendócrino do pâncreas recidivante.

Estágio parcelar Opcional de Trauma (17/05/2021 a 27/05/2021)

Realizei o estágio opcional de Trauma no Hospital de S. José, com a coordenação do Prof. Doutor Francisco Oliveira Martins. A escolha deste estágio relacionou-se com o meu interesse pessoal na área, mas também com a oportunidade de frequentar valências com que nunca tinha tido contacto nos anos anteriores do MIM, nomeadamente com o INEM, sendo a valência pré-hospitalar uma das que despertou o meu interesse nesta unidade curricular. Estas 2 semanas foram preenchidas por 4 dias de seminários teóricos interativos com temáticas relacionadas com a abordagem do doente politraumatizado e por 6 dias de contacto com diferentes áreas, entre as quais a SU-Sala de trauma, Neurocirurgia, Unidade Vertebro-Medular, Unidade de Queimados e INEM-VMER.

Elementos valorativos

Ao longo do MIM, procurei complementar o currículo académico estabelecido pela FCM|NMS com atividades de diversos âmbitos, organizadas ou não pela Faculdade e órgãos subordinados. Neste ano letivo em particular, destaco a minha participação no curso **TEAMS** e no **Future MD**, em maio de 2021. Saliento ainda o meu trabalho enquanto **colaboradora do SNS24**, entre outubro de 2020 e abril de 2021, sendo esta uma iniciativa organizada pelo ABC (Algarve Biomedical Center) em conjunto com a Altice, para reforço e consequente melhoria da capacidade de resposta da linha SNS24 à grande demanda imposta pela pandemia COVID-19. O trabalho ocorria no posto do SNS24 de Lisboa e consistia em receber chamadas de utentes e proceder à avaliação de situações relacionadas com a infeção por SARS-CoV-2, seja no fornecimento de informações chave ou, na maior parte dos casos, na identificação e avaliação de sintomas compatíveis com COVID-19, com posterior encaminhamento dos doentes e rastreio de contactos assintomáticos.

Saliento de seguida algumas atividades extracurriculares realizadas em anos anteriores. Em 2016, realizei **estágio pré-clínico** no Hospital Cuf Cascais, ao abrigo do **programa Peclicuf**, organizado pela AEFCM. No mesmo ano, assisti a um **Workshop de Neurorradiologia** e à palestra **“Deficiência: No boundaries na sexualidade”**. Em 2017, assisti à palestra **“4º ABC da Imunologia para Médicos”**. Em 2018, participei no **curso Advanced Trauma Life Support**, que como já referi é uma área de grande interesse. No que respeita a atividades de voluntariado,

destaco a minha participação no projeto de rastreios “**Marca Mundos**”, em 2016, realizados no Centro Comercial Colombo, com enfoque na prevenção da Hipertensão Arterial, Diabetes Mellitus e Obesidade e no projeto “**O meu melhor amigo**”, em 2018, organizado pela AEFCM, na Casa dos Animais de Lisboa, que se vê constantemente privada de recursos para oferecer aos animais que acolhe.

Reflexão crítica

Com esta reflexão crítica, pretendo fazer um balanço do meu percurso académico, com enfoque para a UC Estágio Profissionalizante, analisando o impacto que este ano teve na minha formação médica. Antes de mais gostaria de expressar que, de uma forma geral, concluo este ano convicta de que encarei todos os desafios que me foram apresentados e que aproveitei as oportunidades de aprendizagem que me foram oferecidas. No entanto, tenho a consciência que a conclusão deste ciclo não finaliza o meu processo de formação e que há aspetos a melhorar. Começo então por analisar, de forma individualizada, cada estágio efetuado.

Em **Medicina Geral e Familiar**, considero que o cumprimento dos objetivos a que me propus, assim como o cumprimento das atividades e tarefas incumbidas pela UC, foram dificultado pelas condicionantes geradas pela pandemia COVID-19, nomeadamente pela diminuição substancial do número de consultas presenciais na USF, com a consequente adoção de formas não presenciais de as realizar. No entanto, apesar destas limitações foi possível assistir a algumas consultas presenciais e ter uma participação ativa e, nos casos não presenciais, discutia praticamente sempre o caso clínico e a abordagem a realizar com a minha tutora. Assim, este foi um dos estágios que menos possibilitou o meu desenvolvimento profissional nas competências práticas que se pretendem aprimorar neste ano letivo. Frequentei o estágio de **Pediatria** no Hospital Dona Estefânia, que sendo um centro de referência, acaba por abranger uma grande quantidade de patologias (recebendo, naturalmente, casos mais complicados e doenças mais raras) e de contextos económicos, sociais e culturais, sendo esta diversidade um dos pontos positivos que notei, principalmente na enfermaria em que estava alocada. Queria ainda referir como ponto positivo a oportunidade que tive de assistir a consultas de outras subespecialidades, onde pude observar o seguimento de casos de patologia complexa e menos comum. Em **Ginecologia e Obstetrícia**, destaco a boa organização e integração, o que permitiu o contacto com uma grande diversidade de valências, sendo este uma mais valia que tornou o estágio mais completo e diversificado e, como tal, repleto de oportunidades de aprendizagem e de consolidação de conhecimentos a nível teórico e prático. Gostaria de sublinhar que a quantidade de cesarianas e partos eutócicos que vi foi bastante satisfatória, acabando por

compensar o pouco contacto que tive com os mesmos no estágio de 4º ano de Ginecologia e Obstetrícia, que foi mais centrado em ginecologia. Em relação ao estágio de **Saúde Mental**, senti que observei poucos doentes uma vez que a maioria das consultas da minha tutora eram em regime não presencial tendo o meu contacto com a especialidade sido limitado ao internamento. No último, pude observar e inclusivamente participar em algumas entrevistas clínicas e realização de exames objetivos psiquiátricos. Para além do mais, foram várias as vezes em que discuti juntamente com a equipa médica as hipóteses diagnósticas a ponderar, o que penso ter sido uma vantagem. De uma forma geral, tinha expectativas elevadas para este estágio, nomeadamente no que respeita à frequência do Serviço de Urgência onde é possível observar um maior número de doentes na fase aguda da doença e treinar a abordagem dos mesmos (um dos objetivos que acima referi). Mais uma vez, devido ao contexto pandémico, não nos foi possibilitada a frequência do serviço de urgência. Pelos pontos acima referidos, agravados pela curta duração do estágio presencial, penso ter ficado aquém de alguns dos objetivos estabelecidos. O estágio de **Medicina Interna**, foi dos melhores estágios a nível de crescimento prático pela minha integração na rotina da equipa médica e pela responsabilidade e autonomia progressiva que me foram dadas ao longo do mesmo. Tinha efetivamente doentes que me estavam atribuídos, os quais visitava diariamente, fazendo uma breve anamnese e exame objetivo, propondo um plano de atuação e pondo-o em prática, após discussão com a tutora. Desta forma, a aplicação prática do meu conhecimento foi muito estimulada e, consequentemente, houve um grande desenvolvimento das minhas aptidões clínicas. Para além disso, melhorei as minhas capacidades comunicacionais de forma a transmitir informações relevantes aos doentes e às respetivas famílias e aos colegas de outras especialidades, enfermeiros e assistentes. Além do mais, tive de aprimorar as minhas capacidades de gestão de tempo de forma a conseguir cumprir todas as tarefas que me estavam incumbidas. Assim, penso que os principais objetivos que estabeleci para este estágio foram satisfatoriamente atingidos. No entanto, gostaria de ressaltar que, mais uma vez, dado o contexto da atual situação pandémica, apenas observei a atividade clínica referente à enfermaria. Em **Cirurgia Geral**, o contacto com diversas vertentes da especialidade como a consulta, o internamento e o bloco operatório permitiu-me consolidar conhecimentos sobre o reconhecimento e o diagnóstico das principais síndromes cirúrgicas. Saliento como um ponto extremamente positivo o facto de ter podido participar como 2ª ajudante em atos cirúrgicos, o que até então não se tinha verificado em unidades curriculares anteriores. Isto permitiu-se visualizar com mais facilidade cada passo do procedimento e, como tal, ter um conhecimento mais cabal de todo o procedimento e evoluir nas minhas capacidades técnicas, para além de tornar todo o processo mais dinâmico e entusiasmante. Deste modo, considero que os objetivos definidos foram cumpridos.

Anexos

I. Estágio profissionalizante

- **Anexo I.** Cronograma do Estágio Profissionalizante
- **Anexo II.** Trabalhos realizados durante o Estágio Profissionalizante
- **Anexo III.** Atividades realizadas durante o estágio Profissionalizante

II. Formação académica complementar

- **Anexo IV.** ATLS®
- **Anexo V.** 4º ABC de Imunologia para Médicos
- **Anexo VI.** Estágios pré-clínicos PECLICUF
- **Anexo VI.** Workshop de Neurorradiologia

III. Voluntariado

- **Anexo VIII.** Rastreios Marca Mundos
- **Anexo IX.** O Meu Melhor Amigo

Estágio profissionalizante

Anexo I. Cronograma do Estágio Profissionalizante

Estágio parcelar	Data de realização	Unidade de Saúde	Tutor	Regente
Medicina Geral e Familiar	07/09/2020 a 02/10/2020	USF Linha de Algés	Dr.ª Diana Ferreira	Prof. Doutor Daniel Pinto
Pediatria	04/10/2020 a 30/10/2020	Hospital Dona Estefânia	Dr.ª Rita Machado	Prof. Doutor Luís Varandas
Ginecologia e Obstetrícia	02/11/2020 a 27/11/2020	Hospital de Vila Franca de Xira	Dr.ª Vanessa Olival e Dr.ª Mariana Panaro	Prof. Doutora Teresinha Simões
Saúde Mental	30/11/2020 a 08/01/2021	Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa	Dr.ª Marina Teles Martins	Prof. Doutor Miguel Talina
Medicina Interna	18/01/2021 a 12/03/2021	Hospital de Santo António dos Capuchos	Dr.ª Ana Gonçalves	Prof. Doutor Fernando Nolasco
Cirurgia Geral	15/03/2021 a 14/05/2021	Hospital da Luz Lisboa	Dr. César Resende	Prof. Doutor Rui Maio
Trauma	17/05/2021 a 27/05/2021	Hospital de São José	-	Prof. Doutor Francisco Oliveira Martins

Anexo II. Trabalhos realizados durante o estágio profissionalizante

Estágio parcelar	Tema
Medicina Geral e Familiar	Panfletos informativos “Febre em crianças” e “Terapêutica não farmacológica da dislipidemia em adultos”
Pediatria	“Doença Renal Poliquística Autossómica Recessiva”
Ginecologia e Obstetrícia	“Abordagem da grávida com SARS-CoV-2”
Medicina Interna	“Hipertireoidismo e Hipotireoidismo”
Cirurgia Geral	“Never NET me go: A propósito de um caso clínico”

1. Panfletos Medicina Geral e Familiar

a) Terapêutica não farmacológica da dislipidémia em adultos

Dislipidémia

O que é?

A dislipidémia é definida como uma **quantidade anormal de lipídios** (moléculas de gordura) **no sangue**, sendo esta um **fator de risco** clínico maior para o desenvolvimento de **doença cardiovascular**, uma vez que esta contribui para a acumulação anormal e progressiva de gordura nas paredes das artérias (aterosclerose), que culminam com a obstrução do fluxo sanguíneo.

O que fazer?

- Adotar uma **dieta variada**, nutricionalmente equilibrada, rica em legumes, leguminosas e frutas e **pobre em gorduras**



- Praticar regularmente **exercício físico**, 30 a 60 minutos, quatro a sete dias por semana



- Controlar e **manter um peso normal** (IMC igual ou superior a 18,5 mas inferior a 25)



- Manter o **perímetro da cintura inferior a 94 cm, no homem, e 80 cm, na mulher**

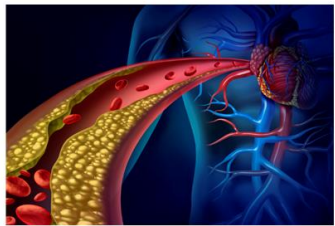






Unidade de Saúde Familiar
Linha de Algés

Terapêutica não farmacológica da Dislipidémia



Realizado por: _____

Aprovado pela equipa da USF LA em CG _____
Revisão em: _____

- Restringir o consumo de **álcool** (máximo de 2 bebidas/dia)



- Diminuir o consumo de **sal**



- Cessar o consumo de **tabaco**



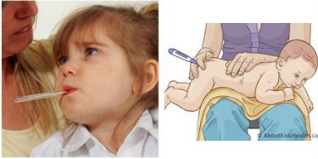


TEM EXCESSO DE COLESTEROL?
Faça opções mais saudáveis

A PREFERIR
Peixe e carnes brancas (frango e peru).
Produtos frescos ou congelados.
Creme vegetal com gordura polinsaturada.
Laticínios com 35% ou 0% de matéria gorda. O queijo fresco magro é sempre uma boa opção.
Natas de soja.
Cozidos, grelhados e assados ou estufados sem gordura.
Gorduras vegetais, de preferência monoinsaturadas (como o azeite) em pequena quantidade.
Utilize especiarias e ervas aromáticas, sumo de limão ou vinagre.

A EVITAR
Carnes vermelhas (vaca e porco).
Produtos de salsicharia/charcutaria, enlatados e conservas.
Manteigas (mesmo as manteigas magras têm gordura saturada).
Queijos de pasta mole.
Natas.
Folhados, croissants, empadas, croquetes, rissóis, pastéis de bacalhau e guisados.
Cubos e caldos concentrados.
Sal em excesso.

b) Febre em crianças

A febre é a manifestação mais comum de doença na idade pediátrica e é definida como o aumento da temperatura corporal, habitualmente como resposta do organismo a uma situação infecciosa. 1. As medições a nível oral e retal são as mais fiáveis.  2. Considera-se febre se a temperatura for $\geq 37,4^{\circ}\text{C}$ (axilar), $\geq 37,6^{\circ}\text{C}$ (oral ou timpânica), $\geq 38^{\circ}\text{C}$ (retal) 3. A criança não deve ser agasalhada. Dê-lhe um medicamento (ex: paracetamol) para baixar a febre. Ofereça líquidos com regularidade.	4. Nas crianças que apresentem temperatura inicial superior a 39°C, se 30 minutos após a administração do medicamento a febre se mantiver ou tiverem história de convulsões febris, dê-lhes um banho com água morna (37°C máximo 10 minutos)  5. Sinais de alerta: • Menos de 3 meses • Mais de 3 meses e febre superior a 3 dias • Criança prostrada, com irritabilidade, recusa alimentar ou para líquidos 	   Unidade de Saúde Familiar Linha de Algés O que fazer quando o seu filho tem febre?  Realizado por: _____ Aprovado pela equipa da USF LA em CG _____ Revisão em: _____
6. Dirija-se ao Serviço de Urgência de um hospital se: • Prostração (sonolência excessiva, não segurando o tronco nem a cabeça) • Surgirem manchas na pele associadas a febre • Se a criança tiver dificuldade em respirar (mesmo após dar o medicamento para a febre) • Vômitos que não passam 	NOTA: estas são indicações genéricas e não se aplicam a todas as situações específicas; pais com dúvidas ou preocupados com a saúde da sua criança deverão contactar um profissional de saúde para aconselhamento. Quando voltar à escola e atividades normais? Após 24 horas sem febre.	Titulo H1 Texto Titulo H1 Texto Titulo H1 Texto Titulo H1 Texto

Anexo III. Atividades realizadas durante o estágio Profissionalizante

1. Colaboração no SNS24



DECLARAÇÃO

A **Associação de Desenvolvimento do Centro Académico de Investigação e Formação Biomédica do Algarve**, pessoa coletiva n.º 514997133, e sede no Campus de Gambelas da Universidade do Algarve, em Faro, representada para este efeito pelo seu Presidente da Direção, Doutor Nuno Marques, vem pela presente declarar que:

A Colaboradora **Maria Teresa Belante Aires dos Reis**, portadora do documento de identificação **15301371** prestou serviços no SNS24 a favor do ABC com a função de prestar cuidados aos utentes em situações de doença no âmbito da pandemia por COVID-19, mediante triagem, aconselhamento e encaminhamento para assistência e tratamento nas unidades do Serviço Nacional de Saúde, desde **1 de Outubro de 2020** até **1 de Abril de 2021**, realizados em turnos rotativos.

Por ser expressão da verdade, assino a presente.

Faro, **2 de junho** de 2021

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Nuno Marques', written over a horizontal line.

Dr. Nuno Marques
Presidente do ABC

2. Participação no curso TEAMS



Certificado

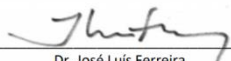
Pelo presente se certifica que

MARIA TERESA BELANTE AIRES DOS REIS

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

3. Participação no Future MD



FUTURE MD 3.0
FRENTE A FRENTE COM O FUTURO
MAIO 2021

FutureMD - Bilhete Premium
— Certificado de Participação

EMITIDO POR:

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

AEFCM

NOME

Maria Teresa Belante Aires Dos Reis

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15301371 OZY2

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-6089e92ff2f3f

Evento

FutureMD - Bilhete Premium
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 do 4º, 5º ou 6º Ano**, poderás adquirir o **Bilhete Premium**, que te dá acesso às **Sessões Plenárias**, à **Mesa Redonda** e a um **Bloco de Sessões Paralelas** 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!

aefcm.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

Formação académica complementar

Anexo IV. ATLS®

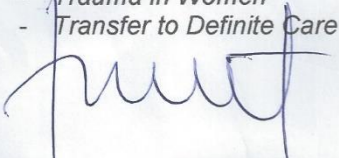


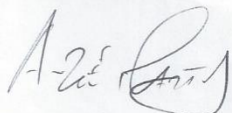
ATLS® Portugal
Região Sul

A Sra. **Maria Teresa Belante Aires dos Reis** colaborou no 251º Curso de Estudantes "Advanced Trauma Life Support®" (A.T.L.S.®) do American College of Surgeons / Sociedade Portuguesa de Cirurgia, realizado no edifício escolar da FCML no Hospital de São Francisco Xavier, nos dias 25, 26 e 27 de maio de 2018. Curso este, que tem a duração de 25 horas (práticas e teóricas), cujos temas abordados são os seguintes;

- Introduction to ATLS and Course Overview
- Initial Assessment and Management
- Airway and Ventilatory Management
- Shock
- Thoracic Trauma
- Abdominal Trauma
- Surgical Skills Practicum
- Head Trauma
- Spine and Spinal Cord Trauma
- Ocular Trauma
- Injuries due Burn and Cold
- The extremes of age
- Trauma in Women
- Transfer to Definite Care




Dr. Francisco Oliveira Martins
Diretor Curso ATLS®


Enfº André Martins
Coordenador ATLS®

Anexo V. 4º ABC de Imunologia para Médicos



CERTIFICADO

Certifica-se que

Maria Teresa Belante Aires dos Reis

esteve presente no **4º ABC de Imunologia para Médicos**,
organizado pelo Centro de Alergia do Hospital CUF Descobertas,
que se realizou na Fundação Calouste Gulbenkian, em Lisboa,
no dia 3 de Novembro de 2017.

Cláudia de Lemos Silveira
Diretora da Academia CUF
José de Mello Saúde



Anexo VI. Estágios pré-clínicos PECLICUF**Estágios pré-clínicos PECLICUF | 1º e 2º ano***— Certificado de Participação***EMITIDO POR:**

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

**NOME**

Maria Teresa Belante Aires Dos Reis

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15301371 0ZY2

CÓDIGO DE CERTIFICADO

YEOEW

Evento**Estágios pré-clínicos PECLICUF | 1º e 2º ano**

18-07-2016 22:00 → 09-09-2016 14:00

PECLICUF pré-clínico é um projecto da AEFCM que permite a realização de estágios em unidades de saúde CUF, durante um período de duas semanas. O estágio teve como principais objectivos a introdução do aluno ao funcionamento de uma unidade de saúde, bem como o acompanhamento das actividades exercidas pela equipa de enfermagem.

Anexo VI. Workshop de Neurorradiologia



FORMAÇÃO+ | Workshop de Neurorradiologia

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Maria Teresa Belante Aires Dos Reis

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15301371 OZY2

CÓDIGO DE CERTIFICADO

HPFEC

Evento

FORMAÇÃO+ | Workshop de Neurorradiologia

02-06-2016 19:00 → 02-06-2016 21:00 - Duração: - 2 horas

Workshop, com duração de duas horas, desenvolvida no âmbito do projecto FORMAÇÃO+. O objectivo principal do workshop prende-se com rever conteúdos teóricos acerca de conceitos básicos acerca de interpretação de exames de imagem que remetem para o sistema nervoso central, abordando as patologias mais frequentes. A palestra foi desenvolvida pela Dra. Catarina Perry da Câmara e Dr. João Jacinto (CHLC).

Voluntariado

Anexo VIII. Rastreios Marca Mundos



MarcaMundos | Rastreios CC Colombo

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Maria Teresa Belante Aires Dos Reis

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15301371 OZY2

CÓDIGO DE CERTIFICADO

FYOFN

Evento

MarcaMundos | Rastreios CC Colombo

30-05-2016 11:00 → 31-05-2016 01:00 - Duração: - 14 horas

MARCAMUNDOS | RASTREIOS MÉDICOS 30 e 31 MAIO | CC COLOMBO A AEFCM certifica que o estudante participou nos RASTREIOS MÉDICOS organizados pelo Projeto MarcaMundos da AEFCM, nos dias 30 e 31 de maio de 2016, tendo estado presente durante 2 horas.

Anexo IX. O Meu Melhor Amigo



O Meu Melhor Amigo

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Maria Teresa Belante Aires Dos Reis

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15301371 OZY2

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5a986c5503eca

Evento

O Meu Melhor Amigo

19-03-2018 15:00 → 01-06-2018 13:45

Queres integrar um projeto de voluntariado continuado durante este semestre? És amante de animais? Então esta atividade é ideal para ti! O Meu Melhor Amigo está de volta e tu tens a oportunidade de fazer a diferença!

Infelizmente, muitos dos melhores companheiros do Homem não têm casa, nem família, onde possam crescer felizes e saudáveis. A Casa dos Animais de Lisboa necessita da tua ajuda.