



RELATÓRIO FINAL DO ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE 6º ANO

MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA

ANA RITA RIBEIRO MARTINS | 2014137

5 de Julho de 2020

Orientador: Professor Doutor João Neves

Regente: Professor Doutor Rui Maio

ÍNDICE:

1. Introdução e Objetivos.....	2
2. Síntese das Atividades Desenvolvidas.....	3
2.1 Medicina Geral e Familiar	3
2.2 Pediatria	3
2.3 Ginecologia e Obstetrícia	4
2.4 Saúde Mental	5
2.5 Medicina Interna.....	5
2.6 Cirurgia Geral	6
3. Reflexão Crítica	7
4. Anexos	10

1. INTRODUÇÃO E OBJETIVOS

O Mestrado Integrado em Medicina (MIM) é a base da formação médica, sendo o 6º ano o culminar desta formação inicial. De acordo com *O Licenciado Médico em Portugal*, “a função da educação médica pré-graduada é preparar licenciados médicos com atributos profissionais adequados e com um núcleo de conhecimentos e competências que lhes permita aprender autonomamente ao longo da carreira médica”¹. O 6º ano do MIM na NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas assenta num ensino maioritariamente clínico e prático permitindo a integração e participação ativa nas equipas médicas, bem como o desenvolvimento de competências de forma mais autónoma, mas sempre tutelada. A Unidade Curricular Estágio Profissionalizante, enquadrada no plano de estudos do 6º ano, ocupa um papel central neste último ano do curso, englobando seis estágios parcelares: Medicina Geral e Familiar, Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia, Saúde Mental, Medicina Interna e Cirurgia Geral.

Com este relatório final pretendo descrever, de forma abrangente e resumida, as atividades que fui desenvolvendo durante o 6º ano. O relatório divide-se em três partes. A primeira é a presente introdução que contempla a descrição dos objetivos gerais e pessoais a que me propus. Na segunda parte apresento as atividades realizadas de forma cronológica. Termina com uma reflexão crítica onde faço uma análise retrospectiva sobre o cumprimento ou não dos objetivos a que me propus e uma avaliação generalista sobre este ano e o MIM. No final inclui-se uma secção de anexos com o cronograma das atividades desenvolvidas (Anexo I), a listagem dos trabalhos realizados ao longo deste ano (Anexo II) e certificados que considero pertinentes (Anexos III a XIII).

Este último ano do MIM apresenta-se como uma fase de transição que deve ser utilizada para ganhar autonomia e consolidar conhecimentos e competências adquiridos ao longo do curso. De uma forma geral ao longo do 6º ano pretende-se um desenvolvimento quer das aptidões teóricas e clínicas quer das aptidões interpessoais e comunicacionais; sendo que o objetivo final é obter a melhor preparação possível para exercer a profissão de médico a partir do próximo ano. Nesse sentido, objetivei ser capaz de realizar anamnese e exame objetivo detalhados por forma a permitir um bom diagnóstico diferencial baseado num raciocínio clínico estruturado; desenvolver a capacidade de interpretação de exames complementares; propor planos terapêuticos e executar uma correta gestão clínica dos doentes, priorizando problemas e avaliando-os de uma forma holística. A nível interpessoal, delineei participar ativamente nas equipas em que for inserida, colocando dúvidas e estimulando a minha capacidade de trabalho, no sentido de ir conquistando confiança, autonomia e maturidade. A nível individual, e tendo em consideração uma análise introspectiva das minhas lacunas, estabeleci dois objetivos principais: melhorar a minha comunicação verbal e não verbal com os doentes e respetivos familiares e adotar uma atitude proactiva em contexto clínico.

¹ Jollie, C., J. McKim, and R. M. Victorino. "O licenciado Médico em Portugal-Core Graduate Learning Outcomes Project." *Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Portugal* (2005)

2. SÍNTESE DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

2.1 Medicina Geral e Familiar (9 de setembro de 2019 a 4 de outubro de 2019)

O meu 6º e último ano de MIM começou pelo estágio de Medicina Geral e Familiar (MGF) na USF São Julião, local onde já havia realizado o estágio do ano anterior. Como objetivos principais estipulei (1) compreender a importância dos cuidados de saúde primários na saúde da população; (2) melhorar as minhas técnicas de comunicação verbal e não verbal, permitindo a construção de uma boa relação médico-doente; (3) conduzir consultas de forma autónoma, tendo capacidade para fazer uma correta gestão de patologia múltipla e polimedicação; (5) privilegiar uma abordagem centrada na pessoa e nos contextos onde se encontra inserida e (6) identificar os principais mecanismos e programas de prevenção.

Acompanhei a Dra. Áurea Farinha nas suas atividades clínicas ao longo de quatro semanas e tive oportunidade de contactar com todas as valências desta especialidade, nomeadamente Consultas de: Saúde do Adulto, incluindo vigilância de doentes diabéticos; Saúde Infantil e Juvenil; Planeamento Familiar; Saúde Materna e Consulta Aberta. Assisti à renovação de receituário, bem como à emissão de atestados para carta de condução e de certificados de incapacidade temporária para o trabalho. Observei a realização de citologias cervicais e a colocação de implantes subcutâneos. Dada a importância que é dada ao trabalho em equipa multidisciplinar, participei também em Consultas e Domicílios de Enfermagem. Durante este período foi-me dada autonomia crescente, tendo conduzido 23 consultas e discutindo, no fim das mesmas, o plano de gestão do doente com a minha tutora. No seguimento da observação de diversas grávidas fumadoras decidi realizar um trabalho sobre tabagismo na gravidez e amamentação, mais especificamente sobre a importância da intervenção precoce, que posteriormente apresentei a todos os profissionais da USF. Adicionalmente, elaborei um folheto informativo sobre a mesma temática para que pudesse ficar disponível para distribuição na USF (Anexo III). Redigi o “Diário do Exercício Orientado”, que fez parte da avaliação deste estágio parcelar.

2.2 Pediatria (7 de outubro de 2019 a 31 de outubro de 2019)

O segundo estágio do meu ano profissionalizante foi o de Pediatria, que decorreu no Hospital Dona Estefânia sob a tutela do Dr. António Bessa. No 5º ano tinha também realizado estágio de Pediatria neste mesmo hospital. Como principais objetivos para este estágio propus-me a (1) consolidar o conhecimento teórico sobre as patologias pediátricas mais prevalentes, (2) conseguindo aplicar de forma correta na prática esses conhecimentos; (3) ser capaz de reconhecer as principais abordagens clínicas em contexto de Serviço de Urgência; (4) realizar exame objetivo de forma sistematizada, autónoma e adequado à idade e, por último, (5) adaptar a minha comunicação ao nível de maturidade da criança.

Durante as quatro semanas de estágio tive oportunidade de observar diariamente, de forma tutelada, crianças até aos dois anos de idade internadas na Enfermaria da Unidade de Pediatria Geral e, semanalmente, crianças em contexto de Serviço de Urgência. Esta última vertente do estágio foi bastante

enriquecedora, uma vez que permitiu um contacto direto com a abordagem da doença aguda e com a implementação célere da marcha diagnóstica e terapêutica a que estas situações obrigam. Assisti também a Consultas Externas de Pediatria Geral e Imunoalergologia. Estive presente nas reuniões diárias de Passagem de Doentes, o que se tornou uma mais valia uma vez que frequentemente era discutido qual o melhor plano de abordagem para cada caso. Este estágio teve uma forte componente formativa, sendo dada a possibilidade de assistir, todas as terças-feiras, às sessões clínicas médicas onde eram realizadas revisões de temas relevantes em pediatria. Foi lecionada uma aula teórica sobre anafilaxia e realizado um Workshop de Urgências Pediátricas, onde foram simulados planos de atuação para responder a casos clínicos agudos. Realço ainda a realização e discussão de duas histórias clínicas com o meu tutor. No final do estágio apresentei um trabalho sobre “Alergia às proteínas do leite de vaca”, baseado numa destas histórias clínicas.

2.3 Ginecologia e Obstetrícia (4 de novembro de 2019 a 29 de novembro de 2019)

Realizei o estágio de Ginecologia e Obstetrícia no Hospital de Vila Franca de Xira, sendo que anteriormente tinha estagiado no Hospital de São Francisco Xavier. Defini como objetivos específicos para este estágio (1) consolidar a abordagem diagnóstica e terapêutica das principais patologias ginecológicas e obstétricas, (2) identificando os principais sinais e sintomas de alarme no que concerne à saúde da mulher; (3) melhorar as minhas capacidades de realização autónoma do exame ginecológico; (4) avaliar a evolução de uma gravidez normal e de risco e (5) participar ativamente nas atividades clínicas da especialidade, nomeadamente no Bloco Operatório e Bloco de Partos.

Ao longo do estágio acompanhei a Dra. Célia Pedroso e a Dra. Margarida Sousa nas suas atividades clínicas. Estive presente em Consultas Externas de Ginecologia, de Obstetrícia, de Planeamento Familiar, de Patologia do Colo e de Pavimento Pélvico. Na Enfermaria da Unidade de Ginecologia e Obstetrícia observei grávidas, puérperas e doentes no pós-cirúrgico de patologias ginecológicas. No Bloco Operatório tive oportunidade de participar como 2ª ajudante em seis cirurgias ginecológicas. Todas as quartas-feiras estive no Serviço de Urgência e Bloco de partos, tendo assistido e participado em partos eutócicos e distócicos, tendo ajudado em sete cesarianas. Em todas estas valências tive possibilidade de realizar autonomamente anamnese, exame objetivo, dando especial atenção ao exame ginecológico e toque vaginal, e inúmeras citologias cervicais. Assisti também à realização de ecografias ginecológicas e obstétricas, histeroscopias e colposcopias. Estive presente no Workshop “*The Woman*”, lecionado pela Prof. Dra. Teresinha Simões, onde foram abordados os motivos mais frequentes de ida ao Serviço de Urgência nesta especialidade. Importa ainda mencionar que participei em diversas Reuniões de Serviço e Sessões Formativas, tendo numa delas apresentado um trabalho com o título: “Abordagem à doente com úlcera genital”.

2.4 Saúde Mental (2 de dezembro de 2019 a 10 de janeiro de 2020)

O último estágio do primeiro semestre foi o de Saúde Mental, realizado na Equipa Comunitária da Brandoa, pertencente ao Serviço de Psiquiatria do Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca. No 5º ano tinha realizado o estágio de Psiquiatria no Hospital de Egas Moniz. No início do estágio, tendo já por base que se trataria de um estágio mais observacional, estipulei como objetivos a atingir (1) saber como abordar de uma forma geral um doente psiquiátrico, (2) tendo em consideração as particularidades de cada um dos principais síndromes psiquiátricos, (3) e mais especificamente em contexto de patologia aguda; (4) conhecer as especificidades do exame do estado mental e saber como realizá-lo; (5) desenvolver estratégias que promovam uma diminuição do estigma associado à doença mental e (6) sistematizar a abordagem terapêutica das principais síndromes psiquiátricas.

Ao longo do estágio acompanhei diariamente a Dra. Mariana Morins na Consulta Comunitária, onde contactei com as principais patologias psiquiátricas em doentes maioritariamente estáveis. Semanalmente, no Serviço de Urgência, observei doentes com patologia aguda. Durante o estágio tive oportunidade de acompanhar a enfermeira da equipa nos Domicílios de Enfermagem, reforçando a importância do contacto próximo entre os serviços de saúde e os doentes. Participei nas Reuniões Clínicas semanais, onde os casos clínicos eram discutidos por uma equipa multidisciplinar com o objetivo de potenciar ao máximo a recuperação dos doentes. Neste contexto percebi a dificuldade inerente à gestão do doente psiquiátrico e constatei a importância da envolvente social. Assisti, adicionalmente, a Sessões Formativas onde eram apresentados casos clínicos, seguidos de uma revisão teórica. Realço ainda a colheita e redação de uma história clínica de um doente com perturbação generalizada de ansiedade, e posterior discussão com a minha tutora.

2.5 Medicina Interna (20 janeiro de 2020 a 6 março 2020)

No início do segundo semestre realizei a rotação de Medicina Interna no Serviço de Medicina IIA do Hospital de Egas Moniz. Nos 3º e 4º anos tinha realizado o estágio, respetivamente, no Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca e no Hospital de São Francisco Xavier. Uma vez que este é um dos estágios em que é dada mais autonomia aos alunos, e sendo um dos meus últimos estágios enquanto aluna de Medicina, selecionei como objetivo principal (1) o ganho progressivo de responsabilidade e autonomia na gestão clínica dos doentes. Adicionalmente objetivei (2) conseguir formular hipóteses diagnósticas com base numa observação cuidada de todos os dados dos doentes, (3) reforçando a minha capacidade de gerir o doente de forma global, incluindo as suas questões sociais; (4) requisitar fundamentada e corretamente os exames complementares de diagnóstico; (5) formular propostas terapêuticas e (6) realizar procedimentos técnicos.

Fui totalmente integrada pela Dra. Rita Mendes na sua equipa médica, tendo adquirido, de forma progressiva ao longo do estágio, autonomia e responsabilidade. Tive contacto com as seguintes valências:

Internamento, Consulta Externa e Serviço de Urgência. A maioria do estágio decorreu em contexto de Enfermaria, sendo que diariamente ficava responsável pela observação de dois a três doentes, avaliação da evolução clínica dos mesmos, requisição e interpretação de exames complementares de diagnóstico, pedidos da colaboração a outras especialidades, revisão e ajuste de terapêutica sob tutela, criação e atualização da lista de problemas dos doentes e elaboração dos respetivos diários clínicos e planos individualizados. Estava ainda encarregue de informar os familiares sobre o estado clínico dos doentes que me estavam atribuídos, algo que me fez perceber a importância de saber comunicar de forma clara e empática. Realizei diversos procedimentos técnicos como gasimetrias, punções venosas periféricas, colocação de sonda nasogástrica e aspiração de secreções respiratórias. Tive também oportunidade de assistir à colocação de um cateter venoso central jugular e à realização de uma punção lombar e de duas biópsias de medula óssea. A passagem semanal pelo Serviço de Urgência foi uma das valências mais didáticas e práticas, uma vez que pude observar uma heterogeneidade bastante elevada, quer a nível de patologias quer a nível de abordagens diagnósticas e terapêuticas. Nesta vertente passei também pelo Serviço de Observação e pela Sala de Reanimação. Na Consulta Externa assisti a dois tipos de consultas: Consulta de Medicina Interna e Consulta de Doenças Tromboembólicas. Adicionalmente participei semanalmente nas Reuniões de Serviço, onde era responsável pela exposição sintética e clara da historia clínica dos doentes que me estavam atribuídos. Ao longo do estágio, foram vários os momentos formativos: duas aulas teórico-práticas na faculdade sobre desequilíbrios ácido-base e decisões de fim de vida, *Jornal Clubs* apresentados semanalmente por médicos internos e Sessões Clínicas onde eram realizadas apresentações de casos clínicos ou revisões teóricas de temas relevantes. Gostava de mencionar outra atividade realizada neste Serviço, pelo seu caráter didático, que consistia na leitura de notas de alta com o objetivo de promover uma discussão clínica sobre os diferentes casos apresentados. Ainda no contexto deste estágio, apresentei uma Sessão Clínica sobre Polineuropatias Periféricas.

2.6 Cirurgia Geral (1 junho de 2020 a 19 junho 2020)

O estágio de Cirurgia não pode ser realizado presencialmente tendo em conta a situação de saúde pública causada pela pandemia do *COVID-19*. O estágio teria uma duração de sete semanas e seria realizado no Hospital Beatriz Ângelo. Juntamente com o meu grupo de estágio realizei cinco reuniões não presenciais com o Dr. Pedro Amado, através de videochamada. Individualmente preparamos temas cirúrgicos para apresentar e posteriormente discutir com o tutor: Doença do refluxo gastro-esofágico, Neoplasia gástrica, Doença diverticular e Hemangiomas hepáticos. Adicionalmente, nestas videochamadas foram discutidos alguns casos clínicos. No final do estágio teve lugar o Mini-Congresso, realizado também através de uma plataforma *online*, onde apresentei um trabalho sobre “Tumores hepáticos benignos”, no seguimento de um caso clínico que nos foi fornecido pelo Dr. Pedro Amado.

3. REFLEXÃO CRÍTICA

Finalizado este 6º ano importa fazer um balanço do mesmo e de todo o MIM. Considero que de uma forma geral cumpro todos os objetivos a que me propus, sentindo-me realizada com a minha evolução ao longo do curso. Contudo, penso ser importante iniciar a reflexão crítica com uma análise individualizada sobre o meu percurso em cada estágio parcelar e sobre os objetivos específicos que delinee.

O estágio de MGF foi um dos estágios que superou bastante as minhas expectativas, tendo sido um bom estágio para iniciar o ano profissionalizante por se destacar pela enorme heterogeneidade observada, quer a nível de patologias quer a nível de idades. De uma forma geral penso ter cumprido todos os objetivos. Foi-me dada a possibilidade de conduzir consultas sozinha, algo que contribuiu para a minha capacidade de gestão de tempo e de priorização de problemas em doentes com múltiplas comorbilidades. Neste estágio deparei-me com a importância real de uma relação médico-doente baseada no respeito e confiança para a obtenção de melhores resultados clínicos. Compreendi os benefícios de um seguimento contínuo ao longo dos anos, nomeadamente para a criação dessa mesma relação. Foi um estágio que me permitiu perceber que os contextos sociais e económicos têm, muitas vezes, uma implicação comparável ao contexto clínico na criação dos planos terapêuticos.

Considero que o estágio de Pediatria cumpriu as minhas expectativas iniciais, reforçando o gosto que tenho por esta especialidade. Destaco as horas de Serviço de Urgência como extremamente gratificantes porque tive oportunidade de ter um contacto prático com uma enorme diversidade de patologias, algo que me ajudou na consolidação de conhecimentos teóricos sobre as patologias mais frequentes em Pediatria. No entanto, e ao contrário dos outros estágios parcelares, este foi um estágio maioritariamente observacional e, principalmente, em contexto de Enfermagem e Consulta foi-me dada pouca autonomia. Penso que este facto se deveu essencialmente à elevada responsabilidade que é lidar com uma criança doente.

Em relação ao estágio de Ginecologia e Obstetrícia considero ter alcançado de forma satisfatória todos os objetivos. Foi um estágio com uma componente prática forte, sendo que diariamente realizei exame objetivo, nomeadamente exame ginecológico, aumentando a minha confiança na execução do mesmo. A participação ativa em cirurgias ginecológicas, cesarianas e partos, e a realização autónoma de alguns procedimentos técnicos, como citologias cervicais, foram grandes mais valias no meu crescimento clínico. A componente cirúrgica teve uma importância adicional pois permitiu mitigar a não realização presencial do estágio de Cirurgia. Importa também destacar que ter acompanhado duas tutoras e passado por muitas valências desta especialidade tornou o estágio ainda mais enriquecedor, permitindo obter uma visão mais abrangente da mesma.

De uma forma geral, o estágio de Saúde Mental foi ao encontro das minhas expectativas. Na equipa comunitária tive oportunidade de acompanhar maioritariamente doentes estáveis, percebendo a importância da abordagem não farmacológica e do investimento numa melhoria do contexto social dos

doentes para uma boa evolução clínica. A nível pessoal, a realização do exame do estado mental constituiu uma das minhas maiores dificuldades iniciais, tendo melhorado esta capacidade ao longo das quatro semanas. Por outro lado, o objetivo que ficou mais aquém do que tinha delineado foi o pouco contacto com doentes agudos, em particular a gestão dos mesmos em Enfermaria. Esta limitação foi contornada com a observação de doentes no Serviço de Urgência pelo que considero esse objetivo parcialmente cumprido.

No estágio de Medicina Interna todos os objetivos foram cumpridos. Este estágio destacou-se pela total integração na equipa médica e pela autonomia e independência crescentes, tornando-se no estágio onde me foi dada mais autonomia. O facto de me serem diariamente atribuídos doentes e de ter que os apresentar nas Reuniões de Serviço, fez-me perceber a elevada importância de trabalhar em equipa e de comunicar de forma clara não tendo receio de expor limitações e dúvidas. Ao longo deste estágio pude desenvolver a capacidade de tomar decisões clínicas, aprendendo a lidar com a responsabilidade inerente à autonomia que fui ganhando. Realço o facto de ter observado diversos procedimentos e de ter tido também a possibilidade de realizar pessoalmente inúmeras gasimetrias e punções venosas periféricas. Importa, adicionalmente, acrescentar que a participação semanal no Serviço de Urgência promoveu o desenvolvimento do meu raciocínio clínico decorrente das discussões dos casos clínicos observados. Foi um estágio que se destacou pelo crescimento alcançado em diferentes vertentes.

Acaba por ser inevitável não fazer um apontamento sobre a pandemia que o mundo está a atravessar atualmente. Esta situação acabou por afetar negativamente o final do ano profissionalizante, uma vez que fiquei impossibilitada de realizar de forma presencial o estágio de Cirurgia e o estágio Clínico Opcional. Este último acabou por ser substituído por uma Unidade Curricular denominada “Preparação para o Exame de Seriação para ingresso nas Especialidades Médicas”, onde se fez uma análise da Prova Nacional de Acesso (PNA) de 2019. Contudo, apesar das limitações, penso que houve um esforço conjunto do corpo docente e dos alunos para ultrapassar esta situação da melhor forma. As soluções encontradas acabaram por ser construtivas e contribuir, maioritariamente, para a nossa formação teórica. As apresentações orais realizadas ao longo do estágio de Cirurgia, quer as individuais, quer as de grupo, permitiram uma consolidação de temas teóricos, associada à aquisição de pequenos apontamentos mais práticos e de abordagem clínica que iam sendo transmitidos pelo meu tutor. No entanto, não posso deixar de considerar a ausência de componente prática como uma grande limitação.

Ainda durante este ano tentei alargar a minha formação académica e pessoal através da participação em algumas atividades extracurriculares. Penso ter sido um ano em que estimei bastante o meu autoconhecimento e proatividade, tanto pela crescente maturidade que fui ganhando ao longo do curso, como pelos constrangimentos que a pandemia obrigou. Penso que, desta forma, acabei também por consolidar conhecimentos médicos contribuindo para o estudo da PNA. Participei nas II Jornadas de Medicina Geral e Familiar (Anexo IV), onde foram abordadas as *guidelines* mais recentes de algumas das patologias

mais prevalentes na população portuguesa: dislipidémias, hipertensão arterial e diabetes *mellitus*. Participei também no Webinar 1º Congresso Nacional de Imunoalergologia (Anexo V), importante para consolidar alguns conceitos teóricos. Dentro de uma vertente mais clínica participei em três workshops não presenciais de discussão de casos clínicos, revelando-se excelentes oportunidades para treinar o raciocínio clínico: “Urgências em ORL”, “Neurorradiologia - casos clínicos e emergências médicas” e “Medicina de catástrofe e emergência” (Anexos VI, VII e VIII). No âmbito do desenvolvimento pessoal, assisti a duas palestras, que foram elucidativas sobre formas de criar melhores relações interpessoais: “Conviver com familiares com demência” e “Comunicação não verbal em saúde” (Anexos IX e X). Por último, assisti a duas palestras relacionadas com medicina desportiva pelo elevado interesse que tenho nesta área: “Nutrição e Performance desportiva” e “Saúde Mental do Atleta e Performance Desportiva” (Anexos XI e XII).

Apesar de não ter feito parte deste ano, não posso deixar de mencionar que representei a Universidade NOVA de Lisboa (UNL) na modalidade de natação em Campeonatos Nacionais Universitários (CNU). Em 2016 obtive o 3º lugar na prova de 100 metros costas, tendo assim garantido a minha participação nos Jogos Europeus Universitários realizados na Croácia (Anexo XIII). A atividade desportiva de natação de alta competição sempre fez parte da minha vida e é uma componente que me trouxe muito rigor, disciplina e perseverança, características que sem dúvida auxiliaram a minha formação pessoal e médica.

Enquanto futura médica, penso ter atingido tudo aquilo a que me propus ao longo deste e dos anteriores cinco anos de curso. A autonomia crescente que este último ano trouxe, aliada à consolidação de conhecimentos teóricos e aperfeiçoamento de aptidões interpessoais e comunicacionais, deixaram-me mais segura para desempenhar as funções de médica, num futuro próximo. Analisando de forma retrospectiva todos os estágios parcelares e atividades desenvolvidas contribuíram de forma significativa para a minha formação. Terminei este 6º ano convicta de que a dedicação e responsabilidade assumidas foram os melhores motores para estimular a minha aprendizagem. O facto de me serem atribuídos doentes, ainda que de forma tutelada, e ser eu a principal responsável pela gestão clínica dos mesmos, fez-me crescer bastante na vertente médica e pessoal. Apesar de considerar que concluo este MIM com sucesso, sei que ainda tenho um longo percurso até me tornar a médica que ambiciono ser. A margem de melhoria é sempre grande e é nela que pretendo continuar a trabalhar.

Por último, ao finalizar este relatório, não posso deixar de agradecer a todas as pessoas que me ajudaram nestes desafiantes seis anos de curso. Impõem-se um agradecimento à minha família, amigos, colegas e doentes com os quais me cruzei e que me possibilitaram uma visão ainda mais humana do que é a Medicina. O meu último, e principal, agradecimento é para todos os profissionais de saúde que através do seu exemplo, experiência e dedicação nunca me fizeram duvidar da escolha que fiz. Acabo o MIM extremamente feliz e convicta de que o melhor ainda está por vir.

4. ANEXOS

Atividades desenvolvidas no âmbito do Estágio Profissionalizante

Anexo I: Cronograma das Atividades Desenvolvidas

Anexo II: Trabalhos realizados no âmbito do Estágio Profissionalizante

Atividades Extracurriculares

Anexo III: Folheto informativo sobre tabagismo na gravidez e amamentação elaborado para a USF São Julião

Anexo IV: Certificado de Participação nas II Jornadas de Medicina Geral e Familiar

Anexo V: Certificado de Participação no Webinar 1º Congresso Nacional de Imunoalergologia

Anexo VI: Certificado de Participação no workshop de “Urgências em ORL”

Anexo VII: Certificado de Participação no workshop de “Neurorradiologia - casos clínicos e emergências médicas”

Anexo VIII: Certificado de Participação no workshop de “Medicina de catástrofe e emergência”

Anexo IX: Certificado de Participação na palestra “Conviver com familiares com demência”

Anexo X: Certificado de Participação na palestra “Comunicação não verbal em saúde”

Anexo XI: Certificado de Participação na palestra “Nutrição e performance desportiva”

Anexo XII: Certificado de Participação na palestra “Saúde Mental do Atleta e Performance Desportiva”

Anexo XIII: Certificado de Participação nos Jogos Europeus Universitários

Anexo I – Cronograma das Atividades Desenvolvidas

ESTÁGIO PARCELAR	REGENTE	PERÍODO DE ESTÁGIO	LOCAL DE ESTÁGIO	TUTOR
Medicina Geral e Familiar	Prof. Dra. Maria Isabel Santos	09/09/2019 - 04/10/2019	USF São Julião	Dra. Áurea Farinha
Pediatria	Prof. Dr. Luís Varandas	07/10/2019 - 31/10/2019	Hospital Dona Estefânia	Dr. António Bessa
Ginecologia e Obstetrícia	Prof. Dra. Teresinha Simões	04/11/2019 - 29/11/2019	Hospital de Vila Franca de Xira	Dra. Célia Pedroso e Dra. Margarida Sousa
Saúde Mental	Prof. Dr. Miguel Cotrim Talina	02/12/2019 - 10/01/2020	Hospital Fernando FONSECA	Dra. Mariana Morins
Medicina Interna	Prof. Dr. Fernando Nolasco	20/01/2020 - 06/03/2020	Hospital Egas Moniz	Dra. Rita Mendes
Cirurgia Geral	Prof. Dr. Rui Maio	01/06/2020 - 19/06/2020 (estágio não presencial)	Hospital Beatriz Ângelo	Dr. Pedro Amado

Anexo II – Trabalhos realizados no âmbito do estágio profissionalizante

ESTÁGIO PARCELAR	TEMA	AUTORES
Medicina Geral e Familiar	“Cessação tabágica na Gravidez e Amamentação: a importância da intervenção” <i>Journal Club</i>	Ana Rita Martins
Pediatria	“Alergia às proteínas do leite de vaca” <i>Case Report</i>	Ana Rita Martins, Joana Barreto, Sara Cabral
Ginecologia e Obstetrícia	“Diagnóstico diferencial de uma úlcera genital” <i>Journal Club</i>	Ana Rita Martins, Joana Gameiro
Medicina Interna	“Polineuropatias: diagnóstico diferencial” <i>Journal Club</i>	Ana Rita Martins, Filipe Modesto, Maria Dias, Pedro Farinha
Cirurgia Geral	“Tumores hepáticos benignos” <i>Case Report</i>	Ana Rita Martins, Joana Gameiro, Madalena Malato

Anexo III – Folheto informativo sobre tabagismo na gravidez e amamentação elaborado para a USF São Julião

Benefícios de deixar de fumar durante a gravidez

- O seu bebé vai receber mais oxigénio e nutrientes necessários para se desenvolver.
- Há menor risco de o seu bebé nascer antes do tempo.
- Há maior probabilidade de o seu bebé a acompanhar quando sair do hospital.
- O seu bebé terá menor probabilidade de vir a sofrer de bronquite e asma.
- Parar de fumar também tem muitos benefícios para si própria: terá menor risco de desenvolver doenças.
- Vai ter mais hipótese de viver para conhecer os seus netos.
- Vai ter mais energia e respirar mais facilmente.
- Vai ter mais dinheiro para gastar em outras coisas de que gosta.
- A sua roupa, o seu cabelo e a sua casa vão cheirar melhor.
- A comida vai saber melhor.
- Vai sentir-se bem com o esforço que fez, por si e pelo seu bebé.



Elaborado por: Ana Rita Martins
Fonte principal: Nunes E., Narigão M., "Cessação Tabágica na gravidez - Guia para profissional de Saúde", *Direção-Geral da Saúde*, Lisboa (Nov 2015)
USF São Julião, 2019

Aleitamento materno em mulheres fumadoras

A amamentação é aconselhada apesar de os produtos tóxicos do tabaco passarem para o leite materno

- Fumar o menor número possível de cigarros;
- Nunca fumar, pelo menos 1 ou 2 horas, antes de o bebé mamar;
- Nunca fumar junto do bebé;
- Usar um "casaco para fumar" que deverá ser retirado quando a mãe pega ou cuida do bebé;
- Nunca fumar dentro de casa ou à janela;
- Nunca fumar no interior do carro.
- O pai, e todas as pessoas que convivem com o bebé, devem seguir as mesmas recomendações.



Elaborado por: Ana Rita Martins
Fonte principal: Nunes E., Narigão M., "Cessação Tabágica na gravidez - Guia para profissional de Saúde", *Direção-Geral da Saúde*, Lisboa (Nov 2015)
USF São Julião, 2019

Anexo IV – Certificado de Participação nas II Jornadas de Medicina Geral e Familiar



Participação em Eventos Científicos

Certificado

Certifica-se que **Ana Rita Ribeiro Martins**, titular do Cartão de Cidadão com o n.º de identificação **13903548**, frequentou o seguinte evento científico:

II Jornadas de Medicina Geral e Familiar

que decorreu a **29 de Outubro de 2019**, com a duração de 9 horas, no seguinte local: Hospital CUF Descobertas

Carnaxide, 29 de Outubro de 2019

Cláudia Silveira

Código de Certificado: C-5d9e2bf5908ed

Av. do Forte, n.º3 – Edifício Suécia III, Piso 2 - Carnaxide

academiacuf.up.events

Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

Decreto-Lei n.º 290-D/99 e 62/2003 — European Union Directive 1999/93/CE



Anexo V – Certificado de Participação no Webinar 1º Congresso Nacional de Imunoalergologia



Webinar 1º Congresso Nacional Imunoalergologia

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

Hospital da Luz Learning Health
Avenida Marechal Teixeira Rebelo, 20
1500-427 Lisboa



NOME

Ana Rita Ribeiro Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13903548

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5eb9421133c42

Evento

Webinar 1º Congresso Nacional Imunoalergologia

22-05-2020 09:00 → 03-07-2020 18:30 - Duração: 8 horas

O Centro de Alergia e Imunidade do Hospital da Luz Lisboa organiza o 1º Congresso Nacional de Imunoalergologia do Grupo Luz Saúde, intitulado «2020: uma nova década em Imunoalergologia» que vem abordar vários temas da especialidade, atualizando conhecimentos em áreas como alergia respiratória, alergia cutânea, alergia alimentar e alergia a medicamentos entre outras temáticas complementares como é o caso do atual desafio da doença COVID 19.

Contará com a presença de diversos especialistas da área, nacionais e internacionais, reconhecidos mundialmente pelo seu expertise em domínios específicos da Imunoalergologia.

learninghealth.up.events
Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

Anexo VI – Certificado de Participação no workshop de “Urgências em ORL”**Urgências em ORL***— Certificado de Participação***EMITIDO POR:**

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

**NOME**

Ana Rita Ribeiro Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13903548

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ecaef4611012

Evento**Urgências em ORL**

28-05-2020 18:00 → 28-05-2020 20:00 - Duração: 2 horas

Urgências em ORL

Dia 28 de maio às 18h terá a oportunidade de assistir a um workshop com a Dra Cristina Caroça, otorrinolaringologista, que vai abordar as urgências mais comuns em ORL, e serão discutidos vários casos clínicos.

Anexo VII – Certificado de Participação no workshop de “Neurorradiologia – casos clínicos e emergências médicas”



Palestra de Neurorradiologia

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Ana Rita Ribeiro Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13903548

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5eb066527bc87

Evento

Palestra de Neurorradiologia

07-05-2020 21:00 → 07-05-2020 23:00 - Duração: 2 horas

A área de neurorradiologia suscita-te interesse?

Olhas para exames radiológicos, mas sem perceber o que estás a ver?

Anexo VIII – Certificado de Participação no workshop de “Medicina de catástrofe e emergência”



Medicina de Catástrofe e Emergência

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Ana Rita Ribeiro Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13903548

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ea1986eed5ae

Evento

Medicina de Catástrofe e Emergência

27-04-2020 18:30 → 27-04-2020 20:30 - Duração: 2 horas

Guerra, terrorismo biológico, pandemias e agora?

Perante a situação COVID-19, tenho a certeza que o teu interesse pela gestão de recursos humanos e hospitalares em situações de emergência aumentou.

Para respondermos a esse interesse e esclarecermos as tuas dúvidas apresentamos esta palestra, que vai abordar não só a situação atual como também situações de guerra, de fenómenos naturais e atentados com agentes biológicos. Vamos poder contar com a presença e o conhecimento do Dr. Rui Moreno, médico na Unidade de Cuidados Intensivos Neurocríticos e Trauma no CHULC, no dia 27 de Abril às 18h30 na plataforma Zoom.

Inscribe-te no Upevents dia 23 de Abril a partir das 14h e, no dia da palestra, irás receber um email com o link para o Zoom!

Anexo IV – Certificado de Participação na palestra “Conviver com familiares com demência”



Conviver com familiares com Demência

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Ana Rita Ribeiro Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13903548

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5e871946e84af

Evento

Conviver com familiares com Demência

03-04-2020 18:00 → 03-04-2020 19:00 - Duração: 1 horas

Anexo X – Certificado de Participação na palestra “Comunicação não verbal em saúde”



Comunicação não verbal em saúde

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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



NOME

Ana Rita Ribeiro Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13903548

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ec231b634c19

Evento

Comunicação não verbal em saúde

22-05-2020 18:00 → 22-05-2020 19:00 - Duração: - 1 horas

Anexo XI – Certificado de Participação na palestra “Nutrição e performance desportiva”



Nutrição e Performance desportiva

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Ana Rita Ribeiro Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13903548

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ecaef2389c44

Evento

Nutrição e Performance desportiva

28-05-2020 14:00 → 28-05-2020 15:30 - Duração: - 1:30 horas

O exercício físico aliado a uma alimentação equilibrada é fundamental para alcançar os resultados desportivos desejados.

Anexo XII – Certificado de Participação na palestra “Saúde Mental do Atleta e Performance Desportiva”



Saúde Mental do Atleta e Performance Desportiva

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

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



NOME

Ana Rita Ribeiro Martins

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

13903548

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5eba50e8d5789

Evento

Saúde Mental do Atleta e Performance Desportiva

15-05-2020 11:30 → 15-05-2020 13:00 - Duração: - 1:30 horas

A Saúde Mental do Atleta tem uma influência significativa na sua Performance Desportiva.

A Dr^a Ana Ramires, conceituada Psicóloga Desportiva, vem esclarecer, em duas sessões, o papel da Psicologia na vida do Atleta de Alta Competição.

Anexo XIII – Certificado de Participação nos Jogos Europeus Universitários



fadu
portugal
university sports

avenida professor egas moniz
estádio universitário de lisboa
1600-190 lisboa, portugal

Declaração de Participação

26.08.2016

Exmos Senhores,

Para os devidos efeitos declara a Federação Académica do Desporto Universitário (FADU), dotada de utilidade pública* e utilidade pública desportiva**, que os seguintes estudantes e oficiais participaram, na qualidade de atletas e/ou oficiais, em representação da Universidade Nova de Lisboa, nos Jogos Europeus Universitários (EUGames), evento oficial da Associação Europeia de Desporto Universitário (EUSA), que decorreu em Zagreb e Rijeka na Croácia, entre os dias 12 e 25 de julho de 2016.

Alunos	U. Orgânica	Modalidade
Ana Filipa Alves Rodrigues dos Santos	NOVA FCT	Ténis
Bárbara Veríssimo Choon	NOVA SBE	Ténis
Ema Gil Caldas Justino Pires	NOVA FCSH	Ténis
Margarida Pinheiro Ramirez Fernandes	NMS FCM	Ténis
Carolina Barroso da Silva Carrilho Paracana	NOVA SBE	Basquetebol
Joana Isabel Ferreira Fialho	NOVA FCSH	Basquetebol
Rita Sousa Brito Pereira	NOVA SBE	Basquetebol
Márcia Rossana Guimarães de Carvalho	NOVA FCT	Basquetebol
Ana Margarida Sousa	TREINADORA	Basquetebol
Diogo Filipe Curto Marques da Silva	NOVA FCT	Judo
João Tiago Pereira Rodrigues	NOVA FCSH	Judo
Ana Rita Ribeiro Martins	NMS FCM	Natação
Sofia Isabel Prates Silvestre	NOVA FCT	Natação
Vasco Miguel Sousa Silva Marques Gaspar	NMS FCM	Natação
Carlos Eduardo Cartaxo Guimarães	NOVA FCT	Golfe
Luís Filipe Raimundo dos Santos	NOVA FCT	Golfe
Vasco de Campos Borges Leitao	NOVA FCT	Golfe
Sérgio Miguel Costa Francisco	NOVA FCT	Golfe
Ana Raquel Lopes Simão	NOVA FCT	Karaté
João Pedro Gouveia Xavier	NOVA FCT	Karaté
João Gonçalo Ferreira de Oliveira Dias	NOVA FCT	Karaté
Rodrigo Macedo de Pina	NOVA SBE	Karaté
Bernardo Noiva Raposo Fernandes de Melo	NOVA FCT	Karaté
Estêvão Trindade	TREINADOR	Karaté
Simão Tavares	NOVA SBE	Rugby
David Sousa	NMS FCM	Rugby
Francisco Appleton	NOVA FD	Rugby
José Paula	NOVA SBE	Rugby
Duarte Foro	NOVA FCSH	Rugby
Luís Lobato	NOVA SBE	Rugby
Pedro Rosa	NOVA SBE	Rugby
Duarte Diniz	NOVA SBE	Rugby

REPÚBLICA PORTUGUESA

SECRETARIA DE ESTADO DO DESPORTO

DGES

IPD

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

EUSA

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

FADU

federação académica do desporto universitário, upd
national university sports federation

t. (+351) 217 818 160
f. (+351) 217 818 161

fadu@fadu.pt
www.fadu.pt



fadu
portugal
university sports

avenida professor egas moniz
estádio universitário de lisboa
1600-190 lisboa, portugal

José Maria Bandeira	NOVA SBE	Rugby
Sebastião Villax	NOVA FCT	Rugby
Francisco Oliveira	NOVA SBE	Rugby
Duarte Alves Pereira	NOVA SBE	Rugby

Oficiais	Função	Modalidade
Pedro Netto Fernandes	TREINADOR	Rugby
Tiago Fernandes	OFICIAL	Todas
Henrique Jónatas	OFICIAL	Todas
Paulo Silva	OFICIAL	Todas

De V.Exa(s)
Atentamente


Manuel Vêloso
Secretário-geral da FADU



fadu
portugal
university sports

Órgão
Institucional

REPÚBLICA
PORTUGUESA

Ministério da Educação e Ciência

DGES



EUSA



* Utilidade pública atribuída por despacho do Ministro da Presidência e dos Assuntos n.º 6341/2013 de 03.05.2013, publicado em Diário da República, II Série, n.º 94 de 16.05.2013.

**Utilidade pública desportiva atribuída por despacho do Primeiro-ministro n.º 61/95 de 09.10.1995, publicado em Diário da República, II Série, n.º 244 de 21.10.1995 e renovada por despacho do Secretário de Estado do Desporto e Juventude n.º 7125/2013 de 21.05.2013, publicado em Diário da República, II Série, n.º 106 de 03.06.2013.

federação académica do desporto universitário, upd
national university sports federation

t. (+351) 217 818 160
f. (+351) 217 818 161

fadu@fadu.pt
www.fadu.pt

2