

# Relatório Final

Mestrado Integrado em Medicina

**Raquel Valente da Silva Graça**  
**2018461**

**Regente: Prof. Dr. Rui Maio**

**Orientadora: Dra. Susana Ourô**

# Capa

Gustav Klimt, Medicine

“Aqueles que passam por nós não vão sós. Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós.”

— Antoine de Saint-Exupéry

Obrigada...

À minha família, pelo apoio incondicional.

Aos amigos, a família que se escolhe.

Ao Nicolás, pela presença e o amor.

# Índice

Introdução	5
Atividades desenvolvidas	5
a. Medicina Interna	5
b. Cirurgia Geral	6
c. Medicina Geral e Familiar	7
d. Pediatria	7
e. Ginecologia e Obstetrícia	8
f. Saúde Mental	8
Elementos Valorativos	9
Reflexão crítica	10
Anexos e Apêndices	13

## **Siglas e Abreviaturas**

MIM - Mestrado Integrado em Medicina

NMS - NOVA Medical School

FCM - Faculdade de Ciências Médicas

UC - Unidade Curricular

EP - Estágio Parcelar

SNS - Serviço Nacional de Saúde

MI - Medicina Interna

CG - Cirurgia Geral

MGF - Medicina Geral e Familiar

GO - Ginecologia e Obstetrícia

SM - Saúde Mental

HC - Hospital de Cascais

HL - Hospital da Luz

UCSP - Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados

ULSBA - Unidade Local de Saúde do Baixo Alentejo

HSP - Hospital de São Paulo

HDE - Hospital de Dona Estefânia

HBA - Hospital Beatriz Ângelo

HJM - Hospital Júlio de Matos

HSJ - Hospital de São José

MMSE - Mini Mental State Examination

MCDTs - Métodos complementares de diagnóstico e terapêutica

CVC - Catéter venoso central

SU - Serviço de Urgência

DPOC - Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica

SUOG - Serviço de Urgência Obstétrico-Ginecológico

AVC - Acidente vascular cerebral

PEM - Prescrição Eletrónica de Medicamentos

SOAP - Subjetivo, Objetivo, Avaliação, Plano

AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas

UdelaR - Universidad de la República

SBV - Suporte Básico de Vida

## Introdução e Objetivos

A Unidade Curricular Estágio Profissionalizante do 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina (MIM) da NMS | FCM representa o culminar do processo formativo pré-graduado em Medicina. Este visa conferir ao estudante e futuro médico competências teóricas e práticas, valores e atitudes que o permitam colocar-se ao serviço das comunidades, promovendo a sua saúde e bem-estar. Indo ao encontro dos objetivos explicitados nos documentos *The Tuning Project* e *O Licenciado em Medicina em Portugal*, o estudante médico deve adquirir ferramentas que promovam a auto-aprendizagem ativa, crítica e constante, orientada para a procura de rigor científico e integridade ética.

Neste sentido, ao longo de 32 semanas, os estudantes do 6º ano do MIM realizam Estágios Parcelares nas seguintes especialidades, englobadas pela UC - Medicina Interna, Cirurgia Geral, Medicina Geral e Familiar, Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia e Psiquiatria. Serve o presente relatório para enunciar os objetivos - gerais e específicos para cada EP - que procurei atingir ao longo deste ano letivo; descrever as atividades desenvolvidas nesse sentido e os elementos valorativos que considero terem contribuído para a minha formação médica e pessoal; e, por último, para fazer uma reflexão crítica relativa ao processo de aprendizagem realizado ao longo do 6º ano do MIM.

Com efeito, procurei conciliar os objetivos explicitados pelos vários EPs e os objetivos pessoais a que me propus, tanto no âmbito das competências clínicas como de formação social. Como objetivos transversais a todos os EPs, procurei consolidar conhecimentos teóricos, identificando e colmatando lacunas, em articulação com a vertente prática; trabalhar em equipa com os vários profissionais de saúde; adquirir autonomia e responsabilidade progressivas, desenvolvendo o meu raciocínio clínico e capacidade crítica; praticar a realização metódica de anamnese e exame objetivo completos; aprimorar a comunicação com os doentes e respectivos familiares, estabelecendo uma boa relação terapêutica; selecionar e interpretar os MCDTs adequados; prescrever terapêuticas adequadas; identificar e estratificar situações de emergência; referenciar apropriadamente os doentes que o requeiram; adquirir uma visão mais aprofundada do funcionamento do SNS. Em suma, comprometi-me a aprimorar a compreensão do que significa ser médica em todas as suas vertentes, da responsabilidade que acarreta e dos valores e atitudes a cultivar.

## Atividades desenvolvidas

### a. Medicina Interna (11 de setembro a 3 de novembro)

Iniciei o 6º ano do MIM com o EP de MI, realizado no Hospital de Cascais, na Ala Poente do piso 6, sob tutoria do Dr. Carlos Anjo. Neste contexto, procurei consolidar conhecimentos previamente adquiridos, com ponto de partida nos casos dos doentes observados; sistematizar a realização de um exame objetivo eficaz, direcionado ao motivo de internamento e aos problemas atuais do doente; dominar a escrita do diário clínico em internamento e trabalhar em equipa, comunicando adequadamente com os outros membros da equipa médica, de enfermagem e auxiliares e adquirindo crescente autonomia.

Ao longo de 8 semanas, integrei a atividade da enfermaria do serviço, ficando responsável pela gestão de 1 a 2 doentes por dia, procedendo à revisão dos seus antecedentes e motivo de internamento, à consulta dos problemas

atuais, vigilâncias efetuadas pela equipa de enfermagem, intercorrências registadas, e, seguidamente, executando a anamnese, exame objetivo, pedido e interpretação de MCDTs e revisão e ajuste terapêutico, estes últimos em diálogo com o orientador. Elaborei os respetivos diários clínicos e, nalguns casos, também notas de entrada e notas de alta. Contactei pela primeira vez com o caso de um doente em cuidados paliativos, que acabou por falecer, o que me permitiu acercar-me a um tipo diferente de abordagem, já não visando a cura, senão o máximo conforto do doente, e ainda ao contacto com os seus familiares e a transmissão de más notícias. Pude ainda pôr em prática a realização de gasimetrias arteriais a vários doentes e observar outros procedimentos, como a colocação ecoguiada de CVC e a realização de mielograma e de biópsia óssea. Numa ocasião, pude integrar a equipa do SU do HC, onde observei a realização de drenagem peritoneal e a abordagem aguda de uma doente com AVC. Realizei e apresentei, em conjunto com uma colega, o trabalho final sobre o tema 'Abordagem ao doente com pneumonia', que constituiu uma oportunidade para a revisão estruturada desta patologia, com a qual contactei frequentemente ao longo destas 8 semanas. Assisti ainda aos workshops sobre 'Alterações do equilíbrio ácido base' e 'Decisões de fim de vida', lecionados na FCM.

## **b. Cirurgia Geral** (6 de novembro a 12 de janeiro)

O EP de CG decorreu ao longo de 8 semanas no HL Lisboa, sob orientação do Dr. Jorge Paulino. Como objetivos, estabeleci a familiarização com a dinâmica e conduta a adotar no bloco operatório; a prática de técnicas de assépsia, suturas e outros procedimentos do âmbito da CG e da Anestesiologia; a compreensão da gestão global do doente cirúrgico, em contexto pré e pós-operatório.

A valência mais significativa do EP teve lugar no bloco operatório, onde pude observar diversas cirurgias - no âmbito da CG, principalmente colecistectomias e hernioplastias, sendo que em 2 ocasiões tive a oportunidade de efetuar a desinfecção pré-cirúrgica e participar em colecistectomias laparoscópicas, manejando o laparoscópio. Contudo, devido ao elevado número de alunos presentes, nem sempre foi possível acompanhar o meu tutor nas salas de CG, pelo que nessas ocasiões assisti a cirurgias de outros foros, como ortopédica, mamária, obstétrica (cesarianas no bloco de partos) e neurocirurgia. Duas das semanas do EP consistiram no estágio opcional de Anestesiologia, realizado no mesmo hospital, acompanhando a atividade de vários especialistas no bloco operatório. Pude observar diversas técnicas anestésicas, bem como o processo de preparação do doente para as cirurgias e o respetivo recobro, e discutir as particularidades dos fármacos utilizados, os parâmetros de ventilação e de medição da profundidade anestésica, entre outros temas. Quanto aos procedimentos realizados neste contexto, pude colocar várias máscaras laríngeas e auxiliar na realização de um bloqueio ecoguiado do plexo cervical. Em três momentos, estive presente nas consultas do Dr. Paulino, tanto pré como pós operatórias, correspondendo alguns casos observados a situações de urgência. Frequentei ainda a enfermaria do serviço, onde procedi à colheita de uma história clínica, discutida posteriormente com o tutor, e à passagem da visita aos doentes internados. No que toca à componente formativa, participei no curso Trauma Evaluation and Management (TEAM), em sessões de simulação para prática de suturas, colocação de CVC ecoguiada e intubação orotraqueal em modelos artificiais, no webinar World Pancreatic Cancer Day, nas sessões clínicas semanais organizadas pelo HL e no mini congresso em que foram apresentados os trabalhos finais realizados pelos alunos de 6º ano. Neste contexto, apresentei o trabalho de grupo

previamente realizado intitulado 'Urgência ou não? Eis a questão. Colecistite aguda complicada: um desafio diagnóstico', sobre o caso de um doente com colecistite gangrenosa que observamos no bloco operatório.

### **C. Medicina Geral e Familiar** (22 de janeiro a 16 de fevereiro)

O EP de MGF decorreu na UCSP Serpa, unidade integrante da ULSBA, bem como no Hospital de São Paulo, em contexto de SU. Os meus objetivos para este EP incluíram o contacto com distintas realidades da prática médica em Portugal; a realização de consultas em autonomia parcial; a adequada referenciação de doentes para outras especialidades, quando necessário, e o manejo eficaz das plataformas digitais utilizadas em MGF.

Ao longo de 4 semanas, sob tutoria da Dra. Graça Coelho, realizei consultas em autonomia parcial, conduzindo a entrevista, efetuando o exame objetivo, os respectivos registos (o que me permitiu familiarizar-me com o SClínico e o sistema SOAP), pedidos de MCDTs e prescrição terapêutica, utilizando o sistema PEM. Redigi ainda atestados de doença e de revalidação de carta de condução, assim como CITs para vários utentes da UCSP. Em articulação com as enfermeiras de serviço, realizei consultas de acompanhamento pediátrico a crianças saudáveis e, numa ocasião, efetuei a colpocitologia a uma doente. Em conjunto com uma enfermeira da UCSP, preparei uma sessão de grupo para doentes com DPOC, na qual informei sobre a fisiopatologia da doença, os fatores de risco modificáveis e a forma correta de administrar os fármacos inaláveis, efetuando ainda o pedido de espirometria nos casos em que a doença se encontrava mal caracterizada. No SU do HSP, recebi, em autonomia parcial, vários doentes com patologias de diversos graus de urgência, procedendo à colheita de anamnese, e efetivando o exame objetivo, pedido de MCDTs e prescrição terapêutica e, por vezes, ao seu encaminhamento para outras especialidades e hospitais mais diferenciados da ULSBA. Pude ainda realizar a colheita de exsudado nasal com zaragatoa e administrar fármacos intramusculares.

### **d. Pediatria** (19 de fevereiro a 15 de março)

O EP de Pediatria decorreu por 4 semanas no Serviço de Pediatria 5.1 do HDE, tendo como tutora a Dra. Beatriz Costa. Defini como objetivos o desenvolvimento de competências de comunicação com a criança ou adolescente e a respetiva família; a familiarização com a dinâmica da Pediatria em Portugal, já que o único contacto prévio que tive com a especialidade foi no Uruguay; a integração da atividade do SU, o qual tampouco tinha frequentado.

Neste EP, frequentei principalmente a enfermaria do serviço, onde pude observar a evolução de vários doentes, inclusive casos sociais, realizar anamnese e EO em diálogo com os doentes e os respectivos progenitores, colher, elaborar e discutir a história clínica de um doente com bronquiolite, interpretar MCDTs e discutir hipóteses terapêuticas, em conjunto com várias médicas do serviço. Assisti à apresentação elaborada pela Dra. Diana Amaral sobre 'Cânulas de alto fluxo', observando seguidamente vários doentes internados em utilização desta técnica de suporte ventilatório. Semanalmente, integrei também a atividade do SU do HDE, onde observei doentes com patologias de diversos foros. frequentei a consulta externa de Pediatria da minha tutora, bem como a consulta de Imunoalergologia da Dra. Sónia Rosa e a aula lecionada sobre este tema. Todas as 3<sup>as</sup> feiras, compareci às reuniões clínicas realizadas no HDE, apresentadas pelos serviços de Pediatria Médica 5.1, Pedopsiquiatria, Pneumologia e

Reumatologia sobre temas clínicos e de funcionamento dos vários serviços. Preparei, em conjunto com três colegas, o trabalho final intitulado 'PANDAS: Pediatric Autoimmune Neuropsychiatric Disorders Associated with Streptococcal A Infections', que apresentámos no Seminário de Pediatria, assistindo também aos trabalhos apresentados pelos restantes colegas sobre os temas: doença de Behçet, doença de Hirschsprung, anorexia nervosa, roncopia e arritmia em idade pediátrica.

#### **e. Ginecologia e Obstetrícia** (18 de março a 19 de abril)

Realizei o EP de GO no HBA ao longo de 4 semanas, sob tutoria da Dra. Ana Figueiredo, sendo que, na prática, acompanhei toda a equipa do serviço nas suas diversas valências, abaixo explicitadas. Como objetivos específicos para este EP, propus-me sistematizar a anamnese e a realização do exame objetivo ginecológicos, assim como de procedimentos de diagnóstico e rastreio; identificar e hierarquizar as situações de emergência em GO; observar o maior número de partos possível, dado tratar-se de procedimentos do meu interesse, e familiarizar-me com a realidade da saúde materna em Portugal.

Na enfermaria, pude observar e informar puérperas sobre os cuidados pós parto, em autonomia parcial. No bloco operatório, em contexto de Ginecologia, assisti a 3 histeroscopias para remoção de pólipos uterinos e 2 hysterectomias totais; já no âmbito de Obstetrícia, assisti a um parto gemelar, em que se efetuou cesariana e laqueação de trompas. No SUOG, que frequentei uma vez por semana, pude praticar o exame objetivo ginecológico, a interpretação de ecografias transvaginais e transabdominais, assistir a vários partos vaginais, eutócicos e instrumentados, bem como à resutura de ferida operatória de cesariana. Participei na consulta externa de Ginecologia, Obstetrícia e Senologia, quanto aos procedimentos, observei a citologia cérvico-vaginal, colocação de implante contraceptivo, várias conizações, remoção de pólipo uterino pediculado e eletrocoagulação de ectrópio cervical. Assisti ainda às reuniões de serviço de GO e ao workshop The Woman, facultado por internas da especialidade. Em conjunto com 2 colegas, preparámos e expusemos o trabalho final, em formato journal club com complementação teórica, sobre o artigo intitulado "What is new about Müllerian anomalies? Best Articles of the Past Year", constante da Ata Obstétrica e Ginecológica Portuguesa. Tratou-se de uma exposição particularmente enriquecedora para o serviço, dado haver uma doente internada com uma anomalia mülleriana de apresentação rara.

#### **f. Saúde Mental** (22 de abril a 17 de maio)

O EP de SM foi realizado na Clínica 5 do HJM, ao longo de 4 semanas, sob tutoria da Dra. Rita Henriques. Defini como objetivos para este EP o aprofundamento do meu conhecimento das patologias psiquiátricas mais prevalentes, em articulação com os casos clínicos observados, bem como as estratégias terapêuticas aplicáveis; a estratificação dos casos clínicos de acordo com a sua urgência; a aquisição de maior confiança e empatia na abordagem do doente com patologia psiquiátrica e a integração de estratégias de combate ao estigma vigente na área da Saúde Mental. Elegi a Clínica 5 para a realização do meu EP dado o meu particular interesse na área da Sexologia, pelo que procurei envolver-me ativamente nesta componente da atividade do serviço.

A valência mais significativa deste estágio teve lugar na enfermaria do serviço, sendo que tive também oportunidade de visitar 3 vezes o SU do HSJ, e de participar semanalmente nas consultas de Psiquiatria Geral da Dra.

Bárbara Ferreira e nas consultas de Sexologia do Dr. Marco Gonçalves. No internamento, procedi à observação diária dos doentes acompanhando os médicos ou, por vezes, em autonomia parcial, comentando depois o aferido com a minha tutora. Aqui, pude verificar e discutir a evolução de vários doentes, colher e redigir a história clínica de uma doente com esquizofrenia, realizar o MMSE a doentes com suspeita de demência e participar em entrevistas familiares. Semanalmente, decorre a reunião de serviço, em que se discutem os casos todos os doentes internados, momentos particularmente ricos por permitirem o contacto com diversas patologias e a sua gestão intra e extra hospitalar. Na consulta de Psiquiatria Geral, observei e participei na abordagem de doentes com patologia psiquiátrica estabilizada ou não, aplicando o meu conhecimento à prática e discutindo estratégias terapêuticas com os doentes e as médicas, à luz da perspetiva biopsicossocial. A consulta de Sexologia foi observacional, tratando-se maioritariamente de doentes com disforia de género em diversas fases do seu processo de afirmação. A minha passagem pelo SU não se revelou tão didática, uma vez que a afluência de doentes foi baixa; ainda assim, observei um caso de psicose aguda, e doentes com perturbação depressiva e perturbação de personalidade borderline. Compareci ainda às aulas teórico-práticas dadas semanalmente pelo Dr. Pedro Rodrigues sobre temas relevantes para a prática desta especialidade. Assisti ainda ao seminário sobre ‘Urgências em Psiquiatria’, lecionado pelo Dr. Miguel Cotrim Talina na FCM.

## **Elementos Valorativos**

Ao longo do meu percurso académico, procurei cultivar e expandir o meu saber nas áreas médicas de acordo com os meus interesses e atendendo também ao que considero serem as necessidades das comunidades. Além disso, procurei abarcar e integrar outros territórios do saber na minha experiência - culturais, artísticos, filosóficos -, algo que considero indispensável para a formação de qualquer cidadão do mundo, e já que “o médico que só sabe de medicina, nem de medicina sabe” (José de Letamendi/ Abel Salazar).

Neste sentido, destaco a minha experiência de 1 ano (5º ano do MIM) como Free mover na Facultad de Medicina da UdelaR em Montevideo, Uruguay, como um período riquíssimo em aprendizagens, através do contacto próximo com outras culturas e com contextos bastante distintos da prática médica. Para tal, obtive previamente o nível A2 em Espanhol, idioma que tive oportunidade de praticar diariamente e que atualmente manejo com destreza. Pude também participar nas aulas de Metodología de la Investigación II, Ciencia, Arte y Tecnología, disciplina integrante da Licenciatura en Danza Contemporánea da UdelaR.

Considero particularmente relevantes para o meu percurso os momentos em que tive oportunidade de transmitir conhecimentos adquiridos ao longo do MIM. Assim, no 4º ano do MIM, em colaboração com o departamento de Saúde Sexual e Reprodutiva da AEFCM, realizei 6 sessões em diversas escolas da área metropolitana de Lisboa no âmbito da atividade SexEd. Noutro momento, também no 4º ano, dei formação de SBV aos alunos de 9º e 10º ano da Escola Secundária S. João da Talha, num workshop prático realizado com recurso a modelos e dinamizado pela AEFCM.

No âmbito da atividade ‘Faz chegar a meta’, organizada pela AEFCM, acompanhei uma carrinha de entrega de metadona a toxicodependentes habitantes de um bairro social.

Particpei nas iMed Conference 10.0 e 11.0 (em 2018 e 2019, respetivamente), onde assisti às palestras dinamizadas, das quais destaco as palestras de Medicina Humanitária, cujos oradores eram membros dos Médicos Sem Fronteiras, algo que me inspirou a, num futuro, vir a seguir um caminho similar. Ainda neste âmbito, elegi alguns workshops facultados pelo iMed, que listo: 'Growing Up - Caring for Children and Teens', 'Lab Techniques by Germano de Sousa', 'Drugs - Beyond addiction' e 'More than Words - Public Speaking by Speak and Lead'.

Ao longo do MIM, participei ainda em várias palestras e debates, dos quais destaco: 'Conversa com a sexóloga Tânia Graça', 'Doenças do comportamento alimentar', 'Entender o Autismo', 'Saúde Mental na Adolescência', 'Research Paths - Neurociencia', 'A influência da música no desenvolvimento do cérebro', 'Médicos pelo Mundo (FutureMD)', 'Mindfulness for Development of Emotional Intelligence' e 'Psicadélicos na prática clínica', no contexto do Lançamento 53<sup>a</sup> da revista FRONTAL.

## Reflexão crítica

Terminado este processo de aprendizagem de 6 anos, procedo então à análise retrospectiva do último ano do MIM, no qual todo o conhecimento previamente adquirido toma formas mais concretas e ganha espaço para ser aplicado à prática clínica.

Iniciei este ano letivo recém chegada da América do Sul, com uma perspetiva mais ampla do mundo que me rodeia e no qual se insere a prática da Medicina. Identificando várias lacunas no meu conhecimento teórico, procurei colmatá-las, principalmente através dos casos clínicos com os quais contactei e que serviram de base para a exploração teórica dos respetivos temas. Procedo então à reflexão relativa a cada EP em particular e, seguidamente, ao balanço geral deste ano letivo.

No EP de **MI** senti, pela primeira vez ao longo do MIM, plena integração na equipa médica que acompanhei ao longo desses 2 meses. Valorizo a autonomia crescente que me foi permitida, o que me possibilitou um contacto muito mais próximo com os doentes e a compreensão da responsabilidade inerente à profissão. Desta forma, pude cumprir os objetivos a que me propus inicialmente, adquirindo bases sólidas para a minha futura auto-suficiência na abordagem dos doentes. Lamento apenas não ter podido frequentar o SU quanto gostaria, nem ter participado na consulta externa. Foi impactante o contacto direto com a morte de vários doentes que observei, mas também uma aprendizagem valiosa, na medida em que compreendi de que forma podemos, enquanto profissionais de saúde, garantir o maior conforto e suporte ao doente e familiares, a nível clínico e humano, proporcionando-lhes uma morte digna. Constatei a necessidade urgente de criação de estruturas extra-hospitalares de suporte social, que permitam escoar os doentes dependentes e que não contam com uma rede de apoio.

Durante o EP de **CG**, contactei com diversas valências, o que me permitiu integrar todas as etapas de gestão dos doentes nesta especialidade. O elevado número de alunos presente simultaneamente no bloco operatório criou alguma desorganização, tendo permitido, contudo, a rotatividade dos mesmos pelas restantes salas e a observação de cirurgias de outros foros, o que acabou por revelar-se uma mais-valia. A opcional de Anestesiologia surgiu como um ótimo complemento ao EP de CG, impelindo-me a alcançar uma compreensão mais global de todo o percurso do doente com patologia cirúrgica. Lamento não ter tido oportunidade de praticar técnicas de sutura, nem entubação oro-traqueal, excetuando em modelos sintéticos. Contudo, realizei outros procedimentos, participando em cirurgias,

procedimentos de abordagem da via aérea e técnicas anestésicas. O curso TEAM e as sessões de simulação foram elementos a valorizar do EP de CG, dado constituírem excelentes complementos à atividade prática hospitalar.

Escolhi realizar o EP de **MGF** em Serpa para escapar à realidade médica do centro urbano lisboeta e poder contactar com o interior esquecido de Portugal, integrar as necessidades destas populações e, de facto, ajudar onde os recursos escasseiam. Não só pude realizar consultas em autonomia parcial, como fui impelida a construir uma autonomia quase total em contexto de consulta e de SU dada a falta de recursos humanos nesta região. Assim, pude pôr em prática os meus conhecimentos prévios, desenvolver a capacidade de pedido e interpretação de MCDTs, prescrição farmacológica, referenciação adequada de doentes, utilização das plataformas digitais e compreensão do alcance de atuação dos cuidados de saúde primários. Considero que atingi os objetivos que estabeleci a priori, adquirindo ainda uma consciência mais alargada do papel do médico nas diversas comunidades que pode vir a servir.

No EP de **Pediatria**, obtive uma orientação mais observacional do que o expectável, principalmente na enfermaria. Ainda assim, adotando uma atitude proativa, pude praticar o meu raciocínio clínico, a anamnese e o exame objetivo pediátricos, que acarretam diferentes desafios devido ao facto de os doentes, muitas vezes, não terem ainda capacidade para fornecer os dados necessários. Daí advém a importância do estabelecimento de boas vias de comunicação com a respetiva família ou encarregados, algo que tive oportunidade de praticar. Já em contexto de SU, dispus de maior autonomia e proveito académico, dado tratar-se de um ambiente de trabalho mais dinâmico e no qual observei grande número de doentes em articulação com a minha tutora. O facto de ter estagiado numa clínica de Pediatria Geral permitiu-me o contacto com patologias de diversos foros, o que constituiu uma importante mais-valia para a minha aprendizagem da especialidade.

Quanto ao EP de **GO**, a rotatividade permitida aos alunos de 6º ano em estágio no HBA revelou-se útil para a minha aprendizagem, na medida em que pude atravessar todas as valências da especialidade praticadas nesse hospital. Acompanhar diversos médicos conferiu-me uma visão ampla do campo de atuação de GO e capacidade crítica face às possíveis abordagens às doentes, bem como a importância do seu empoderamento. Pratiquei o exame objetivo em diversos contextos e inteirei-me dos sinais de alarme das patologias mais prevalentes em GO. Ao longo destas 4 semanas, observei bastantes partos, mas, infelizmente, não tive oportunidade de participar. Principalmente no SU, pude constatar a necessidade de informação da população relativamente à saúde sexual e materna e as dificuldades de acesso aos cuidados de saúde maternos primários, algo que pode chegar a pôr em risco a saúde materno-fetal.

No EP de **SM**, integrei-me no serviço como membro ativo da equipa, tendo adquirido crescente autonomia e confiança no contacto com o doente psiquiátrico, o que, aliado à base teórica de conhecimento que possuía, me permitiu o desenvolvimento de maior empatia e compreensão face aos doentes. Com base nos casos observados, pude sedimentar o meu conhecimento teórico e usá-los como base para procurar saber mais. Fascinou-me o poder das armas terapêuticas farmacológicas que temos atualmente à disposição, algo que constatei ao observar a evolução de vários doentes internados. Foram-me transmitidas atitudes e condutas a ter no sentido de desestigmatizar o doente psiquiátrico, que considero poderem aplicar-se transversalmente ao contacto interpessoal. Não tive o contacto com o SU que gostaria, uma vez que observei escasso número de doentes neste contexto dada a sua não afluência ao SU durante o meu tempo de permanência. Considero, contudo, que este facto

não constituiu um entrave à minha aprendizagem, já que o EP de SM foi para mim uma riquíssima experiência de aquisição de conhecimento e de prática do já previamente integrado. O contacto com a área da Sexologia confrontou-me com a profunda impreparação da nossa sociedade para acolher a diferença, e com o impacto que atitudes como transfobia ou homofobia têm na saúde mental e no bem-estar destas minorias. Deixo um especial agradecimento aos profissionais de saúde da Clínica 5, por me terem proporcionado um excelente acompanhamento e estimulado o meu já forte interesse na área da saúde mental.

Após esta reflexão, acredito ter atingido os objetivos propostos para o Estágio Profissionalizante do 6º ano. Consolidei e expandi os meus conhecimentos, aprimorei as minhas estratégias de comunicação empática com os doentes, familiares e colegas, o raciocínio clínico e a capacidade de análise crítica das situações com que me deparo na prática médica. Contactei com contextos culturais e socioeconómicos muito diversos, o que me enriqueceu como pessoa e também como futura médica. Vou aos poucos construindo o meu conforto no seio da crescente autonomia e responsabilidade, no espaço criado pelas questões em aberto.

Termino este longo processo de aprendizagem com lágrimas nos olhos e a sensação de leveza do dever cumprido. Procurarei sempre, impulsionada pela minha curiosidade incessante, aprender e conectar-me com o mundo que me rodeia.

## Anexos e Apêndices

### Apêndice 1 - Cronograma do Estágio profissionalizante

Estágio Parcelar	Regente	Período de Estágio	Local	Tutor
Medicina Interna	Prof. Dr. António Mário Santos	11/09/2023 a 3/11/2023	Hospital de Cascais	Dr. Carlos Anjo
Cirurgia Geral	Prof. Dr. Rui Maio	06/11/2023 a 12/01/2024	Hospital da Luz Lisboa	Dr. Jorge Paulino
Medicina Geral e Familiar	Prof. Dr. Daniel Pinto	22/01/2024 a 16/02/2024	UCSP Serpa	Dra. Graça Coelho
Pediatria	Prof. Dr. Luís Varandas	19/02/2024 a 15/03/2024	Hospital de Dona Estefânia	Dra. Beatriz Costa
Ginecologia e Obstetrícia	Profa. Dra. Teresinha Simões	18/03/2024 a 19/04/2024	Hospital Beatriz Ângelo	Dra. Ana Figueiredo
Saúde Mental	Prof. Dr. Miguel Cotrim Talina	22/04/2024 a 17/05/2024	Hospital Júlio de Matos	Dra. Rita Henriques

## Apêndice 2



# iMed Conference® 10.0 Lisbon 2018

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

NOME

Raquel Graca

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15031090

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-mol1lo5uqdwsc

Evento

**iMed Conference® 10.0 Lisbon 2018**

03-10-2018 13:30 → 07-10-2018 14:00

The iMed Conference® 10.0 | Lisbon 2018 will take place between the 3<sup>rd</sup> and 7<sup>th</sup> of October at Teatro Camões and NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas.

Prepare for ground-breaking lectures, practical workshops, challenging competitions and an immersive social programme.

## Apêndice 3



### iMed Conference® 11.0 Lisbon 2019

— *Certificado de Participação*



#### EMITIDO POR:

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

#### NOME

Raquel Graca

#### DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15031090

#### CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5d99ffad5c34b

#### Evento

##### **iMed Conference® 11.0 Lisbon 2019**

16-10-2019 13:30 → 20-10-2019 14:00

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

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

## Apêndice 4



## Formações SBV em escolas

— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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

NOME

Raquel Graca

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15031090

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-620971595f9c2

### Evento

#### Formações SBV em escolas

22-02-2022 00:00 → 28-02-2022 00:00 - Duração: 1:30 horas

Gostarias de aplicar os teus conhecimentos de SBV na prática? Queres partilhar o teu conhecimento com mais pessoas de forma a termos mais pessoas com conhecimentos de SBV?

Entre os dias 22 a 28 de fevereiro, vem ajudar-nos a dar formações na Escola Secundária S. João da Talha para alunos do 9º e 10º ano.

## Apêndice 5



CERTIFICADO

A Associação de Estudantes da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas (AEFCM) certifica que

**Raquel Graça**, CC nº 15031090,

colaborou com Departamento de Saúde Sexual e Reprodutiva da AEFM, na qualidade de pessoa voluntária da atividade **SexEd**, tendo realizado um total de 6 sessões em escolas.

Lisboa, 27 de fevereiro de 2023



Maria Vaz  
Presidente da DAEFCM



Inês Cruz  
Vice-Presidente Interna da DAEFCM



Associação de Estudantes  
da NOVA Medical School  
Faculdade de Ciências Médicas

Campo Mártires da Pátria,  
n.º 130 - 1169-056 - Lisboa

Tel 21 880 30 95  
Fax 21 885 12 20

Email [info@aeefcm.pt](mailto:info@aeefcm.pt)  
Site [www.aeefcm.pt](http://www.aeefcm.pt)

NOVA MEDICAL SCHOOL  
FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS