



NOVA
UNIVERSIDADE NOVA
DE LISBOA

NOVA **MEDICAL**
SCHOOL

Relatório Final

Estágio Profissionalizante

Mestrado Integrado em Medicina

Orientador: Professor Doutor Joaquim Gago
Regente: Professor Doutor Rui Maio

Junho
2024

Ana Rita Santos Pereira
2018219

Agradecimentos

Os meus agradecimentos são infinitos para aqueles que me formaram como pessoa e como médica.

À minha *muy* nobre Faculdade de Ciências Médicas, aos seus docentes, tutores e orientadores, que constituíram o pilar fundamental e a inspiração da minha formação médica.

À minha família, especialmente à minha mãe, pelo amor incondicional e por partilhar todas as minhas vitórias e derrotas como se fossem suas.

Aos meus amigos da minha terra natal e da minha terra adotiva, e acima de tudo aos meus Orácios, que me ensinaram que Medicina não se faz sozinho. Continuaremos o nosso caminho eternamente ligados.

Aos doentes, estes que tornam a minha profissão, a mais bonita do mundo.

E, finalmente, mas nunca menos importante, ao meu namorado Diogo, agradeço por seres o meu apoio diário e por me fazeres feliz. O teu orgulho deu-me a força para continuar todos os dias.

“Tudo o que é verdadeiramente importante, ainda está por fazer. “

– Gustavo Carona em “O Mundo precisa de saber”

ÍNDICE

I.	<i>Introdução e Objetivos</i>	4
II.	<i>Síntese das Atividades Desenvolvidas</i>	5
II.I.	Pediatria.....	5
II.II.	Ginecologia e Obstetrícia	5
II.III.	Saúde Mental.....	6
II.IV.	Medicina Geral e Familiar	7
II.V.	Medicina Interna.....	7
II.VI.	Cirurgia geral.....	8
III.	<i>Elementos Valorativos</i>	9
IV.	<i>Reflexão Crítica Global</i>	10
V.	<i>Anexos</i>	12
	Tabela I – Cronograma dos Estágios Parcelares.....	12
	Tabela II – Trabalhos desenvolvidos no âmbito dos Estágios Parcelares.....	12
	Tabela III – Doentes observados por especialidade e contexto clínico	13
	Tabela IV – Casuística dos doentes observados nos Estágios Parcelares	14
	Tabela V – Objetivos e Autoavaliação	15
	Anexo I – Certificado de Participação no <i>workshop</i> Decisões de Fim de Vida	16
	Anexo II – Certificado de Participação no <i>workshop</i> Alterações do Equilíbrio Ácido-Base.....	17
	Anexo III – Certificado de Participação no <i>workshop</i> TEAM	18
	Anexo IV – Certificado de Participação na conferência <i>iMed</i>	19
	Anexo V – Certificado de Participação na 12. ^a Reunião de Imunoalergologia	20
	Anexo VI – Certificado de Participação no 3.º Congresso Nacional de Cirurgia do Hospital da Luz	20
	Anexo VII – Certificado de Participação no <i>workshop</i> CRITIC.....	21
	Anexo VIII – Certificado de Participação no <i>workshop</i> Aplicando os Direitos Humanos à Medicina.....	22
	Anexo IX – Certificado de Participação no <i>workshop</i> de suturas.....	23
	Anexo X – Certificado de Participação no Projeto de Orientação Vocacional dos Alunos.....	24
	Anexo XI – Experiências e momentos que me marcaram pelos anos	25

I. INTRODUÇÃO E OBJETIVOS

O Estágio Profissionalizante do 6.º ano do Mestrado Integrado em Medicina (MIM) consiste num conjunto de estágios práticos destinados a consolidar as competências teóricas e clínicas adquiridas ao longo do curso. O principal objetivo é preparar os alunos para a prática clínica, promovendo maior autonomia e responsabilidade. Este estágio integra seis componentes: Medicina Interna, Cirurgia Geral, Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia, Saúde Mental e Medicina Geral e Familiar.

Para maximizar a rentabilização do meu percurso, ao longo do Estágio Profissionalizante, foi essencial definir objetivos gerais de aprendizagem. Para isso, utilizei as Fichas das Unidades Curriculares (FUC) das componentes parcelares e os documentos “O licenciado médico em Portugal”¹ e “The Tuning Project (Medicine)”²: **Conhecimento** – (1) consolidar a fisiopatologia, reconhecer, prevenir e tratar as principais patologias e síndromes clínicas das respetivas áreas; (2) utilizar os princípios da medicina baseada na evidência na prática e na pesquisa médica. **Competências clínicas** – (3) aperfeiçoar a realização de consultas, com colheita da história clínica, exame objetivo dirigido e formulação de hipóteses diagnósticas, hierarquizadas por probabilidade; (4) sistematizar estratégias de diagnóstico diferencial, com seleção criteriosa de Métodos Complementares de Diagnóstico e Terapêutica (MCDTs); (5) estabelecer um plano de cuidados, baseado no modelo biopsicossocial e na medicina baseada no doente; (6) aprimorar gestos e procedimentos simples. **Apetências pessoais e interpessoais** – (7) comunicar eficazmente e trabalhar em conjunto com os doentes e as suas famílias, médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde; (8) prestar cuidados de saúde de qualidade com integridade, honestidade, empatia e compaixão, independentemente de características intrínsecas ao doente; (9) adquirir maior autonomia e autoconfiança para tomar decisões; (10) integrar constantemente *feedback* de pares e tutores para a minha jornada contínua de enriquecimento individual.

O presente relatório sistematiza, de forma reflexiva, as atividades desenvolvidas nos vários estágios que compõem o Estágio Profissionalizante do 6.º ano, que decorreu de 11 de setembro de 2023 a 17 de maio de 2024. Inicia-se com uma descrição das atividades desenvolvidas em cada componente parcelar. Além disso, destaco os aspetos valorativos que considero terem contribuído para o cumprimento dos objetivos supramencionados e, por último, uma reflexão crítica global. No final do relatório, nos anexos, apresento um cronograma dos estágios parcelares, os trabalhos realizados em cada um, um gráfico e tabela representativos da sua casuística e a minha autoavaliação relativamente aos objetivos supramencionados (*vide* Tabela I-V).

¹ Licenciado Médico em Portugal. Core Graduates Learning Outcomes Project, 2005. Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa.

² Cumming, A. D., and M. T. Ross. "The Tuning Project (medicine) - learning outcomes/competences for undergraduate medical education in Europe." The University of Edinburgh, Edinburgh (2008).

II. SÍNTESE DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

II.I. PEDIATRIA

11 de setembro de 2023 a 6 de outubro de 2023 | Hospital de São Francisco Xavier

Durante as quatro semanas do estágio parcelar em Pediatria, estabeleci como objetivos específicos: (1) comunicar clara e eficazmente com a criança ou adolescente; (2) conhecer as particularidades da avaliação clínica dos doentes pediátricos, como variações no exame objetivo pelas faixas etárias, diagnóstico e gestão das principais patologias; (3) reconhecer sinais de alarme e critérios de gravidade. O estágio abrangeu cinco áreas essenciais da Saúde Infantil e Juvenil (SIJ): Serviço de Urgência (SU), Consulta Externa, Berçário, Unidade de Cuidados Intensivos Neonatais (UCIN) e Unidade de Cuidados Especiais Pediátricos (UCEP).

No serviço de urgência, contactei com uma ampla variedade de patologias, o que me permitiu adotar uma abordagem diagnóstica sistematizada, possibilitando a identificação de crianças que requerem intervenção urgente ou internamento, muitas vezes sem necessidade de MCDTs. Por outro lado, no berçário foi onde pude observar com maior clareza a minha própria evolução, visto que realizava integralmente a triagem dos recém-nascidos, constituída por anamnese e exame objetivo, antropometria e rastreio do reflexo do olho vermelho. Também realizei os diários clínicos dos recém-nascidos observados, sistematizando informações de várias plataformas e consultando tabelas de percentis. Nas consultas, embora tenha lidado com patologias mais específicas, principalmente em Endocrinologia Pediátrica e Prematuridade, foi uma excelente oportunidade para rever, de forma mais aprofundada, estes temas. Por último, ao ter frequentado a UCIN e a UCEP, pude contactar com doentes mais graves, inclusive em situações de urgência, pelo que sistematizei a abordagem do doente pediátrico crítico.

Durante o estágio no Serviço de Pediatria do HSF, participei em sessões académicas sobre temas relevantes para a prática clínica e a preparação para a Prova Nacional de Acesso (PNA). Uma dessas sessões, da minha autoria, foi sobre "Gastroenterite Viral Aguda", baseada num caso clínico por mim observado na UCEP.

II.II. GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA

9 de outubro de 2023 a 3 de novembro de 2023 | Hospital Beatriz Ângelo

O Estágio Parcelar de Ginecologia e Obstetrícia teve a duração de 4 semanas, nas quais delineei como principais objetivos: (1) aperfeiçoamento do exame objetivo ginecológico; (2) reconhecimento de condições clínicas com necessidade de avaliação e tratamento urgente; (3) comunicação eficaz de sinais de alarme, essencialmente obstétricos. Durante este período, frequentei a Consulta Externa, o Serviço de Urgência (SU), o Bloco Operatório e o Internamento.

Na consulta externa, tive a oportunidade de assistir a consultas em três áreas distintas: ginecologia, senologia e obstetrícia. Nessas consultas, observei a realização de ecografias obstétricas, exames ginecológicos e ecografias ginecológicas. Assim, pude contactar com uma ampla variedade de doentes e procedimentos, o que me permitiu, essencialmente, praticar as variações do exame objetivo na mulher grávida e não grávida. No serviço de urgência, além de contactar com patologias de cariz urgente e assistir a vários partos, observei o elevado número de utentes que se deslocam ao serviço sem indicação para tal. Este facto levou-me a refletir sobre a importância crucial da comunicação clara dos sinais de alarme, do esclarecimento de dúvidas e da necessidade de educar melhor as doentes sobre quando é realmente necessário procurar atendimento de urgência. No internamento, o estágio teve um carácter observacional, assistindo apenas à observação breve de puérperas, permitindo, contudo, compreender melhor os cuidados pós-parto e a gestão das suas complicações.

Todas as semanas, assisti às reuniões bissemanais do serviço, onde tive a oportunidade de apresentar o artigo "*Surgeon Sex and Long-Term Postoperative Outcomes Among Patients Undergoing Common Surgeries*" e de participar numa reunião multidisciplinar de mama, que destacou a importância de uma abordagem multidisciplinar, essencial no cuidado ao doente oncológico. No âmbito da UC, assisti ao *workshop "The Women"*, que sistematizou a área da Saúde da Mulher antes do início do estágio, com vista à sua preparação.

II.III. SAÚDE MENTAL

6 de novembro de 2023 a 1 de dezembro de 2023 | Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca

O estágio parcelar de Saúde Mental, teve, à semelhança dos anteriores, a duração de 4 semanas e decorreu no Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca (HFF). Neste período, destaquei como objetivos principais: (1) aperfeiçoar técnicas de entrevista clínica e exame do estado mental (EEM), com estabelecimento de relação médico-doente de confiança; (2) desconstruir preconceitos relativos à saúde mental e tratar todos os doentes com igual empatia e respeito; (3) identificar elementos patológicos da personalidade.

Iniciei o percurso com uma semana no hospital de dia, de extrema importância, ao dotar estes doentes de ferramentas para a gestão do seu sofrimento e por permitir o treino de aptidões para a sua adaptação à sociedade. Depois, frequentei o internamento durante uma semana, onde observei diversas entrevistas clínicas a doentes com doença aguda, o que me permitiu sistematizar manifestações clínicas de várias doenças e aperfeiçoar o EEM, com calma e empatia. Estas capacidades, foram ainda mais consolidadas na colheita da história clínica de uma doente com perturbação afetiva bipolar, durante um episódio maníaco. A segunda metade do estágio foi passada com a Equipa Comunitária da Brandoa, onde assisti maioritariamente a consultas

externas, realizadas no centro de saúde da área de residência do doente, facilitando o seu acesso, especialmente em situações de maior sofrimento, e contribuindo para a redução de estigmas associados à doença mental. Aqui, tive contacto com as principais patologias na área da Saúde Mental e com as variadas armas terapêuticas, potenciadas pela abordagem biopsicossocial de cada doente. Esta abordagem é levada a outro nível nas visitas domiciliárias, onde é avaliado, em primeira mão, o ambiente em que o doente se insere e o seu contexto. Considero assim, que o estágio foi formativo não só a nível profissional, ao aprender a lidar e comunicar com o doente psiquiátrico, indubitavelmente o doente mais difícil, mas também pessoal. A empatia, a paciência e a capacidade de compreender o sofrimento do outro são competências que transcendem a prática médica e que aplicarei diariamente na minha vida.

II.IV. MEDICINA GERAL E FAMILIAR

4 de dezembro de 2023 a 12 de janeiro de 2024 | USF Vale do Sorraia

O estágio parcelar de Medicina Geral e Familiar (MGF) teve a duração de 4 semanas e decorreu na Unidade de Saúde Familiar (USF) Vale do Sorraia, em Coruche. Tracei como objetivos principais do estágio: (1) sistematização do raciocínio clínico, abordagem e tratamento das patologias mais frequentes dos Cuidados de Saúde Primários (CSP); (2) reconhecimento de situações clínicas graves e referenciação ao nível de cuidados adequado; (3) comunicação eficaz com os doentes, utilizando o método clínico centrado no doente.

Neste período, assisti essencialmente a consultas programadas e a consultas de doença aguda, muitas delas realizadas no Serviço de Atendimento Permanente da USF, tendo, por vezes, realizado visitas domiciliárias. Visto ser uma localização algo remota de grandes Centros Hospitalares, pude testemunhar a independência com que funciona esta USF, com gestão autónoma da maioria dos doentes, incluindo a capacidade de realizar RX. Deste estágio, retiro como muito valioso o aperfeiçoamento da relação médico-doente, especialmente aprimorada nestas localidades mais pequenas. Pude também realizar consultas com autonomia parcial, sistematizando a abordagem das patologias mais prevalentes na população e treinando procedimentos como otoscopias, injeções intramusculares e colheitas para colpocitologia. A avaliação consistiu no desenvolvimento de um caso clínico sobre hipotireoidismo na gravidez, cuja evolução acompanhei de perto, inserido no Diário de Exercício Orientado.

II.V. MEDICINA INTERNA

22 de janeiro de 2024 a 15 de março de 2024 | Hospital de São Francisco Xavier

O estágio parcelar de Medicina Interna decorreu ao longo de 8 semanas no HSF, na Unidade de Cuidados Intermédios (UCINT). A Medicina Interna já é uma especialidade desafiante

por si, sendo um pilar no funcionamento hospitalar pela sua abrangência e complexidade. Adicionalmente, tive o privilégio de estagiar numa unidade de nível 2, o que considero uma vantagem colossal. Como objetivos, delineei: (1) compreender e aprimorar a rotina diária de uma especialidade de internamento hospitalar; (2) desenvolver a autonomia para avaliar, diagnosticar e tratar as patologias mais frequentes; (3) treinar gestos e procedimentos médicos.

Durante este período, desenvolvi uma rotina diária, integrada numa equipa com divisão de tarefas, estando responsável, diariamente, por um a três doentes. Assim, desempenhei todas as funções necessárias à sua gestão, incluindo anamnese, exame objetivo, interpretação e solicitação de MCDTs, diagnóstico diferencial, terapêutica e comunicação com outros profissionais de saúde. Pude ainda treinar diversos gestos e procedimentos, como gasimetrias, punções venosas, ECG e observar diariamente a realização de ecografias à cabeceira do doente, o que enfatizou a dissociação clínico-imagiológica frequentemente presente e a importância da constante evolução do médico com o avanço da Medicina. Destaco ainda, a importância de uma referência atempada para cuidados paliativos e de evitar a obstinação terapêutica, muitas vezes estigmatizado e preterido, fazendo toda a diferença na qualidade de vida e gestão de doentes em cuidados de fim de vida. No serviço de urgência, considero que o maior ponto positivo foi o desenvolvimento de um raciocínio orientado e lógico, de forma a ser objetiva na abordagem do doente com a melhor gestão de tempo possível e a capacidade de rápida identificação de sinais de alarme.

Este estágio incluiu dois *workshops* sobre “Decisões de Fim de Vida” e “Alterações do equilíbrio ácido base” (*vide* Anexo I e II). Tive ainda oportunidade de assistir a várias sessões clínicas que complementaram a minha formação teórica, adaptada à realidade do serviço. Destas, apresentei um trabalho sobre “Derrame Pericárdico”. Desta forma, considero que foi o estágio que mais cumpriu o seu intuito profissionalizante, terminando este capítulo mais preparada para o meu futuro como médica, mas também com um grande sentimento de realização pessoal, com memórias que guardarei para a vida.

II.VI. CIRURGIA GERAL

18 de março de 2024 a 17 de maio de 2024 | Hospital Beatriz Ângelo

O estágio de Cirurgia Geral (CG) teve a duração de 8 semanas e decorreu no Hospital Beatriz Ângelo (HBA). Como principais objetivos, propus-me a: (1) aprimorar e sistematizar a técnica de desinfeção e etiqueta de bloco; (2) treinar técnicas de pequena cirurgia, incluindo anestesia e sutura; (3) aprofundar conhecimentos sobre diagnóstico e gestão das principais patologias cirúrgicas. Durante o estágio, acompanhei principalmente as atividades no Bloco Operatório, na Consulta Externa e no Internamento. Todas as manhãs, antes das atividades principais do dia, foi realizada uma avaliação clínica breve aos doentes internados, com especial

ênfase na patologia ou intervenção cirúrgica em causa. No bloco operatório, onde passei mais tempo, adquiri conhecimentos sobre as diversas técnicas cirúrgicas, com especial atenção à sua execução técnica e aos princípios de assepsia. Tive a oportunidade de participar em cirurgias, como 1.^a ou 2.^a ajudante, o que me permitiu aprender a manusear os instrumentos cirúrgicos com maior destreza e aperfeiçoar técnicas de sutura. Na consulta externa, consolidei conhecimentos básicos sobre as indicações cirúrgicas para as patologias mais frequentes, bem como o seu seguimento no pós-operatório, sistematizando pontos-chave de cada uma delas.

Adicionalmente, realizei um estágio opcional em Medicina Intensiva na Unidade de Cuidados Intensivos (UCI), valioso para o meu estágio de CG, dado que muitos dos doentes internados nesta unidade já foram, ou serão submetidos a intervenções cirúrgicas, complementando assim o meu acompanhamento do seu processo. A nível formativo, assisti a algumas sessões clínicas no serviço e, à tutela da UC, participei numa Sessão de Simulação organizada pelo Hospital da Luz Lisboa e o Curso TEAM (*Trauma Evaluation and Management*) (vide Anexo III). No minicongresso da UC, apresentei o seminário “Fundaplicatura de Nissen e complicações mais frequentes”, baseado em três casos clínicos observados durante o estágio.

III. ELEMENTOS VALORATIVOS

Ao longo do meu percurso no MIM, procurei complementar a minha formação com atividades extracurriculares, priorizando um equilíbrio saudável com a minha vida pessoal. Participei em conferências/congressos (dos quais destaco *iMed conference*; e a 12.^a Reunião de Imunoalergologia) (vide Anexo IV - VI), e em *workshops* em áreas de interesse pessoal (o doente crítico e direitos humanos na Medicina) (vide Anexo VII - VIII). Além disso, para me preparar para o estágio de Cirurgia Geral, participei num *workshop* de suturas (vide Anexo IX).

Como projeto social, participei no projeto de orientação vocacional dos alunos da minha escola de origem, a Escola Secundária Poeta Joaquim Serra, que consistiu em palestras dadas a várias turmas de 12.^o ano, sobre o seu futuro académico, esclarecendo dúvidas sobre o curso de Medicina ou outros cursos superiores, em geral. Valorizo bastante este projeto, visto que eu própria, quando me encontrava naquela escola, tinha muitas dúvidas sobre o meu futuro. Na altura, foi de extrema importância outros ex-alunos desempenharem este papel (vide Anexo X).

Fazer este relatório sem referir uma grande paixão pessoal, que tanto contribuiu para a minha formação como pessoa e futura médica, seria redutor. Durante este período, e ao longo da minha vida, nas interrupções letivas, tomei como objetivo viajar para e por diversos países, uns mais, outros menos desenvolvidos, sempre com o intuito de ampliar os meus horizontes. Estas viagens ofereceram-me uma perspetiva abrangente do mundo, permitindo-me conhecer diferentes realidades, valores e culturas, promovendo a tolerância, a abertura de espírito, a

empatia e o respeito pelo outro, valores tão importantes no exercício médico. Deixo fotografias de algumas experiências e momentos que me marcaram nos Anexos (*vide* Anexo XI).

IV. REFLEXÃO CRÍTICA GLOBAL

Em retrospectiva, encarando, não só as últimas 32 semanas, mas também os últimos 6 anos, sinto-me profundamente grata. Grata porque tenho plena consciência do privilégio que é poder estudar. Neste momento, cabe-me a responsabilidade de refletir sobre esta jornada única.

Em síntese, e comparando com os objetivos globais inicialmente traçados e os específicos de cada área, considero que o meu desempenho durante os estágios superou as minhas expectativas. Ao nível dos **conhecimentos** adquiridos, um estudo contínuo e a revisão frequente dos conteúdos teóricos, bem como o seu enquadramento na prática clínica, ajudaram a integrar e sedimentar a minha jornada académica. No âmbito das **competências clínicas**, tive a oportunidade de conduzir várias consultas em regime de autonomia tutelada, nas quais pude notar a minha própria evolução na sua sistematização. Isto foi notório, essencialmente nos estágios de MGF e de Medicina Interna, onde me foi concedida maior autonomia para gestão dos doentes. Por outro lado, no estágio de Cirurgia Geral, tive várias oportunidades de treinar gestos e procedimentos simples, como técnicas de pequena cirurgia, colmatando a lacuna existente no meu percurso nesta área de grande interesse pessoal. Aprimorei também as minhas **apetências pessoais e interpessoais**, estabelecendo de forma natural relações médico-doente de confiança, que me trouxeram muita gratificação, porque é pelos doentes que somos médicos. Além dos doentes, e especialmente nos estágios mais longos, consegui estabelecer relações profissionais com os demais colegas na área da Saúde. Estas relações, não só me permitiram crescer enquanto futura profissional de saúde, fomentando a minha autoconfiança e capacidade de comunicação, mas integrar equipas com distribuição de tarefas e sentido de propósito coletivo, ajudando-me a evoluir no sentido de ser a melhor colega possível.

Abordando agora, mais concretamente, cada estágio parcelar, começo pelo estágio de **Medicina Interna**, que considero o mais completo no âmbito profissionalizante. Munida de grande autonomia, este período constituiu um desafio diário e representou o maior impulso de crescimento profissional ao longo do ano. Além disso, foi fonte significativa de reflexão relativamente aos desafios diários do Serviço Nacional de Saúde (SNS), como a ocupação de camas por casos sociais, a escassez de recursos físicos e humanos e a sobrelotação das urgências. Esta última fez-me refletir e adotar um papel ativo no meu dia a dia, como promotora da literacia em saúde, que é, sem dúvida, um passo essencial na reestruturação do SNS. Como ponto negativo, destaco a lacuna formativa na área das consultas, que seria essencial para aprofundar temas mais específicos da Medicina Interna. Relativamente ao estágio de **Cirurgia Geral**, um estágio também

bastante completo na sua duração, e que contribuiu para o aperfeiçoamento de técnicas de pequena cirurgia, essenciais independentemente da área que venha a seguir. Além disso, devido à pandemia COVID-19, foi o meu primeiro contacto íntimo com a especialidade, permitindo a consolidação prática de conhecimentos teóricos previamente adquiridos. No entanto, senti que nas restantes áreas, como o internamento e a consulta externa, o estágio foi mais observacional, pelo que teria beneficiado de maior autonomia na condução das consultas ou na observação e registo clínico de doentes na enfermaria.

O estágio de **Pediatria** foi o mais gratificante e confirmou o meu interesse nesta especialidade. Apesar da área da SIJ ser extremamente abrangente e distinta das demais especialidades, consegui ter contacto com as suas principais áreas. No SU e no berçário, onde me foi concedida maior autonomia, aprimorei a gestão e comunicação com o doente pediátrico. Dito isto, dado a abrangência desta especialidade, seria proveitoso um período de estágio mais longo, permitindo-nos adquirir um nível de conforto superior na área da SIJ. Relativamente ao estágio de **Ginecologia e Obstetrícia**, embora tenha tido um cariz mais observacional, constitui uma área de interesse pessoal, pelo que, com alguma persistência, tive a oportunidade de treinar procedimentos básicos e contactar com várias áreas e patologias desta especialidade. No entanto, gostaria de ter tido um papel mais ativo, por exemplo, como ajudante em partos ou cesarianas. No estágio parcelar de **Saúde Mental**, destaco a excelente qualidade académica do internamento, onde aprendi a realizar a entrevista clínica e o EEM a doentes psiquiátricos. Este estágio foi formativo não só a nível profissional, mas também pessoal, desconstruindo o estigma da doença mental. Contudo, as consultas comunitárias foram puramente observacionais, pelo que teria sido vantajoso conduzir algumas consultas de forma semiautónoma, com a finalidade de estruturar a abordagem da vigilância do doente psiquiátrico. No estágio de **Medicina Geral e Familiar**, à semelhança de Medicina interna, cumpriu de forma exímia o objetivo profissionalizante. Contactei e geri, com autonomia tutelada, doentes com várias comorbilidades, o que aprimorou a minha capacidade de gestão de tempo de consulta e de raciocínio clínico. Além disso, ao estagiar numa USF fora de Lisboa, tive contacto com uma população mais carenciada, abordando todos os doentes numa perspetiva biopsicossocial.

Concluindo esta reflexão e o estágio profissionalizante, concluo o Mestrado Integrado em Medicina, que tanta gratificação me trouxe ao longo dos anos. Apesar de desafiante, termino esta etapa com um grande sentimento de realização. Agora, integrando toda a experiência académica (com estudo contínuo e trabalhos realizados) e experiência clínica, sinto-me preparada para assumir responsabilidades mais substanciais no próximo ano como Interna de Formação Geral, com o objetivo de prestar cuidados de qualidade com humildade, respeito, empatia e integridade. Pretendo continuar a aprender, seja através da incorporação de *feedback* recebido ou da busca ativa por novos conhecimentos, pois ser médico é uma jornada de dedicação e aprendizagem constante e contínua ao longo de toda a vida.

V. ANEXOS

TABELA I – CRONOGRAMA DOS ESTÁGIOS PARCELARES

Estágio Parcelar	Período de estágio	Local	Regente	Tutor
Pediatria	11 de setembro de 2023 a 6 de outubro de 2023	Hospital de São Francisco Xavier	Professor Doutor Luís Varandas	Dr ^a . Madalena Sales Luís e Dr. Edmundo Santos
Ginecologia e Obstetrícia	9 de outubro de 2023 a 3 de novembro de 2023	Hospital Beatriz Ângelo	Professora Doutora Teresinha Simões	Dr ^a . Sara Valadares
Saúde Mental	6 de novembro de 2023 a 1 de dezembro de 2023	Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca	Professor Doutor António Miguel Cotrim Talina	Dr. João Carlos Melo
Medicina Geral e Familiar	4 de dezembro de 2023 a 12 de janeiro de 2024	USF Vale do Sorraia	Professor Doutor Daniel Pinto	Dr. Josef Rader
Medicina interna	22 de janeiro de 2024 a 15 de março de 2024	Hospital de São Francisco Xavier	Professor Doutor António Mário Santos	Dr ^a . Joana Duarte
Cirurgia Geral	18 de março de 2024 a 17 de maio de 2024	Hospital Beatriz Ângelo	Professor Doutor Rui Maio	Dr. Gonçalo Luz e Dr. Pedro Miranda

TABELA II – TRABALHOS DESENVOLVIDOS NO ÂMBITO DOS ESTÁGIOS PARCELARES

Estágio Parcelar	Trabalho(s) realizados	Autores
Pediatria	Caso Clínico "Gastroenterite Viral Aguda"	Ana Rita Pereira
Ginecologia e Obstetrícia	Apresentação do artigo "Surgeon Sex and Long-Term Postoperative Outcomes Among Patients Undergoing Common Surgeries"	Ana Rita Pereira e João Barrigó
Saúde Mental	História Clínica - Perturbação Afetiva Bipolar Tipo I	Ana Rita Pereira e João Barrigó
Medicina Geral e Familiar	Caso Clínico "Hipotiroidismo na Gravidez"	Ana Rita Pereira
Medicina interna	Derrame Pericárdico	Ana Rita Pereira, Gabriel Pereira, João Barrigó, Pedro Ferreira
Cirurgia Geral	Funduplicatura de Nissen e complicações mais frequentes	Ana Rita Pereira, Eva Carvalho e Ana Ribeiro

TABELA III – DOENTES OBSERVADOS POR ESPECIALIDADE E CONTEXTO CLÍNICO

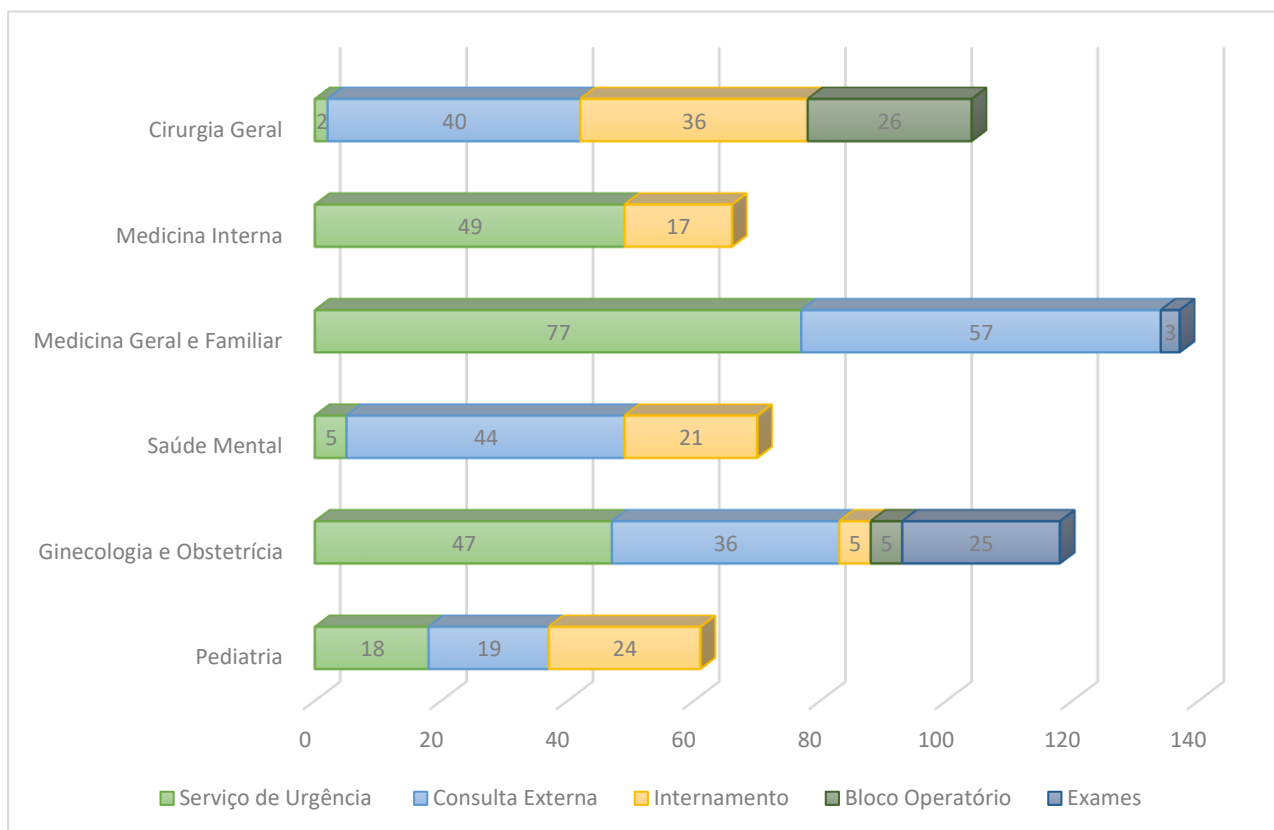


TABELA IV – CASUÍSTICA DOS DOENTES OBSERVADOS NOS ESTÁGIOS PARCELARES

Estágio Parcelar	Contexto Clínico	N.º de doentes	Diagnósticos / Procedimentos principais
Pediatria	SU	18	Nasofaringite aguda viral
	Consulta	19	Endocrinologia: Puberdade precoce central
			Prematuridade: Seguimento do recém-nascido pré-termo
	Berçário	16	Triagens dos Recém-nascidos
	UCIN	3	Síndrome dificuldade respiratória neonatal
UCEP	5	Laringotraqueobronquite, Gastroenterite aguda viral	
Ginecologia e Obstetrícia	SU	47	Sensação de contratilidade; Hemorragia uterina anómala
	Consulta	36	Ginecologia: Dispareunia, Dismenorreia
			Senologia: Carcinoma da mama
			Obstetrícia: CTG; Diabetes Gestacional
	Internamento	5	Puerpério, Indução de trabalho de parto
	BO	5	Histerectomia via vaginal
Exames	25	Ginecológicos: Colposcopia, Colpocitologia	
		Ecografia Obstétrica: Vigilância da gravidez	
		Ecografia Ginecológica: Miomas, Espessamento endometrial	
Saúde Mental	SU	5	Perturbação afetiva bipolar, Depressão major
	Consulta	44	Perturbação depressiva recorrente, Perturbação afetiva bipolar, Perturbação esquizoafetiva
	Internamento	21	Esquizofrenia, Perturbação afetiva bipolar
	Visitas domiciliárias	8	Esquizofrenia, Perturbação delirante, Perturbação afetiva bipolar
Medicina Geral e Familiar	SU	77	Infecção aguda do aparelho respiratório superior, Otite média aguda, Síndrome da coluna sem irradiação de dor
	Consulta	57	Hipertensão arterial, Diabetes Mellitus, Medicina preventiva
	Exames	3	Rastreio do cancro do colo do útero
Medicina Interna	SU	49	Infecção do trato urinário, Insuficiência cardíaca descompensada, Síndrome coronário agudo
	Internamento	17	Pneumonia adquirida na comunidade, Tromboembolismo pulmonar, DPOC agudizada
Cirurgia Geral	SU	2	Fasceíte necrotizante do períneo
	Consulta	40	Seguimento após bypass gástrico, Seguimento após hemicolecotomia
	Internamento	36	Colangite, Hérnia encarcerada, Diverticulite
	BO	26	Colecistectomia laparoscópica, Hernioplastia, excisão de quisto sebáceo

TABELA V – OBJETIVOS E AUTOAVALIAÇÃO

Objetivos	Descrição	Autoavaliação
Conhecimento	Consolidar a fisiopatologia, reconhecer, prevenir e tratar as principais patologias e síndromes clínicas das respetivas áreas.	3
	Utilizar os princípios da medicina baseada na evidência na prática e na pesquisa médica.	3
Competências clínicas	Aperfeiçoar a realização de consultas, com colheita da história clínica, exame objetivo dirigido e formulação de hipóteses diagnósticas hierarquizadas.	3
	Sistematizar estratégias de diagnóstico diferencial, com seleção criteriosa de MCDTs.	3
	Estabelecer um plano de cuidados, baseado no modelo biopsicossocial e na medicina baseada no doente.	2
	Aprimorar gestos e procedimentos simples.	2
Apetências pessoais e interpessoais	Comunicar eficazmente e trabalhar em conjunto com os doentes e suas famílias, médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde.	3
	Prestar cuidados de saúde de qualidade com integridade, honestidade, empatia e compaixão, independentemente de características intrínsecas ao doente.	3
	Adquirir maior autonomia e autoconfiança para tomar decisões.	2
	Integrar constantemente <i>feedback</i> de pares e tutores para a minha jornada contínua de enriquecimento individual.	3

Legenda:

- 1 – Conhecimento e compreensão das razões para a realização da competência/procedimento, com a capacidade de auxiliar;
- 2 – Capacidade de realizar a competência/procedimento com supervisão;
- 3 – Capacidade de realizar a competência/procedimento sem supervisão ou como rotina.

ANEXO I – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO WORKSHOP DECISÕES DE FIM DE VIDA



Certificado

Certificamos que **ANA RITA SANTOS PEREIRA, N°2018219**, participou no Workshop intitulado *Decisões de Fim de Vida*, no dia 21 de fevereiro 2024, lecionado pela Dra. Camila Tapadinhas, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

Camila Tapadinhas

Dra. Camila Tapadinhas

ANEXO II – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO *WORKSHOP* ALTERAÇÕES DO EQUILÍBRIO ÁCIDO-BASE



Certificado

Certificamos que **ANA RITA SANTOS PEREIRA, N.º2018219**, participou no Workshop intitulado *Alterações do equilíbrio ácido base*, no dia 07 de fevereiro de 2024, lecionado pelo Professor Doutor Pedro Póvoa, incluído no programa de formação da UC Medicina Estágio Parcelar – Medicina Interna 6.º ano do Mestrado Integrado em Medicina.

A handwritten signature in black ink that reads "Pedro Póvoa".

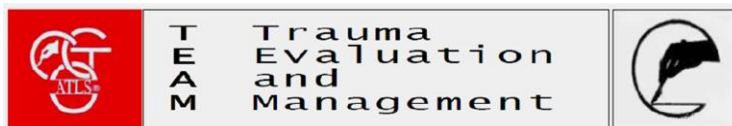
Professor Doutor Pedro Póvoa

ANEXO III – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO WORKSHOP TEAM

MedSim
NOVA Medical Simulation Centre



NOVA MEDICAL
SCHOOL



Certificado

Pelo presente se certifica que

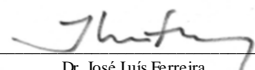
ANA RITA SANTOS PEREIRA

assistiu e participou ativamente no Curso TEAM (Trauma Evaluation and Management), realizado nos dias 21 e 22 de Março de 2024.

O Curso “TEAM” está integrado no currículo do 6º Ano do Mestrado Integrado de Medicina da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa. É organizado pelo ATLS Portugal e pela Sociedade Portuguesa de Cirurgia, segundo o formato educativo proposto pelo American College of Surgeons para estudantes de Medicina.



Professor Doutor Rui Maio
Regente U.C. Cirurgia Estágio



Dr. José Luís Ferreira
Coordenador do TEAM/NMSI FCM-UNL

www.atlsportugal.org, Programa ATLS/Sociedade Portuguesa de Cirurgia, atlsportugal@gmail.com
O “TEAM” é uma denominação original do American College of Surgeons

ANEXO IV – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NA CONFERÊNCIA IMED



Certificate of Participation

Ana Rita Pereira

It is hereby certified that the participant integrated the lectures that took place from the 19th to 22nd of October 2023 at the iMed Conference®15.0 | Lisbon 2023. This grand project by the Students' Union of Nova Medical School (AENMS) took place at Auditório Prof. Armando Simões dos Santos from the 18th of October to the 22nd of October 2023.

The iMed Conference® is an annual event organized by the Students' Union of Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas (AENMS), aiming to bring the most recent scientific and medical innovations to the next generation of life sciences' students.

Its 15th edition, under the motto 'Unravel the Future', presented a keynote lecture by Professor Michael N. Hall, having received the Albert Lasker Award for Basic Medical Research. We also had the pleasure to present scientific sessions dedicated to the Conflict and Catastrophe Medicine, Neurology and Maternal-fetal Medicine, along with the amazing humanitarian lectures and iMed Sessions.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Inês Martins'.

Inês Martins

President of the iMed Conference® 15.0

The logo for AENMS (Associação de Estudantes da NOVA Medical School) features a stylized caduceus symbol to the left of the text 'AENMS' in a bold, black font. Below it, the full name of the association is written in a smaller font.

Maria Vaz

President of the Associação de Estudantes da NOVA Medical School (AENMS)

ANEXO V – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NA 12.ª REUNIÃO DE IMUNOALERGOLOGIA



22 SETEMBRO 2023

CERTIFICADO DE PRESENÇA

Certifica-se que:

Ana Rita Pereira

Participou na **12ª Reunião de Imunoalergologia**, que decorreu no dia 22 de Setembro de 2023, no Hotel Olissippo Oriente – Lisboa.

Paula Leiria Pinto

Paula Leiria Pinto
Comissão Organizadora

ANEXO VI – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO 3.º CONGRESSO NACIONAL DE CIRURGIA DO HOSPITAL DA LUZ

Ana Rita Pereira

3º Congresso Nacional de Cirurgia do Hospital da Luz

Presencial | 24 de Fevereiro de 2024 | 12 horas

Código de certificado: C-65aebe35b9860

ANEXO VII – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO WORKSHOP CRITIC



Certificate of Participation

Participant: **Ana Rita Pereira**

Workshop: **CRITIC**

It is hereby certified that the participant integrated the workshop designated above on the **19th of October** of 2023 at the iMed Conference@15.0 | Lisbon 2023. This grand project by the Students' Union of Nova Medical School (AENMS) took place at Auditório Prof. Armando Simões dos Santos from the 18th of October to the 22nd of October 2023.

The iMed Conference@is an annual event organized by the Students' Union of Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas (AENMS), aiming to bring the most recent scientific and medical innovations to the next generation of life sciences' students.

Its 15th edition, under the motto 'Unravel the Future', presented a keynote lecture by Professor Michael N. Hall, having received the Albert Lasker Award for Basic Medical Research. We also had the pleasure to present scientific sessions dedicated to the Conflict and Catastrophe Medicine, Neurology and Maternal-fetal Medicine, along with the amazing humanitarian lectures and iMed Sessions.

Inês Martins

President of the iMed Conference@ 15.0

The logo for AENMS (Associação de Estudantes da NOVA Medical School) features a stylized Greek letter sigma (Σ) followed by 'AENMS' in a bold, sans-serif font. Below it, the full name of the association is written in smaller text.

Maria Vaz

President of the Associação de Estudantes da NOVA Medical School (AENMS)

ANEXO VIII – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO *WORKSHOP* APLICANDO OS DIREITOS HUMANOS À MEDICINA



Da Teoria à Prática: Aplicando os DHs na Medicina

— *Certificado de Participação*



EMITIDO POR:

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

NOME

Ana Rita Pereira

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14291199

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-655e53de5533f

AS ATIVIDADES FREQUENTADAS ENCONTRAM-SE NA PÁGINA SEGUINTE

ANEXO IX – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO WORKSHOP DE SUTURAS



Workshop de Suturas



— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

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

NOME

Ana Rita Pereira

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14291199

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-65e6365e41c72

AS ATIVIDADES FREQUENTADAS ENCONTRAM-SE NA PÁGINA SEGUINTE

ANEXO X – CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO NO PROJETO DE ORIENTAÇÃO VOCACIONAL DOS ALUNOS



CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

O Agrupamento de Escolas Poeta Joaquim Serra certifica a participação de Ana Rita Santos Pereira no Projeto de Orientação Vocacional para o ano letivo 2023/2024, inscrito no Plano Anual de Atividade da estrutura de Coordenação de Diretores de Turma, e reconhece a sua preciosa ajuda na orientação e esclarecimentos aos alunos de 12.º ano.

Esta colaboração foi fundamental para o sucesso do projeto.

Data: 4 de junho de 2024

Local: Montijo

Assinatura: _____



Rui Martins

[Adjunto da Diretora]

AEPJS

ANEXO XI – EXPERIÊNCIAS E MOMENTOS QUE ME MARCARAM PELOS ANOS



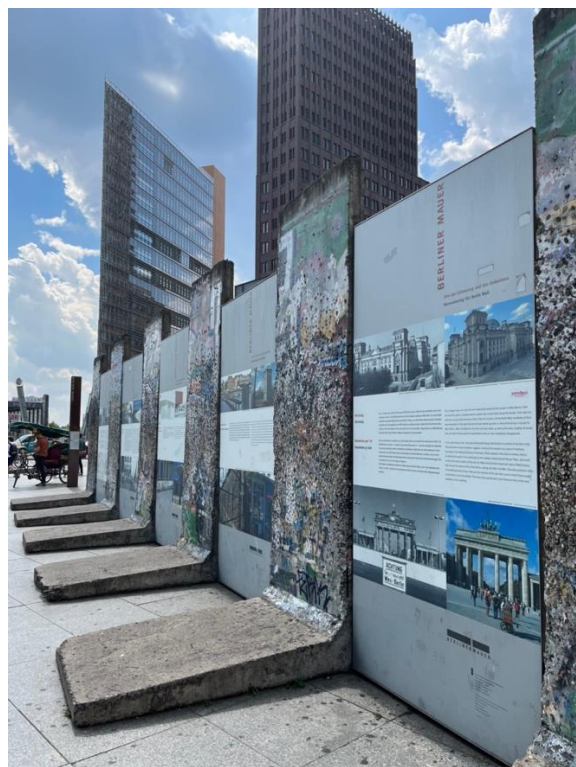
Fotografia 1 - Hospital e casa de repouso Kanha, Jaipur, Índia, 2018



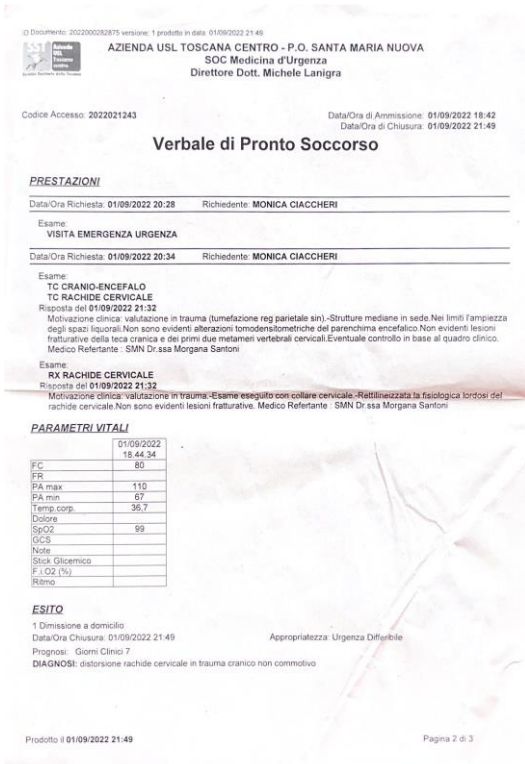
Fotografia 2 – Crianças no autocarro, Nova Delhi, Índia, 2018



Fotografia 3 – Família a dormir no telhado, Fez, Marrocos, 2022



Fotografia 4 – Muro de Berlim, Berlim, Alemanha, Interrail 2022



Fotografia 5 – Como doente no Serviço de Urgência, Florença, Itália, Interrail 2022



Fotografia 6 – Angelus presidido por Sua Santidade Papa Francisco, Cidade do Vaticano, Interrail 2022



Fotografia 7 – Carro de bombeiros utilizado no 11/09/2001, Memorial do 9/11, Nova Iorque, Estados Unidos da América 2023



Fotografia 8 – Redução de luxação posterior do ombro em combate de Muay Thai, Bangkok, Tailândia 2023



Fotografia 9 – Celebração Pongal, Little India, Singapura 2023



Fotografia 10 – Escola primária José Martí, Havana, Cuba 2023



Fotografia 11 – Crianças a caminho da escola, Kimana, Quênia 2023



Fotografia 12 – Centro médico, Ewaso Ngiro, Quênia 2023