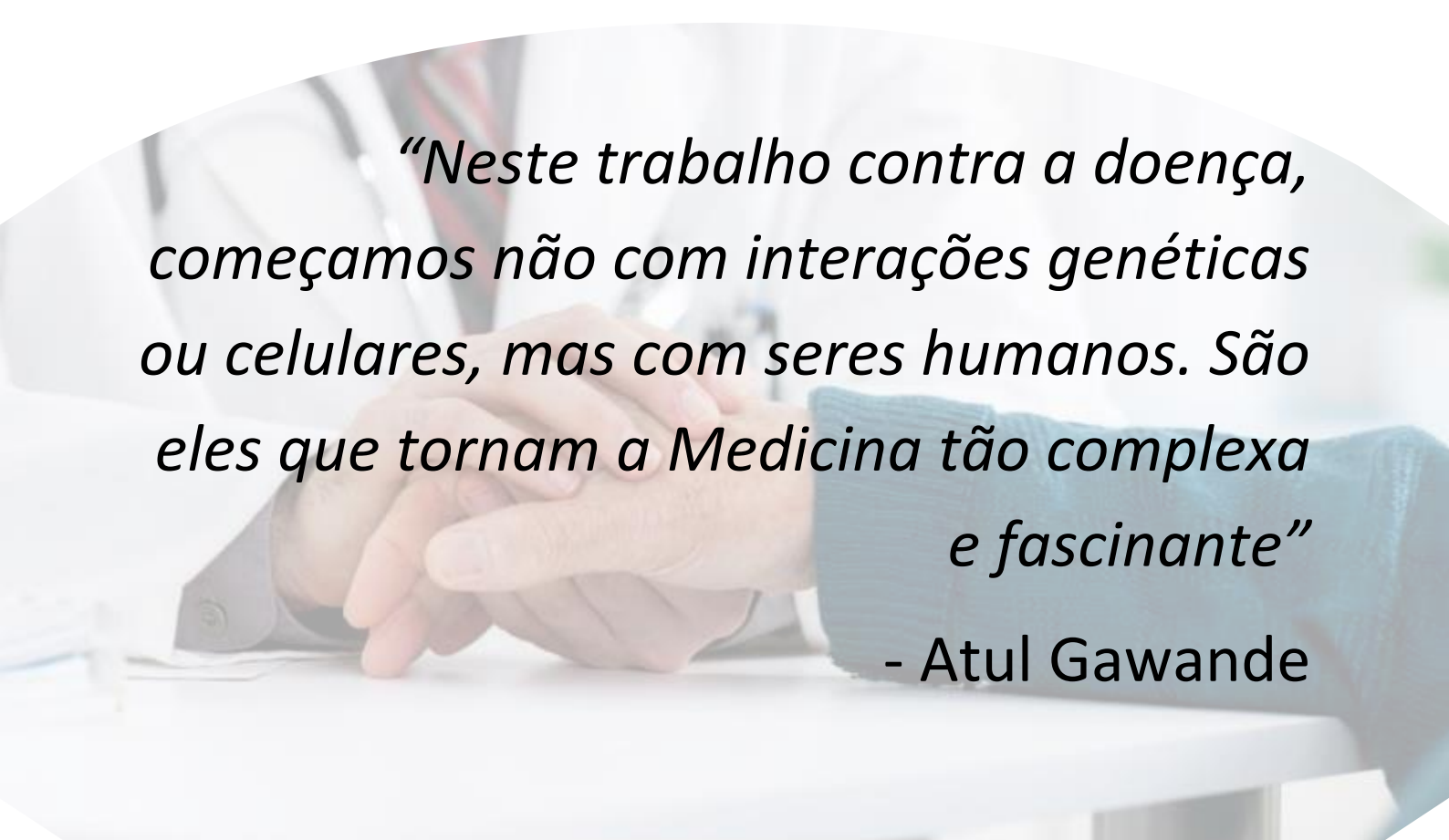


# **RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE**

**REGENTE: PROF. DOUTOR RUI MAIO**  
**ORIENTADOR: PROF. DOUTOR FERNANDO CIRURGIÃO**

**NOVA MEDICAL SCHOOL | FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS**  
**MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA | 2016 - 2022**

**FILIPE RODRIGUES DIAS QUINTAS | 2016266**

A photograph of a doctor in a white coat and stethoscope holding a patient's hand. The image is partially obscured by a large, light-colored, semi-circular graphic element that frames the text.

*“Neste trabalho contra a doença,  
começamos não com interações genéticas  
ou celulares, mas com seres humanos. São  
eles que tornam a Medicina tão complexa  
e fascinante”*  
- Atul Gawande

# Índice

|                                                                                               |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Agradecimentos .....                                                                          | 4  |
| Introdução.....                                                                               | 5  |
| Estágio profissionalizante do 6º ano.....                                                     | 6  |
| Medicina Interna   Hospital de São José – Medicina 1.4.....                                   | 6  |
| Cirurgia Geral   Hospital da Luz .....                                                        | 6  |
| Pediatria   Hospital de Dona Estefânia .....                                                  | 7  |
| Ginecologia-Obstetrícia   Maternidade Alfredo Costa .....                                     | 8  |
| Saúde Mental   Hospital de Dona Estefânia .....                                               | 9  |
| Medicina Geral e Familiar   USF Tejo.....                                                     | 9  |
| Oftalmologia   CHULC – Estágio Opcional .....                                                 | 10 |
| Elementos valorativos e atividades extracurriculares .....                                    | 10 |
| Reflexão crítica.....                                                                         | 11 |
| Glossário.....                                                                                | 13 |
| Anexos.....                                                                                   | 14 |
| ➤ Anexo I – Certificados de participação nos <i>Workshops</i> de Medicina Interna .....       | 14 |
| ➤ Anexo II – Certificado de aproveitamento do curso TEAM .....                                | 16 |
| ➤ Anexo III – Certificado de participação nas Sessões de Simulação .....                      | 16 |
| ➤ Anexo IV – Certificado de participação “Dia Mundial do Cancro do Pâncreas” .....            | 17 |
| ➤ Anexo V – Certificado de participação e classificação na Clinical Mind Competition .....    | 18 |
| ➤ Anexo VI – Certificado de participação na SimUniversity 2021.....                           | 19 |
| ➤ Anexo VII – Certificado de Monitor do departamento de Anatomia .....                        | 20 |
| ➤ Anexo VIII – Certificado de Monitor do departamento de Fisiologia .....                     | 21 |
| ➤ Anexo IX – Certificado de Voluntário no MarcaMundos .....                                   | 22 |
| ➤ Anexo X – Certificado de Coordenador de Eventos da AEFCM .....                              | 22 |
| ➤ Anexo XI – Certificado de Comissão Organizadora do Hospital da Bonecada .....               | 23 |
| ➤ Anexo XII – Certificado de Membro Efetivo do GANMS e integrante do Conselho Fiscal .....    | 24 |
| ➤ Anexo XIII – Certificado de participação no CNU de Judo 2017 .....                          | 25 |
| ➤ Anexo XIV – Certificado de participação Campeonato Europeu Universitário de Judo 2017 ..... | 26 |

## Agradecimentos

Aos meus pais, por tudo terem feito para me proporcionar a possibilidade de viver em Lisboa, estudar Medicina e de poder dar o melhor de mim em tudo o que me proponho a fazer;

À minha avó e aos meus irmãos, por me lembrarem todos os dias e particularmente nas alturas difíceis o meu propósito;

Ao João, por ter sido a minha âncora e porto seguro ao longo deste complicado último ano;

Aos meus amigos, que sempre acreditaram em mim e me motivaram ao longo destes seis anos (e que agora vão solicitar as suas consultas “de graça”);

Aos meus padrinhos, por me estenderem a sua mão amiga e me auxiliarem e guiarem ao longo do meu percurso;

Aos meus afilhados, por me recordarem do meu valor e das minhas capacidades quando a insegurança aparecia e me tentava deitar abaixo;

Ao José Mateus, João Gonzalez, Beatriz Flores, António Abreu, Rita Cavaco, Diogo Reis, Manuel Gonçalves, Gonçalo Carvalho, Marta Monteiro e Constança Martins (entre outros), colegas-amigos que caminharam ao meu lado, motivando e ajudando-nos mutuamente e que tornaram esta jornada bem mais fácil e divertida;

Aos meus tutores, em particular à Dra. Helena, Dra. Umbelina, Dr. José, Dr. João, Dra. Ana, Dra. Sara, Dra. Sara, Dr. Pedro, Dra. Avelina e Dr. Marco (entre tantos outros) que me orientaram, ensinaram e contribuíram para a minha aprendizagem e para me tornar melhor profissional.

A todos, o meu enorme OBRIGADO

## Introdução

Ao longo dos primeiros cinco anos do Mestrado Integrado em Medicina na NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas adquirimos nas diversas UC e respetivos estágios (na sua maioria observacionais) competências teóricas e teórico-práticas que formam os alicerces do nosso conhecimento médico e nos capacitam para a futura prática clínica.

A nossa formação pré-graduada culmina no sexto ano na UC Estágio Profissionalizante, onde temos oportunidade de “pôr em prática” as competências adquiridas nos anos anteriores. Esta UC é composta por seis estágios Parcelares: Medicina Interna e Cirurgia Geral, com oito semanas cada um; Pediatria, Ginecologia-Obstetrícia, Saúde Mental e Medicina Geral e Familiar, com quatro semanas cada. Cada um destes estágios tem definidos objetivos próprios (de acordo com as especificidades de cada especialidade), mas é comum a todos a aquisição gradual de autonomia que capacite o futuro licenciado em Medicina para uma prática responsável e independente da profissão. Com a UC Estágio Profissionalizante, aproximam-se os alunos o máximo possível do que é a realidade da prática clínica, permitindo experienciar de forma tutelada e supervisionada a concretização da profissão médica. Capacitam-se assim os alunos para um exercício da Medicina pleno, quer em termos de competências técnicas e científicas, quer em capacidades humanísticas e de relação com o próximo.

É importante notar que a pandemia SARS-CoV2 prejudicou bastante a minha formação nos anos anteriores, fazendo com que este ano fosse o primeiro e último contacto prático pré-graduado com algumas especialidades (concretamente, Ginecologia-Obstetrícia e Medicina Geral e Familiar). Deste modo, decidi definir alguns objetivos pessoais (transversais aos vários estágios parcelares) de acordo com as minhas necessidades formativas para maximizar o aproveitamento dos estágios e colmatar as lacunas identificadas. São estes: **1.** Treino da abordagem e raciocínio clínicos sistematizados bem como da priorização de problemas de saúde; **2.** Integração em equipas de profissionais de saúde e comunicação interdisciplinar; **3.** Utilização racional e criteriosa dos Meios Complementares de Diagnóstico; **4.** Treino da elaboração de planos terapêuticos e de seguimento individualizados; **5.** Comunicação humanística, empática e eficaz com doentes e seus familiares; **6.** Compreender a integração e a articulação entre os diversos serviços de saúde existentes; **7.** Utilizar os diversos *software* e plataformas de saúde disponíveis para uso profissional.

O presente relatório destina-se a descrever sumariamente os objetivos específicos (quando aplicável, além dos já mencionados) e o trabalho desenvolvido ao longo dos Estágios Parcelares (organizados de forma cronológica consoante a sua realização). Farei ainda uma menção ao meu estágio opcional em Oftalmologia e aos elementos valorativos e atividades extracurriculares desenvolvidos ao longo do curso, que tão importantes foram para mim e para a minha formação não só como profissional, mas também como pessoa. Termina com uma reflexão crítica e balanço global da minha evolução ao longo deste ano.

## Estágio profissionalizante do 6º ano

### Medicina Interna | Hospital de São José – Medicina 1.4

O estágio parcelar de **Medicina Interna** é coordenado pelo Prof. Doutor Fernando Nolasco. Realizei-o de 6 de Setembro a 29 de Outubro de 2021 no Hospital de São José na UF Medicina 1.4, sob a coordenação da **Dra. Paula Fonseca** e orientação do **Dr. José Rola**. Foi meu principal objetivo a aquisição de autonomia na abordagem aos problemas de saúde mais comuns na Medicina Interna quer na enfermaria, quer na urgência.

A valência mais importante deste estágio foi indubitavelmente o trabalho na enfermaria. Ao início, ficava responsável por 1-2 doentes com uma gestão mais simples, tendo progressivamente ao longo do estágio aumentado o número de doentes (passando a ficar responsável por 3 ou 4) e a complexidade dos mesmos. Tive oportunidade de praticar a utilização do SClínico, a colheita de anamnese, realizar exame objetivo, ver resultados de MCDT e requisitar novos em caso de necessidade, rever a terapêutica e propor de mudanças/otimização, solicitar a colaboração de outras especialidades e comunicar com a família a situação clínica, plano e prognóstico e elaborar o plano de gestão do doente. Tive também oportunidade de observar e realizar alguns procedimentos, nomeadamente a colocação de acessos venosos centrais e periféricos, paracenteses e exames endoscópicos do tubo digestivo, gasimetrias arteriais e zaragatoas nasofaríngeas (para pesquisa de SARS-CoV 2). Tive ainda oportunidade de frequentar o SU do Hospital de São José, experimentando as suas diferentes valências: os balcões, os “cadeirões” e as “macas”.

Em termos de formação teórica, frequentei os *workshops* “Alterações do equilíbrio ácido base” e “Decisões em fim de vida”, cujos certificados se encontram no Anexo I. Além disso, juntamente com a minha colega Quirina Ferro fiquei responsável por preparar uma sessão clínica para o serviço, intitulada “**Um gânglio nunca vem só**”. Apresentamos o caso de uma jovem rapariga que esteve internada no serviço, cujo internamento pudemos acompanhar. Aliado à apresentação do caso, fizemos uma pequena revisão teórica sobre Lúpus Eritematoso Sistémico.

### Cirurgia Geral | Hospital da Luz

Sob a orientação do Prof. Doutor Rui Maio, o estágio parcelar de **Cirurgia Geral** decorreu de 1 de Novembro de 2021 a 7 de Janeiro de 2022. Realizei-o no Hospital da Luz de Lisboa, acompanhando o **Dr. João Rebelo de Andrade**. Das 8 semanas de estágio fazem parte 2 de estágio opcional, que realizei na **Gastroenterologia** sob a orientação da Prof. Doutora Marília Cravo. Tive como objetivo específico a familiarização com o doente cirúrgico, suas especificidades e o ato cirúrgico em si.

As sessões formativas foram uma componente forte. Tivemos aulas teóricas e teórico-práticas disponibilizadas no Moodle, o curso TEAM (cujo certificado se encontra no Anexo II), sessões de simulação

(Anexo III), os congressos “Dia Mundial do Cancro do Pâncreas” (Anexo IV) e “Congresso Nacional de Cirurgia do Grupo Luz Saúde” e as sessões clínicas para os colaboradores Luz Saúde. Tivemos ainda o mini-congresso de Cirurgia, onde apresentei juntamente com os meus colegas António Abreu, Beatriz Flores e Manuel Gonçalves uma sessão intitulada “**Bócio Mergulhante**”.

Ao longo do estágio, frequentei o Bloco Operatório quer observando quer participando em algumas cirurgias como ajudante e tal permitiu a familiarização não só com a atividade cirúrgica em si como também com toda a logística envolta no ato. Na Consulta Externa pude treinar colheita de anamnese e história clínica, exame objetivo abdominal e anorretal, raciocínio clínico com elaboração de hipóteses de diagnóstico, pedido de métodos complementares de diagnóstico e prescrição de terapêutica não farmacológica, farmacológica e cirúrgica. Pude ainda observar e auxiliar em alguns procedimentos de Pequena Cirurgia, realizados em ambulatório na consulta externa. Apesar de parco, tive algum contacto com o internamento onde pude acompanhar o Dr. João na sua visita a alguns doentes internados.

Escolhi realizar as duas semanas de estágio opcional em **Gastroenterologia** uma vez que considero que esta especialidade tem uma íntima relação com a cirurgia e porque tenho interesse na mesma. Na consulta, pude assistir a uma grande variedade de doentes e de queixas. No bloco de exames, pude assistir a endoscopias digestivas altas (com colheita de biópsias), colonoscopias (incluindo remoção de pólipos com ansa fria e quente) e ainda a uma ecoendoscopia com colheita de material para análise de um gânglio peri-esofágico.

## Pediatria | Hospital de Dona Estefânia

Realizei o estágio parcelar de **Pediatria** (orientado pelo Prof. Doutor Luís Varandas) de 17 de Janeiro a 11 de Fevereiro de 2021 no Hospital de Dona Estefânia sob a tutoria da **Dra. Ana Casimiro**, médica de **Pneumologia Pediátrica** subespecializada em VNI.

A valência mais importante deste estágio foi sem dúvida a consulta externa. Esta consulta era dedicada aos doentes com necessidade de VNI para otimização da função pulmonar. Permitiu-me ter contacto com uma variedade ampla de patologias, pude treinar colheita de anamnese, exame objetivo, requisição e interpretação de métodos complementares de diagnóstico e prescrição de terapêutica. Pude ainda acompanhar a Dra. Ana Margarida Romeiro na consulta de Imunoalergologia. Foi importante uma vez que a patologia alérgica é cada vez mais frequente e a abordagem desta vai fazer seguramente parte do meu quotidiano como médico. Devido ao meu interesse pela área, pude ainda assistir a algumas consultas de Otorrinolaringologia, bem como à realização de fibronasolaringoscopias.

O SU foi também uma valência importante do meu estágio. Um dos meus principais objetivos neste contexto foi a aquisição de experiência na abordagem de doentes pediátricos em urgência, uma vez que tive

pouco contacto ao longo do curso e estas competências são de extrema importância nomeadamente para a minha passagem na Pediatria como IFG. A diferenciação e o reconhecimento entre situações de gravidade e que exigem atuação imediata de situações pouco ou nada graves é fulcral. Pude ainda observar e acompanhar a Dra. Ana na consultoria a alguns serviços para acompanhamento de doentes no internamento.

No final do estágio apresentei, juntamente com as minhas colegas Diana Kim, Patrícia Carreira e Rita Filipe, um trabalho sobre “**Tromboembolismo Pulmonar em idade pediátrica**”. Foi um trabalho interessante e desafiante, uma vez que é uma patologia um pouco “esquecida” nesta população e ajudou-nos a alertar os restantes colegas para a sua importância.

## Ginecologia-Obstetrícia | Maternidade Alfredo Costa

O estágio parcelar de **Ginecologia-Obstetrícia**, coordenado pela Prof. Doutora Teresinha Simões, decorreu na Maternidade Alfredo da Costa de 14 de Fevereiro a 11 de Março, sob a orientação das **Dras. Sara Rocha** (Ginecologia) e **Sara Moreira** (Obstetrícia). Visto que não tive estágio prático no 4º ano por culpa da pandemia, os meus objetivos específicos para este estágio foram a familiarização com as várias áreas de atuação da especialidade e a compreensão da abordagem às principais síndromes ginecológicas e obstétricas.

A principal valência frequentada foi a consulta. Pude assistir a consultas de Ginecologia Geral, Uroginecologia, Ginecologia-I e à consulta de Alto Risco Obstétrico, onde pratiquei várias competências como a colheita de anamnese, o exame objetivo ginecológico (com toque vaginal, palpação bimanual e exame com espéculo), colheita de amostras para microbiologia e colpocitologia, elaboração de hipóteses de diagnóstico, requisição e interpretação de métodos complementares de diagnóstico e prescrição de terapêutica. Tive ainda oportunidade de assistir a ecografias ginecológicas, a cirurgia ginecológica (histerectomias) e ainda de acompanhar obstetras na Enfermaria de MMF e no Puerpério. Pude também frequentar o SU de GO, que nos permite como alunos contactar com variadíssimos problemas da especialidade num curto espaço de tempo: desde mulheres com várias queixas do foro ginecológico (hemorragia, prurido vaginal, corrimento anormal, dor pélvica, perceção de movimentos fetais anormal, contrações uterinas) até partos eutócicos, distócicos e cesarianas. Pude observar todos os “tipos de partos” bem como a abordagem à doente com as queixas mais frequentes em GO. Como sessões formativas tivemos o *Workshop – The Woman*, onde foi feita uma revisão teórica sobre vários temas da Ginecologia-Obstetrícia e praticamos algumas técnicas através de simulação com modelos. Com os meus colegas Filipe Vaz e Pedro Rocha, apresentámos uma sessão clínica ao corpo clínico da Maternidade, intitulada “**Um caso de «difícil compreensão» - Gravidez Ectópica**”, a propósito de um caso clínico observado na enfermaria de MMF.

## Saúde Mental | Hospital de Dona Estefânia

Sob a regência do Prof. Doutor Miguel Cotrim Talina, o estágio parcelar de **Saúde Mental** decorreu de 14 de Março a 8 de Abril. É composto por duas semanas de estágio à distância e duas de estágio presencial, que realizei no Hospital de Dona Estefânia sob a tutoria do **Dr. Pedro Caldeira da Silva**.

O estágio não presencial consistiu na realização de seis vinhetas clínicas originais com três questões de escolha múltipla cada e de duas histórias clínicas baseadas em entrevistas gravadas pelo regente. Quanto ao presencial, realizei-o na especialidade de Psiquiatria da Infância e da Adolescência no Hospital de Dona Estefânia na UPI do Centro de Estudos do Bebê e da Criança. O meu estágio foi principalmente observacional. Pude acompanhar os vários médicos Pedopsiquiatras do serviço nas suas consultas, observando primeiras consultas e consultas subsequentes. O método de consulta e intervenção utilizado neste serviço é o *DIR/Floortime* que tem 3 componentes fundamentais: o desenvolvimento funcional e emocional, as diferenças individuais e a relação. Além das consultas, pude ainda assistir a algumas reuniões do serviço onde os profissionais da UPI (Pedopsiquiatras, Pediatras, Enfermeiros e Terapeutas) discutiam multidisciplinarmente os casos de alguns doentes, de modo a dar o melhor cuidado possível às crianças potenciando o seu desenvolvimento.

## Medicina Geral e Familiar | USF Tejo

Entre 18 de Abril e 13 de Maio, realizei o meu estágio parcelar de **Medicina Geral e Familiar** (coordenado pelo Prof. Doutor Daniel Pinto) na USF Tejo, onde pude acompanhar a **Dra. Avelina Moniz**. Este estágio, devido à pandemia COVID-19, foi o meu primeiro contacto prático com a especialidade. Como tal e na tentativa de colmatar parcialmente as lacunas deixadas pela falta de estágio prático do 5º ano, defini como objetivos específicos: 1. Familiarização com a especialidade e sua área de abrangência e atuação; 2. Contacto com os processos burocráticos e administrativos da MGF (como os Certificados de Incapacidade Temporária ou os Atestados de Saúde); 3. Prática da abordagem holística centrada na pessoa; 4. Ganho de autonomia crescente na realização de consultas e na elaboração do plano de cuidados; 5. Aquisição de competências na abordagem de grupos especiais (crianças, idosos e grávidas).

Dadas as características da especialidade e da unidade onde estive inserido (a falta de gabinetes de consulta e o elevado número de IFE de MGF), este estágio consistiu essencialmente na observação de consultas, nomeadamente de Saúde de adultos, Saúde Infantil e Juvenil, Saúde Materna, Planeamento Familiar e Doença Aguda. Tive ainda oportunidade de realizar algumas consultas de Saúde de Adultos e de Doença Aguda em regime de autonomia parcial, embora menos do que gostaria. Ainda assim, pude praticar bastante a realização de exame objetivo, análise e requisição de MCD e instituição de terapêutica. Realizei ainda para avaliação a apresentação de um caso clínico de uma doente que observei em consulta, tendo com

esta tarefa praticado a realização de anamnese, elaboração de genograma, identificação e estratificação de problemas de saúde, organização da informação clínica pelo método SOAP, realização de exame objetivo e elaboração do plano de cuidados a curto, médio e longo prazo.

## Oftalmologia | CHULC – Estágio Opcional

Por ter interesse nesta especialidade e com o objetivo de perceber se de facto gostaria de seguir uma carreira na área, realizei um estágio clínico opcional de duas semanas em **Oftalmologia** no Centro Hospitalar Universitário Lisboa Central, sob a orientação do **Prof. Doutor Marco Dutra Medeiros**. Assisti a cirurgias, tanto de oftalmologia geral como das subespecializações de retina cirúrgica e de oculoplástica. Frequentei consultas de oftalmologia geral e de diabetes ocular, contactando com a anamnese dirigida característica da especialidade, a observação do olho e anexos com a lâmpada de fenda, os métodos complementares mais frequentes (OCT, ecografia do globo ocular, angiografia) e várias modalidades de terapêutica, quer farmacológica como colírios, pomadas ou injeções intravítreas, quer laserterapia ou propostas cirúrgicas. Frequentei ainda o SU, onde contactei com a abordagem aos sintomas mais comuns que motivam a ida à urgência de oftalmologia. Foi bom terminar a minha formação com este estágio, uma vez que termino o curso motivado para estudar para a PNA e conseguir uma vaga de Formação Específica nesta área.

## Elementos valorativos e atividades extracurriculares

Ao longo dos seis anos do MIM, foi sempre minha preocupação não me cingir apenas ao estudo e formação curriculares, procurando constantemente complementar a minha formação quer técnico-científica quer em *soft skills* e competências sociais e humanísticas. Participei em vários **workshops** e formações organizadas pela AEFCM, nomeadamente Medicina Tropical: Infecções em Moçambique, Introdução à Eletrocardiografia Clínica, Workshop distúrbios ácido-base, Workshop de Soft Skills – Comunicação efetiva e assertiva, Workshop Cardio+, Young Leaders – Investigação Médica, Curso Teórico-Prático Técnica Cirúrgica Básica, Workshop Ginecologia-Obstetrícia, Emergency Day, Coronavírus 101, Medicina de Catástrofe e Emergência, Medicina Baseada na Evidência. Participei também em quatro edições da **iMed Conference** (9.0, 10.0, 11.0 e 12.0), onde além das palestras do congresso, fiz vários *workshops* e conquistei juntamente com o meu colega António Abreu o **2º lugar na Clinical Mind Competition** na edição 12.0 deste congresso (Anexo V). Representei Portugal na **SimUniversity SESAM 2021** (Anexo VI) onde juntamente com a minha equipa alcançamos a fase final desta competição, tendo por este motivo sido convidado a participar como **orador** no **Congresso SPSim/RIEM 2022**. Colaborei ainda como monitor com os departamentos de **Anatomia** (de 2017 a 2021 – Anexo VII) e de **Fisiologia** (ano letivo 2017/2018 – Anexo VIII).

Procurei também envolver-me em projetos e manter atividades extracurriculares. Fui voluntário no projeto **MarcaMundos** em 2016/2017 (Anexo IX); integrei a **Direção da AEFCM** na qualidade de Coordenador

de Eventos no mandato de 2018 (Anexo X); fiz parte da **Comissão Organizadora da XVIII edição do Hospital da Bonecada**, como Diretor do departamento de Espaços (Anexo XI); fui membro efetivo do **GANMS** de 2018 a 2022, tendo sido Vice-Presidente e Presidente do Conselho Fiscal nos mandatos de 2020 e 2021, respetivamente (Anexo XII). Tentando manter um estilo de vida saudável, conciliei os estudos com a prática desportiva e participei no **CNU de Judo** em 2017, 2018 e 2019 (tendo conquistado a medalha de bronze na edição de 2017 – Anexo XIII) e no **Campeonato Europeu Universitário** em 2017, na mesma modalidade (Anexo XIV).

## Reflexão crítica

Chegando ao final desta longa jornada de seis anos, este relatório surge como uma oportunidade de fazer uma reflexão sobre a minha aprendizagem e o meu crescimento, não só durante o sexto ano, mas ao longo de todo o curso. No início deste ano com o estágio parcelar de Medicina Interna, onde me foi exigido “mais que a um interno de formação geral” (nas palavras da Dra. Paula Fonseca), atingi o nadir da curva de Dunning-Kruger – também conhecido como o “Vale do Desespero”. Como o paradoxo socrático, sentia que “só sabia que nada sabia”. No entanto, não baixei os braços e trabalhei e estudei para desse vale sair.

Com o estágio de **Medicina Interna**, senti-me pela primeira vez Médico. Senti-me bem integrado numa equipa de profissionais de saúde (médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, auxiliares), onde me eram atribuídas tarefas e responsabilidades adequadas ao meu grau de experiência e conhecimento, mas que ao mesmo tempo me desafiavam a aprender e evoluir. Foi o estágio que mais contribuiu para a minha autonomia e para a passagem “da teoria à prática”. Aprendi a utilizar o SClínico e outros recursos de *software*, a apresentar e discutir doentes, a abordar os doentes da Medicina Interna e expandi as minhas capacidades e confiança na realização de história clínica, exame objetivo, prescrição de MCDT’s e terapêutica não farmacológica e farmacológica. A passagem pelo SU foi também de extrema importância uma vez que, neste contexto, aprendi a metodologia da abordagem a um doente urgente e a fazer um interrogatório muito dirigido e específico de modo a estratificar a gravidade da situação e orientar o doente da melhor forma.

Como adepto de especialidade cirúrgicas, o estágio de **Cirurgia Geral** foi também dos mais importantes para mim. Embora não tenha tido muito contacto com o Serviço de Urgência nem com o Internamento (por ter realizado o estágio num hospital privado), as valências da especialidade que mais frequentei este ano “complementam” as do meu estágio do 3º ano: enquanto neste tive mais contacto com a urgência e internamento, este ano tive mais contacto com a Consulta Externa. Considero que termino o MIM com uma boa noção do que é a especialidade de Cirurgia Geral e com boas competências na abordagem ao doente cirúrgico. O estágio em **Gastroenterologia** incluído neste estágio parcelar foi também importante

na minha formação, complementando o contacto que tive com a especialidade no 5º ano: enquanto nesse a formação foi essencialmente teórica, este ano tive o contacto prático que “faltou” no passado.

O estágio parcelar de **Pediatria** foi particularmente importante para mim porque adquiri *soft-skills* e técnicas para a interação com bebés e crianças. A passagem pela pneumologia foi interessante e importante porque aperfeiçoei as minhas capacidades de exame objetivo e tive contacto com a VNI e a broncoscopia (que não tive durante o meu estágio de Pneumologia do 4º ano). No entanto, penso que seria mais proveitoso um maior contacto com a Pediatria Geral do que a realização integral do estágio alocado a uma das subespecialidades da Pediatria. Destaco ainda a frequência do SU, que me ajudou a perder o “medo” e ganhar confiança na abordagem à criança doente neste contexto (que me será importante como IFG).

A **Ginecologia-Obstetrícia** foi um estágio que me cativou bastante devido ao meu interesse por especialidades médico-cirúrgicas, onde gostei de explorar as suas várias valências. A passagem e acompanhamento de profissionais tanto da Ginecologia como da Obstetrícia permitiram-me “vivenciar” a especialidade no seu pleno. Senti que consegui colmatar as lacunas deixadas pela falta do estágio prático do 4º ano e adquiri as competências necessárias para a promoção da saúde da mulher, da grávida e a abordagem à mulher com patologia ginecológica.

O estágio de **Saúde Mental** foi para mim o mais parco e de todos os do Estágio Profissionalizante, o onde senti menor evolução. Considero que as duas semanas de “estágio” não-presencial nos acrescentam pouco nesta fase e embora tenha apreciado o contacto com a Psiquiatria da Infância e Adolescência (que na minha opinião, devia fazer parte da formação de todos os alunos), senti falta de contacto com Psiquiatria de Adultos.

O estágio de MGF contribuiu bastante para a minha evolução, particularmente na interpretação e requisição de MCDs e instituição de terapêutica. Contactei também com alguma burocracia e vários *softwares* com os quais ainda não tinha tido contacto e que me serão úteis brevemente como IFG. Como ponto menos positivo, assinalo o reduzido número de oportunidades que tive para a realização de consultas supervisionadas em autonomia parcial.

Este ano e o Estágio Profissionalizante foram de fulcral importância para a minha formação como médico, não só em aspetos técnico-científicos, mas também humanos e enquanto pessoa. Considero ter atingido os objetivos aos quais me propus no início deste ano (tanto os gerais como os específicos de cada especialidade) e termino o curso sentindo que ao longo deste ano saí do “Vale do Desespero” e caminho agora pela interminável “Encosta da Sabedoria”. Levo para a minha vida e futura carreira competências, noções e conceitos que certamente me serão essenciais independentemente da especialidade onde me venha a formar.

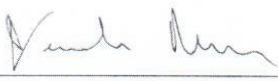
## Glossário

- AEFCM – Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências Médicas
- CNU – Campeonato Nacional Universitário
- GANMS – Grémio Académico da NOVA Medical School
- GO – Ginecologia-Obstetrícia
- IFE – Interno de Formação Específica
- IFG – Interno de Formação Geral
- MCD – Métodos Complementares de Diagnóstico
- MCDT – Métodos Complementares de Diagnóstico e Terapêutica
- MGF – Medicina Geral e Familiar
- MIM – Mestrado Integrado em Medicina
- MMF – Medicina Materno-Fetal
- OCT – Tomografia de Coerência Ótica
- PNA – Prova Nacional de Acesso
- SESAM – Society in Europe for Simulation Applied to Medicine
- SU – Serviço de Urgência
- TEAM – Trauma Evaluation And Management
- UC – Unidade Curricular
- UF – Unidade Funcional
- UPI – Unidade da Primeira Infância
- USF – Unidade de Saúde Familiar
- VNI – Ventilação Não Invasiva

**Anexos****➤ Anexo I – Certificados de participação nos *Workshops* de Medicina Interna**

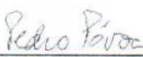
### CERTIFICADO

Certificamos que **Filipe Rodrigues Dias Quintas**, nº 2016266, participou no Workshop intitulado Alterações do equilíbrio ácido base, realizado no dia 22 de setembro de 2021 pelo Prof. Doutor Pedro Póvoa, incluído no programa de formação da UC Estágio de Medicina – Medicina Interna do 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.



---

Prof. Doutor Fernando Nolasco  
Coordenador da UC Estágio de Medicina



---

Prof. Doutor Pedro Póvoa  
Co-Coordenador da UC Estágio de Medicina

Campo Mártires da Pátria, 130  
1169-056 Lisboa - Portugal

www.nms.unl.pt



## CERTIFICADO

Certificamos que **Filipe Rodrigues Dias Quintas**, nº 2016266, participou no Workshop intitulado Decisões de Fim de Vida, realizado no dia 06 de outubro de 2021 pela Dra. Camila Tapadinhas, incluído no programa de formação da UC Estágio de Medicina – Medicina Interna do 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Prof. Doutor Fernando Nolasco  
Coordenador da UC Estágio de Medicina

Prof. Doutor Pedro Póvoa  
Co-Coordenador da UC Estágio de Medicina

## ➤ Anexo II – Certificado de aproveitamento do curso TEAM

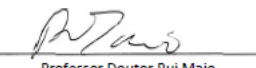
**Certificado**

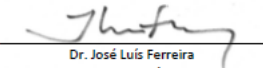
Pelo presente se certifica que

FILIPE RODRIGUES DIAS QUINTAS

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado no dia 05 de Novembro 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 Luis Ferreira  
 Coordenador do TEAM/NMS | FCM-UNL

[www.atlsportugal.org](http://www.atlsportugal.org), Programa ATLS/Sociedade Portuguesa de Cirurgia, [atlsportugal@gmail.com](mailto:atlsportugal@gmail.com)  
 O "TEAM" é uma denominação original do American College of Surgeons

## ➤ Anexo III – Certificado de participação nas Sessões de Simulação

**Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Novembro 2021**

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

 Hospital da Luz Learning Health  
 Avenida Lusitana 100 Edifício C, Piso -1  
 1500-650 Lisboa


NOME

Filipe Rodrigues Dias Quintas

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15222803

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-61858c297673f

**Evento****Sessões Simulação – UC Cirurgia NMS | Novembro 2021**

08-11-2021 09:00 → 11-11-2021 12:00 - Duração: 3 horas

No âmbito da Unidade Curricular de Cirurgia, toma-se imprescindível o treino de procedimentos essenciais à prática clínica.  
 Aquisição de conhecimentos, aptidões e competências para o desempenho em cirurgia de tarefas relativas a procedimentos essenciais (frequentes e/ou relevantes) das especialidades cirúrgicas.

learninghealth.up.avença  
 Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico

## ➤ Anexo IV – Certificado de participação “Dia Mundial do Cancro do Pâncreas”



**Dia Mundial do Cancro do Pâncreas**  
— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

Hospital da Luz Learning Health  
Avenida Lusitana 100 Edifício C, Piso -1  
1500-650 Lisboa



NOME

Filipe Rodrigues Dias Quintas

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

15222803

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-61896e1510de9

**Evento**

**Dia Mundial do Cancro do Pâncreas**  
18-11-2021 14:00 → 18-11-2021 18:00 - Duração: 4 horas

O dia 18 de novembro é o Dia Mundial do Cancro do Pâncreas.

A incidência desta neoplasia está a aumentar nas últimas décadas e prevê-se que em 2030 seja uma das principais causas de morte por Cancro no Mundo Ocidental. Este aumento de incidência prende-se com fatores de risco muito prevalentes nas sociedades modernas como sejam o excesso de peso, a diabetes, o tabagismo e o abuso de álcool, entre outros.

learninghealthup.events  
Comprovativo de Emissão de Certificado Eletrónico

➤ Anexo V – Certificado de participação e classificação na Clinical Mind Competition



➤ Anexo VI – Certificado de participação na SimUniversity 2021



## DECLARAÇÃO

Para os devidos efeitos, a Sociedade Portuguesa de Simulação Aplicada às Ciências da Saúde (SPSim) declara que a equipa constituída pelos estudantes da NOVA Medical School, **Filipe Quintas, José Lemos, João Gonzalez e Filipe Lima** e orientada pelo Dr. Nuno Gaibino, representou Portugal na edição de 2021 da competição internacional **SimUniversity**, organizada pela SESAM - Society in Europe for Simulation.

Os membros da equipa demonstraram elevado sentido de responsabilidade, espírito de iniciativa e de cooperação, procurando aprofundar conhecimentos e tirar partido da experiência pedagógica proporcionada por esta iniciativa.

A equipa desempenhou ainda as funções de representação de Portugal com elevada competência e extraordinário desempenho, que a SPSim reconhece e agradece através da presente declaração.

Por ser verdade e me ter sido solicitado, dato e assino a presente declaração.

Lisboa, 1 de junho de 2022

**Pedro Garcia**  
Presidente da Direção da SPSim

**Bruno Miguel Silva**  
Coordenador do Congresso SPSim/RIEM 2022

Hospital Dona Estefânia – UCIN  
Rua Jacinta Marto  
1169-045 Lisboa

[www.spsim.pt](http://www.spsim.pt)

➤ Anexo VII – Certificado de Monitor do departamento de Anatomia



### DECLARAÇÃO

Para os devidos efeitos, se declara que Filipe Rodrigues Dias Quintas fez parte do corpo docente do Departamento Universitário de Anatomia da Faculdade de Ciências Médicas | NOVA Medical School da Universidade Nova de Lisboa como Monitor na Unidade Curricular de Anatomia nos anos letivos de 2017/2018, 2018/2019, 2019/2020 e 2020/2021.

Lisboa, 25 de maio de 2022

O Diretor do Departamento de Anatomia

(Professor Doutor Diogo Pais)

## ➤ Anexo VIII – Certificado de Monitor do departamento de Fisiologia



**Declaração**

Filipe Rodrigues Dias Quintas foi monitor voluntário, a convite da Unidade Curricular, nas aulas práticas de Fisiologia no ano letivo de 2017/2018 com uma prestação que foi relevante para o ensino.

Lisboa, 18 de outubro de 2018

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA  
Faculdade de Ciências Médicas  
Departamento de Fisiologia  
Carimbo e Assinatura  
Filipe Carlos Nunes Filipe

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

CAMPO DAS MÁRTIRES DE PATRÍCIA, 170 - 1150-036 LISBOA - PORTUGAL - T. 218 218 000 000 - F. 218 218 011 920 - WWW.FCM.UNL.PT

## ➤ Anexo IX – Certificado de Voluntário no MarcaMundos



## ➤ Anexo X – Certificado de Coordenador de Eventos da AEFCM



## ➤ Anexo XI – Certificado de Comissão Organizadora do Hospital da Bonecada



➤ Anexo XII – Certificado de Membro Efetivo do GANMS e integrante do Conselho Fiscal



## *Certificado de Participação*

Para os devidos efeitos, certifica-se que **Filipe Rodrigues Dias Quintas**, portador do Cartão de Cidadão com o número **15222803**, participou ativamente enquanto membro efetivo nas atividades realizadas pelo Grémio Académico da Nova Medical School (GANMS), no período compreendido entre **Setembro de 2018 e Junho de 2022**.

Funções desempenhadas:

- Vice-Presidente do Conselho Fiscal em 2020
- Presidente do Conselho Fiscal em 2021
- Direção Musical d'As Serenatas II



**GAFCM**

Associação de Estudantes da NOVA Medical School  
Fundada em 1974

Lisboa, 31 de maio de 2022

*Filipe Rodrigues*

Conselho-Mor do Grémio Académico  
da NOVA Medical School

## ➤ Anexo XIII – Certificado de participação no CNU de Judo 2017



**fadu**  
portugal  
university sports



**JOGOS**  
SANTACASA

patrocinador principal

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

## Declaração de Participação

Exmos Senhores,

24/05/2022

Para os devidos efeitos declara a Federação Académica do Desporto Universitário (FADU), dotada de utilidade pública\* e utilidade pública desportiva\*\*, que o/a Atleta, Filipe Rodrigues Dias Quintas portador do documento de identificação Nº 15222803, participou no evento CNU Judo, evento do Calendário Oficial de provas desta Federação, que se realizou a 08/04/2017, em Lisboa, em representação do Clube NOVA – Universidade NOVA de Lisboa e obteve a classificação indicada:

- 3º (Bronze) na prova - 81 Kg

De V.Exa(s)  
Atentamente




**fadu**  
portugal  
university sports



**Manuel Veloso**  
Secretário-Geral da FADU

\* 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, III 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/Mod 002

➤ Anexo XIV – Certificado de participação Campeonato Europeu Universitário de Judo 2017



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

## Declaração de Participação

Exmos Senhores,

24/05/2022

Para os devidos efeitos declara a Federação Académica do Desporto Universitário (FADU), dotada de utilidade pública\* e utilidade pública desportiva\*\*, que o/a Atleta, Filipe Rodrigues Dias Quintas portador do documento de identificação N.º 15222803, participou no evento Campeonatos Europeus Universitários 2017, evento do Calendário Oficial de provas desta Federação, que se realizou de 13/06/2017 a 30/07/2017, em n.a., em representação do Clube NOVA – Universidade NOVA de Lisboa e obteve a classificação indicada:

- 17º na prova Judo - (-81kg) - 24 a 27 de julho

De V.Exa(s)  
Atentamente

fadu  
portugal  
university sports

**Manuel Veloso**  
Secretário-Geral da FADU



\* 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, III 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/Mod 002