

Internato Médico de  
Medicina Geral e Familiar

***Portefólio do Interno***

***Coordenação do Internato – Zona Norte***  
***ACTUALIZADO JANEIRO 2018***

**Índice**

Objetivos deste Portefólio .....	4
Aprender, ensinar e avaliar no Internato de MGF .....	5
Como usar o Portefólio .....	6
1. Dados Pessoais .....	7
2. Plano pessoal de formação .....	8
Estratégias de aprendizagem.....	10
3. Medicina Geral e Familiar – competências nucleares .....	11
3. A. Gestão em Cuidados de Saúde Primários .....	12
3. B. Cuidados Centrados na Pessoa .....	15
3. C. Aptidões para a Resolução de Problemas Específicos .....	17
3. D. Abordagem abrangente .....	20
3. E. Orientação para a Comunidade .....	22
3. F. Abordagem Holística .....	25
4. Medicina Geral e Familiar – competências adicionais .....	26
4. A. Gestão da prática clínica .....	26
4. B. Cuidados à Família e na Sociedade .....	29
4. C. Cuidados no Domicílio .....	31
4. D. Comunicação.....	34
4. E. Sistemas de Informação .....	36
4. F. Sistemas de monitorização e garantia da Qualidade e Intervenção na Comunidade .....	37
4. G. Ética Médica.....	38
4. H. Investigação e desenvolvimento científico .....	40
4. I Procedimentos Administrativos Decorrentes da Atividade Clínica do Médico de Família .....	42
5. Cuidados a grupos vulneráveis e de risco.....	44
5. A. Saúde Infantil/Juvenil.....	44

---

5. B. Saúde da Mulher .....	49
5. C. Rastreio Oncológico .....	53
5. D. Cuidados à Pessoa Idosa .....	54
5. E. Cuidados Continuados, aos cuidadores e na fase de luto .....	57
5. F. Situações de risco familiar e social .....	59
6. Problemas de saúde .....	61
6. A. Problemas cardiovasculares .....	63
6. B. Problemas respiratórios .....	66
6. C. Problemas endócrinos e metabólicos .....	68
6. D. Problemas digestivos.....	71
6. F. Problemas neurológicos.....	75
6. G. Problemas hematológicos .....	77
6. H. Problemas mentais e de dependência .....	78
6. I. Problemas genitais e sexuais .....	80
6. J. Problemas do olho .....	82
6. L. Problemas do ouvido, nariz e garganta .....	84
6. M. Problemas dermatológicos .....	86
6. N. Problemas reumatológicos e músculo-esqueléticos.....	88
6. O. Problemas infecciosos .....	90
6. P. Problemas oncológicos.....	91
6. Q. Problemas agudos de saúde .....	92
6. R. Pequena Cirurgia em ambulatório .....	96

## **Objetivos deste Portefólio**

Este Portefólio foi pensado e construído como um instrumento de apoio e orientação para Médicos Internos e Orientadores ao longo do seu caminho pelas diversas fases do Internato Médico de Medicina Geral e Familiar e como apoio à avaliação. Não está organizado por estágios ou serviços. Está sim organizado por áreas de saber, por conhecimentos, atitudes e aptidões a adquirir. Não deve ser visto como um documento rígido pois vai evoluindo à medida que a especialidade evolui e modifica-se com os contributos de todos aqueles que o utilizam.

Os locais e tipos de formação escolhidos devem adaptar-se às necessidades individuais do Médico Interno, sem prejuízo da organização geral do Internato e das leis que o regem.

Os Orientadores de Formação das unidades de saúde e hospitais adquirem protagonismo ao responsabilizar-se por assegurar que os objetivos de desempenho são cumpridos. Em conjunto, Orientadores de Formação e Médicos Internos assumem o compromisso de atingir os objetivos da forma mais adequada ao contexto em que se inserem.

O Portefólio será sempre uma base de discussão nas diversas fases de avaliação ao longo do Internato, complementando os relatórios de estágio, mas não é nesta fase a única fonte de avaliação.

Os conteúdos do Portefólio foram obtidos por consenso, através da consulta de inúmeros Médicos Especialistas e Médicos Internos, tendo em conta as necessidades atuais e futuras da prática da Medicina Familiar.

Dado que pretende ser um instrumento dinâmico, o Portefólio será objeto de revisões regulares para as quais contamos com a contribuição de todos.

## **Aprender, ensinar e avaliar no Internato de MGF**

Aprender e ensinar em Medicina Geral e Familiar são processos que ocorrem essencialmente na prática diária. Uma proporção importante de conhecimentos, atitudes e aptidões serão adquiridos no contexto dos Cuidados de Saúde Primários (CSP), mas o treino de algumas competências específicas a nível dos Cuidados Hospitalares é essencial para uma formação completa do futuro Médico de Família.

O modelo de aprendizagem proposto neste Portefólio tem em conta quatro aspetos:

- a) Devem ser aceites e incentivados os diferentes estilos de aprendizagem, sabendo que os adultos preferem ter controlo sob a forma como aprendem, preferem uma aprendizagem baseada na experiência, centrada em problemas e nas necessidades identificadas;
- b) Deve haver equilíbrio e diversidade nas experiências formativas do Médico Interno;
- c) No Internato de MGF existe uma relação de formação preferencialmente baseada no binómio Orientador-Interno sem prejuízo de uma relação mais alargada com outros Orientadores informais;
- d) O processo de aprendizagem e ensino deve ser claro e mensurável, eliminando a possibilidade de ocorrerem desigualdades ou trajetos que culminem numa má preparação do futuro especialista.

Existem diversas oportunidades e estratégias de aprendizagem, como a observação e o treino no local de trabalho, as reuniões informais com o Orientador de Formação, a comunicação interpares, as sessões formais de ensino de sala, a discussão de casos, a pesquisa bibliográfica, a leitura, a vídeo gravação, a elaboração de projetos de investigação, o treino de aptidões em sessões estruturadas, etc. Cada Médico Interno, para cada objetivo, pode ter uma ou mais formas de aprendizagem. Cabe ao Médico Interno, com a ajuda do seu Orientador de Formação e outros responsáveis da formação, definir como vai atingir os objetivos do Portefólio.

Existem também diversas formas de ensino e avaliação: a observação direta na prática clínica, a vídeo gravação com discussão estruturada, as conversas informais, o feedback, a revisão de casos clínicos, a aplicação de testes de resposta múltipla, o mapeamento da consulta, a avaliação oral formal, entre outros. Também neste caso, uma ou mais metodologias podem ser aplicadas aos diversos objetivos a atingir.

O Médico Interno é assim convidado a estabelecer, em conjunto com o seu Orientador de Formação e respetiva Direção de Internato, um Plano de Formação que contemple a possibilidade de aprender e atingir os objetivos propostos no Portefólio ao longo da duração do seu Internato, adaptando, sempre que possível, este plano às suas próprias necessidades formativas e estilos de aprendizagem.

---

## Como usar o Portefólio

Cada Médico Interno deve encontrar, em conjunto com o seu Orientador, a forma de obter a sua formação como futuro Médico de Família. Os objetivos do portefólio servem como guia e orientação para que o Médico Interno procure aprender e formar-se nas áreas em que se sente menos preparado e confirmar aquelas em que já atingiu as competências desejadas.

Quando um objetivo foi atingido pode e deve ser assinado (pelo Orientador ou Médico Interno), para que a evolução da aprendizagem seja perceptível. A intenção não é obter 100% de assinaturas para todos os objetivos definidos.

Por outro lado, os objetivos têm diferentes níveis de dificuldade ou maturação, a serem atingidos em fases diferentes do Internato. Assim, como orientação, estão definidos, à frente de cada objetivo, quatro momentos para aprendizagem:

- I – O objetivo deve ser atingido preferencialmente até ao fim do 1º ano de Internato;
- II – O objetivo deve ser atingido preferencialmente até ao fim do 2º ano de Internato;
- III – O objetivo deve ser atingido até ao fim do 3º ano de Internato;
- IV – O objetivo deve ser atingido até ao fim do 4º ano de Internato.

Para alguns dos objetivos foram definidas, como exemplo, tarefas que ajudam a concretizar a sua forma de cumprimento. Estas tarefas devem ser acordadas entre Orientador e Médico Interno, com definição das tarefas a cumprir e a forma de as cumprir, dentro do seu contexto particular de aprendizagem.

## 1. Dados Pessoais

Nome

Unidade de Saúde (US)

Orientador de Formação (OF)

Hospital preferencial de Referência

Data de entrada no Internato Médico

Data prevista de conclusão do Internato Médico



---


---

## Estratégias de aprendizagem

1. Orientador como modelo
2. Observação real ou de pacientes simulados
3. Prática clínica
4. Feedback da atuação do interno com o orientador
5. Apresentação de casos
6. Reuniões de serviço
7. Discussão em pequenos grupos
8. Participação nas atividades de outros profissionais do CS
9. Contacto com o Serviço de Saúde Pública
10. Pesquisa bibliográfica
11. Curso da Coordenação
12. Realização de trabalho de Revisão
13. ....

### **3. Medicina Geral e Familiar – competências nucleares**

O termo “competência” é entendido como a capacidade de resolver determinado problema ou exercer determinada função de forma adequada à prática da especialidade.

As competências nucleares em Medicina Geral e Familiar, cuja base foi estabelecida pela WONCA na sua definição da especialidade em 2002 ([www.woncaeurope.org](http://www.woncaeurope.org)) e na Agenda Educacional do EURACT em 2005 ([www.euract.org](http://www.euract.org)), são a base educacional do futuro médico de família e, por isso, são transversais aos restantes objetivos e competências.

Estas competências podem e devem ser adquiridas primordialmente no ambiente dos Cuidados de Saúde Primários (CSP), embora se recomende uma aprendizagem abrangente, incluindo os conhecimentos adquiridos nos Cuidados Hospitalares (CH).

## 3. A. Gestão em Cuidados de Saúde Primários

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Gerir o contacto primário com os pacientes, lidando com problemas não seleccionados</b>			
- Conhece a epidemiologia dos problemas e queixas que surgem nos cuidados primários		I	
- Demonstra conhecimentos sobre os sintomas e queixas mais frequentes, tal como se apresentam nos cuidados primários, sobretudo em fases precoces, seu diagnóstico e possibilidades terapêuticas		II	
- Realiza uma abordagem que permite boa acessibilidade aos pacientes com problemas indiferenciados		II	
- Realiza uma abordagem organizativa da gestão das situações crónicas		IV	
<b>2. Cobrir todo o leque de problemas de saúde</b>			
- Conhece as atividades preventivas necessárias à prestação de cuidados primários		I	
- Demonstra aptidões médicas nas situações agudas, crónicas, preventivas, paliativas, urgentes e de reabilitação		III	
- Demonstra aptidões clínicas para a anamnese, exame objetivo e uso de exames complementares para o diagnóstico das situações apresentadas pelos pacientes nos cuidados primários		III	
- Demonstra aptidões terapêuticas que incluem a abordagem não medicamentosa e medicamentosa do tratamento		III	

destas situações			
– É capaz de estabelecer prioridades entre problemas		II	
<b>3. Coordenar a prestação de cuidados com outros profissionais dos cuidados de saúde primários e secundários</b>			
– Conhece a organização da sua unidade de saúde, do <b>aces, do plano local de saúde e manual de articulação</b>		I	
– Domina a comunicação eficiente com outros membros da equipa nuclear ou alargada		I	
– Demonstra aptidões de trabalho efetivo em equipa		III	
– Domina a colaboração eficiente com outros especialistas		III	
<b>4. Dominar a prestação eficaz e adequada de cuidados de saúde e a utilização dos serviços de saúde</b>			
– Conhece a estrutura do sistema de saúde e da função das suas componentes em relação aos cuidados primários		I	
– Referencia adequadamente os pacientes		III	
<b>5. Proporcionar ao paciente os serviços mais adequados dentro do Sistema de Saúde</b>			
– Demonstra aptidões de comunicação para aconselhar, ensinar e tratar os pacientes e as suas famílias		III	
– Demonstra aptidões organizacionais para manter registos, gerir informação, trabalhar em equipa, dirigir uma unidade de saúde e efetuar auditoria da qualidade da prestação de cuidados		IV	
<b>6. Atuar como “advogado” do paciente</b>			
– Desenvolve e mantém uma relação e um estilo de comunicação que se caracterizam pelo estabelecimento de uma parceria com o paciente		III	
– Demonstra capacidades de liderança, negociação e compromisso		IV	
<b>7. Compreender o contexto dos próprios médicos e o ambiente em que trabalham, incluindo condições de trabalho, comunidade, cultura, estruturas financeira e</b>			

<b>reguladora</b>			
- Compreende o impacto da comunidade local, incluindo fatores socioeconômicos, geografia, sobre o local de trabalho e a prestação de cuidados		I	
- Está consciente do impacto da carga laboral total sobre os cuidados prestados aos pacientes e os meios disponíveis para os prestar (por exemplo, pessoal, equipamento)		III	
- Compreende as estruturas financeiras e jurídicas em que são prestados os cuidados de saúde ao nível do ambulatório		I	
- Compreende o impacto do ambiente pessoal (familiar e laboral) do médico sobre os cuidados que presta		I	

**Notas / comentários**

## 3. B. Cuidados Centrados na Pessoa

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Adotar uma abordagem centrada na pessoa ao lidar com os pacientes e os seus problemas no seu contexto e circunstâncias</b>			
- Demonstra compreensão da pessoa, sua evolução, objetivos e aspirações		III	
- Desenvolve um quadro de referência para compreender a influência da dimensão familiar, comunitária, social e cultural nas atitudes, valores e crenças da pessoa		III	
- Domina os conceitos de doença e dor		I	
<b>2. Desenvolver e aplicar a consulta para promover uma eficaz relação médica - paciente, com respeito pela autonomia do paciente</b>			
- Monitoriza o modelo de consulta centrado no paciente que começa pela exploração da agenda do paciente (ideias, preocupações e aspirações), que integra a agenda do formando, encontra plataformas de entendimento e negocia um plano comum para o futuro		IV	
- Comunica a informação de um modo adequado e compreensível (incluindo informar os pacientes sobre concepções pessoais e encontrar plataformas de entendimento para posterior tomada de decisão)		III	
- Toma decisões respeitando a autonomia do paciente		II	
- É consciente da subjetividade da relação clínica, quer sob a perspectiva da pessoa (sentimentos, valores e preferências) quer sob a perspectiva do formando (consciência dos seus		I	

próprios valores, atitudes e sentimentos)			
<b>3. Comunicar, estabelecer prioridades e atuar em parceria</b>			
– Estabelece uma relação de parceria com o paciente		II	
– Sabe equilibrar distância e proximidade com o paciente		II	
<b>4. Proporcionar continuidade e longitudinalidade de cuidados</b>			
– Compreende e domina os três aspetos da continuidade: continuidade pessoal como suporte para toda a vida (atitude adequada a um relacionamento duradouro com a pessoa), continuidade na informação médica adequada em qualquer momento e para todos os contactos necessários com o paciente (presenciais ou não presenciais) e continuidade no atendimento, (pessoalmente ou com recurso a sistemas de substituição)		III	

**Notas / comentários**

## 3. C. Aptidões para a Resolução de Problemas Específicos

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Relacionar os processos específicos de decisão clínica com a prevalência e incidência das doenças na comunidade</b>			
– Conhece as afeções e doenças dos cuidados primários, incluindo a sua incidência e prevalência		II	
– Conhece a população da consulta (distribuição por idades e por género, prevalência de doenças crónicas)		III	
– Demonstra aptidões para tomada de decisões específicas (com recurso a instrumentos como o raciocínio clínico e as regras de decisão)		III	
<b>2. Reunir e interpretar seletivamente a informação recolhida na anamnese, exame objetivo e exames complementares e aplicá-la a um plano de ação adequado em colaboração com o paciente</b>			
– Conhece os pontos relevantes da anamnese e as indicações importantes do exame físico; relaciona uns e outros com o problema apresentado, com especial destaque para a inclusão ou exclusão de possíveis problemas urgentes		II	
– Sabe efetuar a colheita de dados do contexto relevante do paciente, incluindo fatores familiares e sociais		II	
– Conhece e domina os exames complementares e os recursos de tratamento disponíveis para os problemas apresentados		III	
– Demonstra aptidões para a recolha da história clínica, realização do exame objetivo e interpretação dos dados		II	
– Envolve o paciente no plano de ação		II	

<b>3. Adotar princípios de trabalho adequados, por exemplo, pedindo exames complementares de modo sequencial, e usando o tempo como um instrumento e como modo lidar com a incerteza</b>			
– Adota atitudes características de uma orientação generalista incluindo a curiosidade, diligência e atenção		II	
– Adota procedimentos por passos na tomada de decisão médica, usando o tempo como ferramenta de diagnóstico e tratamento		IV	
– Compreende a inevitabilidade da incerteza na resolução de problemas em cuidados primários e no desenvolvimento de estratégias para tolerar a incerteza		IV	
<b>4. Intervir com urgência quando necessário</b>			
– Demonstra aptidões específicas para a tomada de decisão em situações de emergência		III	
– Demonstra aptidões específicas em procedimentos de emergência em situações de cuidados primários		III	
<b>5. Gerir as situações que se apresentam precocemente e de forma indiferenciada</b>			
– Sabe quando esperar e tranquilizar e quando iniciar atos de diagnóstico adicional		III	
<b>6. Utilizar as intervenções diagnósticas e terapêuticas de modo efetivo e eficiente</b>			
– Domina o valor preditivo positivo e negativo dos sintomas e sinais e dos resultados de exames complementares obtidos na recolha de dados e o modo como se relacionam com a prevalência da doença em causa		III	
– Compreende as noções de custo-eficiência e custo-benefício de exames complementares e tratamentos; conhece o número necessário de tratamentos específicos para tratar ou prejudicar		IV	

**Notas / comentários**

## 3. D. Abordagem abrangente

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Gerir simultaneamente múltiplas queixas e patologias, tanto, problemas de saúde agudos como crónicos</b>			
– Compreende o conceito e complementaridades da plurimorbilidade num só paciente		III	
– Gere problemas de saúde simultâneos através da identificação, exploração, negociação, aceitação e estabelecimento de prioridades		IV	
– Usa adequadamente os registos médicos e outras informações		I	
– Procura e dá uso prático à melhor evidência disponível		III	
<b>2. Promover a saúde e o bem-estar das pessoas aplicando adequadamente as estratégias de promoção da saúde e prevenção da doença</b>			
– Compreende o conceito de saúde em todas as suas facetas		I	
– Integra a promoção individual da saúde no âmbito dos contactos diários		II	
– Promove a saúde através de programas específicos de promoção da saúde e de prevenção da doença no contexto dos cuidados primários		II	
– Compreende o papel do médico de família nas atividades de promoção da saúde na comunidade		I	
– Reconhece a importância das tensões éticas entre as necessidades do indivíduo e as da comunidade e atua de forma adequada		IV	

<b>3. Gerir e coordenar a promoção da saúde, prevenção, cura, tratamento, palição e reabilitação</b>			
– Compreende as diferentes possibilidades e contributos dos membros da equipa		III	
– Usa diferentes abordagens no mesmo paciente		II	
– Demonstra capacidades de coordenação de uma equipa de saúde		IV	

**Notas / comentários**

## 3. E. Orientação para a Comunidade

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Conciliar as necessidades de cada paciente e as necessidades de saúde da comunidade em que ele vive, de acordo com os recursos disponíveis</b>			
– Compreende as necessidades de saúde das comunidades a partir das características epidemiológicas da população		I	
– Compreende as inter-relações entre cuidados de saúde e assistência social		I	
– Compreende o impacto da pobreza, da origem étnica e da epidemiologia local sobre a saúde		I	
– Tem percepção das desigualdades nos cuidados de saúde		I	
– Compreende a estrutura do sistema de saúde e suas limitações económicas		I	
– Trabalha com os outros profissionais envolvidos na política comunitária da saúde e compreende o seu papel		I	
– Compreende a importância da informação oriunda da prática clínica e da comunidade como instrumento de garantia da qualidade da consulta		I	
– Compreende como o médico e o paciente podem utilizar o sistema de saúde (referenciação, participações, certificados de incapacidade temporária, problemas jurídicos, etc.) no seu contexto específico		I	
– Concilia as necessidades dos indivíduos com as necessidades da comunidade em que vivem		II	

<b>2. Intervir na violência interpessoal: abordagem, diagnóstico e atuação nos serviços de saúde</b>			
- Promove atos de medicina preventiva no âmbito da violência interpessoal, ao longo do ciclo de vida		II	
- Promove atos de medicina preventiva no âmbito da dependência de substâncias		II	
- Utiliza adequadamente os instrumentos auxiliares pertinentes ao diagnóstico de violência interpessoal: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Avalia a funcionalidade familiar</li> <li>b. Preenche o módulo de avaliação do risco familiar em S. Clínico/programa informático da consulta</li> <li>c. Utiliza a entrevista clínica específica prestando especial atenção a algumas situações particulares: crianças e jovens, grávidas, dependentes, pessoas idosas, imigrantes e possível agressor</li> </ol>		II	
- Diagnostica e gere apropriadamente situações de violência interpessoal: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Identifica indicadores de risco</li> <li>b. Efetua avaliação psicossocial</li> <li>c. Caracteriza a situação de violência (tipologia, frequência, duração, recurso a meios...)</li> <li>d. Realiza exame físico</li> <li>e. Avalia o estado emocional da vítima e/ou possível agressor</li> <li>f. Averigua a fase do processo de mudança na vítima</li> <li>g. Sistematiza a intervenção tendo por base fluxogramas de atuação</li> <li>h. Protege a vítima, intervém no risco para prevenir a evolução para o perigo e evitar a recorrência</li> <li>i. Verifica se há crianças/dependentes expostas à situação</li> <li>j. Promove a denúncia por parte da vítima</li> <li>k. Efetua a denúncia nos casos previstos</li> </ol>		II	
- Regista em processo clínico: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Informações pertinentes</li> <li>b. Documenta lesões/sequelas ou ausência das mesmas, garantindo o consentimento declarado, livre e esclarecido da vítima no caso de recolha de</li> </ol>		II	

<p>material ou registo fotográfico</p> <p>c. Evita o registo subjetivo, com frases que possam dar origem a ambiguidade e contradições</p> <p>d. Sinaliza e atua recorrendo à rede de recursos da comunidade: forças policiais e Tribunais, equipa para a prevenção da violência, núcleo de apoio a crianças e jovens e risco, Serviço de Urgência, gabinetes de apoio à vítima/agressor, Instituto de Medicina Legal, outros profissionais de saúde (Enfermagem, Psicologia, Serviço Social, Nutrição...)</p>			
---	--	--	--

**Notas / comentários**

**3. F. Abordagem Holística**

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Usar um modelo biopsicossocial levando em conta as dimensões cultural e existencial</b>			
– Conhece o conceito holístico e as suas implicações nos cuidados ao paciente		I	
– Demonstra capacidade de compreender o paciente como um todo biopsicossocial		I	
– Demonstra aptidão para transformar a compreensão holística em medidas práticas		III	
– Conhece os antecedentes culturais e existenciais do paciente, relevantes para os cuidados de saúde		II	
– Demonstra tolerância e compreensão das experiências, crenças, valores e aspirações do paciente que possam afetar a prestação dos cuidados de saúde		I	

**Notas / comentários**

## 4. Medicina Geral e Familiar – competências adicionais

### 4. A. Gestão da prática clínica

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Capacidade de aplicar estratégias de conhecimento do seu contexto de trabalho para a melhoria contínua da prática</b>			
Conhece e maneja os recursos e as fontes de informação necessários ao conhecimento da comunidade onde se insere a sua unidade de colocação		III e IV	
Conhece e maneja os recursos e as fontes de informação necessários ao estudo da lista de utentes que constitui o seu campo de estágio		III e IV	
Descreve as características pertinentes da lista de utentes com a qual trabalhou: demografia, morbilidade e comportamentos de procura de serviços		III e IV	
Identifica fatores de disfunção organizativa no seu contexto e metodologias de trabalho, e é capaz de propor soluções para a sua correção.		III e IV	
<b>2. Capacidade de gerir a consulta e usar adequadamente o tempo</b>			
Propõe uma apropriada distribuição do seu tempo de trabalho, permitindo-lhe obter uma exposição a tipos de prática clínica diversificados e que rentabilizem os recursos formativos disponíveis		IV	
Adequa o tempo de consulta às características do paciente, da consulta e às particularidades locais ou a circunstâncias imprevistas		IV	

Estabelece hierarquias de prioridade na abordagem de problemas na consulta, envolvendo o paciente nessa priorização		IV	
<b>3. Reflexão crítica sobre o seu trabalho</b>			
Realiza o estudo dos principais motivos de consulta, problemas e procedimentos por consulta		III e IV	
Caracteriza a lista quanto aos aspetos sócio -demográficos, tipos de família, problemas de saúde, etc.		III e IV	
Estuda e analisa comparativamente com <i>gold standards</i> o conteúdo da sua prática clínica quanto ao seu volume e conteúdo		IV	
Propõe indicadores de desempenho que permitam caracterizar a sua prática, e adapta-a em função do desempenho encontrado		IV	

**Notas / comentários**



## 4. B. Cuidados à Família e na Sociedade

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Compreender o conceito de família, as suas tipologias e o seu impacto na gestão da saúde e doença dos seus membros</b>			
Efetua uma anamnese familiar orientada para a identificação da estrutura, funcionalidade, antecedentes, recursos e riscos associados à família do paciente em consulta		II	
Conhece e aplica quando indicado métodos de avaliação da funcionalidade familiar		II	
É sensível aos sinais indiretos de disfunção familiar passíveis de identificação nos pacientes em consulta		II	
<b>2. Apoiar a mobilização dos recursos individuais e familiares</b>			
Avalia apropriadamente os recursos e as necessidades das famílias com doença crónica ou disfunção		II	
Conhece e sabe mobilizar os recursos comunitários de apoio aos indivíduos e famílias		II	
<b>3. Aplicar os principais métodos de avaliação da família</b>			
Aplica adequadamente estes métodos na prática clínica (Aplicação a 5 famílias)		II	
<b>4. Identificar e orientar situações de risco laboral</b>			

Considera os riscos laborais identificados na anamnese no estabelecimento de planos globais de educação para a saúde		III	
Diagnostica adequadamente situações de doença potencialmente associada ao trabalho, e sabe como articular com a Autoridade para as Condições do Trabalho		III	
		III	

**Notas / comentários:**

## 4. C. Cuidados no Domicílio

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Efetuar cuidados apropriados no domicílio</b>			
- Desenvolve metodologias de identificação dos pacientes dependentes da lista de utentes		II	
- Caracteriza as dependências e os riscos clínicos e sociais		II	
<b>2. Avaliar corretamente as características especiais da consulta no domicílio</b>			
- Propõe o conteúdo e organiza a sua própria mala de domicílios		II	
- Sabe identificar as principais diferenças entre a consulta no domicílio e a consulta no consultório			
- Sabe lidar com a alteração de papéis e condições que decorrem da mudança do ambiente da consulta		II	
-Sabe gerir uma agenda de domicílios			
- Sabe adequar a sua postura como técnico de saúde ao ambiente da pessoa		II	
<b>3. Efetuar corretamente uma avaliação multidimensional da pessoa no domicílio</b>			
- Realiza a avaliação do estado físico, psíquico, mental, social e familiar da pessoa e família		II	
- Efetua corretamente o seguimento de pessoas com doenças crónicas e/ou terminais no domicílio		IV	
- Atua de acordo com os problemas de saúde em presença adequando o seu plano de intervenção aos meios sócio -		III	

sanitários à disposição			
- Faz a revisão oportunista da farmacopeia doméstica do paciente		III	
- Propõe oportunisticamente estratégias de redução de riscos de quedas e acidentes domésticos		II	
- Reconhece os sinais indicadores de mau prognóstico		IV	
- Conhece, informa e inclui os cuidadores formais e informais da pessoa no plano de intervenção		III	
- Coordena os cuidados a pessoa em cooperação com os restantes profissionais de saúde envolvidos e com os meios de apoio da comunidade bem como referência à rede de cuidados continuados		IV	
- Programa o seguimento dos pacientes em cuidados domiciliários			
<b>4. Caracterização das consultas domiciliárias</b>			
- Realizar o estudo das consultas domiciliárias efetuadas, no que respeita a população-alvo, organização da consulta, tipo de iniciativa, motivos de consulta e problemas identificados		IV	

**Notas / comentários**



## 4. D. Comunicação

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Respeitar o paciente como pessoa e parte ativa no processo de prestação de cuidados</b>			
Evidencia interesse, correção e cortesia para com os pacientes no contacto social		I	
Apresenta-se apropriadamente na consulta, adotando uma atitude profissional		I	
Explica adequadamente os procedimentos que propõe, e cria condições para que o exame físico ou outros gestos técnicos decorram com a privacidade, conforto e dignidade possíveis		II	
Sabe como explorar as crenças e opções do paciente, respeita-as e integra-as no plano de cuidados		IV	
Promove a decisão clínica informada e partilhada		III	
<b>2. Comunicar de modo adequado com diferentes tipos de pacientes e em circunstâncias variadas</b>			
Comunica de modo claro, fluente, adequado ao paciente e à circunstância		II	
Responde apropriadamente à manifestação de emoções do paciente na consulta		IV	
Domina técnicas de comunicação verbal e não-verbal		III	
Usa, quando indicado, suportes de apoio à comunicação com o paciente para melhorar a efetividade da consulta		III	
Gere com assertividade manifestações de agressividade		IV	
Valoriza, explica e integra adequadamente no plano de		IV	

cuidados, as manifestações físicas de sofrimento psicológico e os sintomas físicos medicamente não explicáveis			
Promove o estabelecimento de relações clínicas saudáveis, envolvendo quando apropriado familiares e/ou cuidadores		II	
<b>3. Tomar parte, de modo adequado, na equipa de prestação de cuidados</b>			
É cortês, adequado e assertivo na sua comunicação com pares e outros membros da equipa de saúde		I	
Comunica fluentemente por escrito com os Colegas no processo de referenciação		II	
Evidencia uma atitude profissional de respeito e solidariedade pela equipa e pelos pares		I	
É responsável e íntegro		I	

**Notas / comentários**

## 4. E. Sistemas de Informação

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Conhecimento operativo dos sistemas de informação necessários à prática clínica do Médico de Família</b>			
Possui competências informáticas básicas que lhe permitem utilizar o <i>software</i> disponível na unidade de saúde		I	
Sabe como obter suporte informático técnico para a resolução de problemas com as aplicações usadas na prática clínica		I	
Conhece e sabe utilizar adequadamente várias ferramentas informáticas necessárias à prática clínica		I	
<b>2. Utilização partilhada efetiva dos sistemas de informação</b>			
Efetua registos clínicos apropriados nos suportes em uso, e partilha-os, quando indicado, com a restante equipa de saúde		II	
Sabe obter informação útil à gestão clínica de cada paciente, proveniente de outros profissionais e/ ou instituições, usando as plataformas disponíveis		II	

## Notas / comentários

## 4. F. Sistemas de monitorização e garantia da Qualidade e Intervenção na Comunidade

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Aplicar os princípios do desenvolvimento contínuo da Qualidade na sua prática diária</b>			
- Conhece os princípios do ciclo de garantia da Qualidade e do ciclo de planeamento em saúde		III	
- Sabe utilizar aspetos do desempenho início do ciclo de melhoria contínua		III	
- Elabora, aplica e apresenta os resultados de um ciclo de Melhoria Contínua da Qualidade na Unidade de Saúde		III	
- Sabe utilizar o diagnóstico de situação de saúde do ACeS como início de um ciclo de planeamento em saúde		III	
- Elabora, aplica e apresenta os resultados de um trabalho de Intervenção na população abrangida pela USF/ACeS		III	

**Notas / comentários**

#### 4. G. Ética Médica

O médico de família deve manter uma atitude ética irrepreensível nas suas relações com as pessoas, os outros profissionais, as instituições e a sociedade em geral. Este compromisso ético deve basear-se no respeito pela autonomia, não -maleficência e beneficência da pessoa.

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Lidar com as suas capacidades, valores e ética pessoais</b>			
– Está consciente das suas capacidades e valores pessoais, identificando os aspetos éticos da prática clínica (prevenção/diagnóstico/terapia/fatores que influenciam o estilo de vida)		I	
– Está consciente de si: compreende que as atitudes e sentimentos de cada um são importantes para o modo como exerce a sua prática		I	
– Demonstra valores e atitudes éticos na prática: respeito pela privacidade, confidencialidade, dignidade e direitos dos pacientes, confiança, equidade de cuidados		I	
– Está consciente da mútua interação entre trabalho e vida privada e busca um bom equilíbrio entre ambas		I	
<b>2. Minimizar o risco de erro e lesão para o paciente</b>			
- Desenvolve práticas de prevenção da ocorrência de erro médico		III	
- Fornece informação clara e completa aos pacientes sobre o diagnóstico, tratamento e prognóstico		II	
- Explica o porquê da decisão do tratamento e antecipa		II	

potenciais riscos e benefícios			
- Fornece informação completa ao paciente sobre a natureza dos seus problemas, abordagem e plano de ação		II	
- Assegura um seguimento e acessibilidade adequados ao paciente		II	
- Contribui para a melhoria da segurança dos utentes através da avaliação crítica e construtiva dos incidentes observados		III	

**Notas / comentários**

#### 4. H. Investigação e desenvolvimento científico

Todos os médicos de família devem utilizar e/ou colaborar com a investigação como base da sua prática clínica, bem como pugnar pelo seu desenvolvimento profissional contínuo. Sempre que possível, devem estar envolvidos em atividades de formação. As competências mínimas em investigação requeridas para o futuro médico de família são as do utilizador médio das técnicas de investigação correntes.

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Adotar uma abordagem crítica da sua prática, baseada na investigação, e mantê-la com recurso à formação contínua e à melhoria da qualidade</b>			
- Está familiarizado com os princípios gerais, métodos, conceitos da investigação científica		II	
- Tem conhecimentos básicos de estatística		II	
- Conhece as bases científicas da patologia, sintomas e diagnóstico, terapêutica e prognóstico, epidemiologia, teoria da decisão, teorias da formação de hipóteses e da resolução de problemas, cuidados de saúde preventivos		II	
- Demonstra capacidade de distinguir a informação relevante para a prática clínica e para o paciente		II	
- Demonstra capacidade de formulação de uma pergunta de investigação, identificar os métodos apropriados de investigação, desenvolver um questionário, estudar e discutir os resultados e resumir as conclusões		II	
- Demonstra capacidade de encontrar, ler e avaliar criticamente literatura médica;		II	
- Realiza um projeto de investigação individual ou em grupo		II	
- Realiza um trabalho de investigação individual ou em grupo		IV	

- Desenvolve e mantém a sua formação contínua e melhoria da qualidade		IV	
<b>2. Praticar medicina com base na melhor evidência científica</b>			
- Baseia as suas decisões na melhor evidência científica disponível		III	
- Aplica os conhecimentos científicos de forma crítica, tendo em conta o âmbito dos Cuidados de Saúde Primários		III	
- Demonstra conhecimentos atualizados e baseia as suas informações aos pacientes na evidência		III	

**Notas / comentários**

## 4. I Procedimentos Administrativos Decorrentes da Atividade Clínica do Médico de Família

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Certificar incapacidade temporária para o trabalho</b>			
Conhece a legislação de suporte à certificação da incapacidade temporária para o trabalho por doença		I	
Executa avaliações clínicas adequadas à decisão de certificar ou não incapacidade para o trabalho		I	
Executa corretamente os procedimentos para a emissão de CIT no suporte apropriado		I	
<b>2. Atestar saúde ou doença</b>			
Conhece os modos habituais de produzir atestados ou certificados de condição de saúde ou de doença para os fins legalmente previstos		II	
Conhece a legislação de suporte à decisão de atestar ou não a aptidão para a condução dos vários tipos de veículos, e sabe avaliar e mobilizar os recursos adjuvantes necessários a essa avaliação cabal		IV	
<b>3. Descrever o estado de saúde em relatório circunstanciado</b>			
Sabe produzir relatório clínico tradutor do estado de saúde global de um paciente para fins de avaliação de incapacidade temporária ou permanente, ou para outros legais e solicitados pelo mesmo		II	
<b>4. Orientar para obtenção de isenção de taxas moderadoras</b>			
Conhece a legislação de suporte à atribuição de isenção de taxas moderadoras na saúde		IV	

Pratica aconselhamento apropriado dos pacientes para a sua obtenção.		IV	
<b>4. Reconhecer e certificar o óbito</b>		III	

**Notas / comentários**

## 5. Cuidados a grupos vulneráveis e de risco

### 5. A. Saúde Infantil/Juvenil

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Conhecer e realizar o acompanhamento periódico da criança e do adolescente</b>			
- Conhece o plano de vigilância periódica infantil e juvenil		I	
- Demonstra capacidade para realizar a consulta de saúde infantil adequada a cada faixa etária		II	
- Executa o exame sistemático do Recém-Nascido		II	
- Conhece as Vitaminas, Minerais e Oligoelementos aconselhados de acordo com as particularidades do latente		II	
- Conhece a importância, tempo e técnica do teste de Guthry no âmbito do Programa Nacional de Diagnóstico Precoce		I	
- Executa o rastreio oftalmológico e auditivo de acordo com a idade da Criança		II	
- Conhece os parâmetros a avaliar, cuidados antecipatórios e sinais de alarme de acordo com a idade da criança		II	
- Valoriza e gere adequadamente problemas de desenvolvimento		II	
- Efetua o regista apropriado no Boletim de Saúde Infantil e Juvenil e na ficha clínica própria e no suporte de registo da consulta, valorizando a sua importância e precisão		I	
- Demonstra a importância do aleitamento materno, motivando as mães após as 27 semanas de gravidez e		I	

promovendo-o logo desde o nascimento, estando atento às dúvidas e dificuldades para a sua implementação			
- Conhece e maneja a diversificação alimentar do lactente		II	
- Conhece e aconselha a alimentação adequada às diferentes idades pediátricas e diferentes particularidades clínicas da criança		II	
- Promove atividade física nas crianças e jovens de acordo com a idade		II	
- Conhece o Programa Nacional de Vacinação em vigor		I	
- Informa os pais /representantes legais quanto as vacinas extra- plano		I	
- Conhece e aconselha estilos de vida saudáveis		II	
- Realiza o despiste e prevenção de comportamentos de risco, previne acidentes e antecipa situações de crise		II	
- Domina técnicas de comunicação com crianças e adolescentes		III	
- Sabe diagnosticar e orientar os policonsumos nos adolescentes e jovens entre os 10 e os 24 anos		III	
- Aborda de forma adequada e empática os problemas mais comuns da adolescência, sensibilizando para hábitos de vida saudáveis e prevenção de riscos		III	
- Reconhece e sinaliza precocemente crianças e jovens em risco, suspeitas de serem vítimas de maus tratos ou com necessidades especiais		III	
<b>2. Saber diagnosticar e manejar os problemas de saúde mais frequentes no recém-nascido e lactente</b>			
- Diagnostica, trata ou referencia adequadamente problemas como: icterícia, vômitos, recusa alimentar, hipoglicemia, hipotermia, alterações do exame neurológico, malformações congénitas, problemas do cordão umbilical, regurgitação, dermatite das fraldas, hérnia umbilical ou inguinal, alterações das dejeções, febre, convulsões, sopro cardíaco		II	

<b>3. Saber diagnosticar e manejar os problemas de saúde mais frequentes na infância</b>			
- Diagnostica, trata ou referencia adequadamente problemas como: doença cardíaca congênita, HTA, doenças inflamatórias (artrite reumatoide juvenil, vasculites), glomerulonefrites, refluxo vesico-uretral, enurese, encoprese, transtornos alimentares (“falta de apetite”, refluxo gastroesofágico, síndromas de má absorção, má nutrição, intolerância alimentar, parasitoses), dor abdominal crônica, cefaleias, anemia, adenite cervical, doenças linfoproliferativas, convulsões, alergia/ atopia, eczema atópico, infecções cutâneas bacterianas, fúngicas e virais, urticária, acne, eritema multiforme, asma, rinite alérgica, alterações ortopédicas (pés boto e plano, luxação congênita da anca, desvios axiais da coluna), alterações do olho (ambliopia, estrabismo, estenose do canal lacrimal) ou audição e alterações do comportamento		II	
<b>4. Saber diagnosticar, tratar e/ou orientar os problemas agudos de saúde na infância</b>			
- Diagnostica, trata ou referencia adequadamente problemas como: febre convulsões, falso croup, dificuldade respiratória, dor abdominal aguda, vômitos, diarreia, intoxicações meningite, desidratação e queimaduras		II	
<b>5. Saber diagnosticar e referenciar no tempo adequado as principais patologias cirúrgicas da infância</b>			
- Freios da língua e interdental, quisto da cauda da sobancelha; hélix valgus (orelhas em abano); fenda labial; fenda palatina; quistos e fístulas branqueais; hérnia umbilical; hérnia inguinal / inguino-escrotal; hidrocelo comunicante e quisto do cordão; criptorquidia bilateral; criptorquidia unilateral; torsão do testículo; fimose; fimose com balanites ou itu; parafimose; hímen imperfurado; hipospádias; sindactilia; polidactilia; hemo e linfangioma.		II	
<b>6. Saber manejar os principais instrumentos de diagnóstico na infância</b>			

- Anamnese, exame físico, gráficos de percentil de peso, estatura, IMC e TA, balança, pediômetro, termômetro, tabela de Snellen, Pigassu ou LEA, Combur, interpretação e ajuste dos resultados laboratoriais à idade, radiologia básica		II	
---	--	----	--

**Notas / comentários**



## 5. B. Saúde da Mulher

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Efetuar adequadamente a orientação dos casais em pré – concepção</b>			
<p>Determinar/efetuar</p> <p>Determinar estado geral de saúde da mulher/casal e respetivos antecedentes pessoais e familiares; avaliação física; avaliação laboratorial do casal; rastreio do cancro do colo do útero; avaliação do estado vacinal e atualização do PNV; avaliação do estado nutricional; avaliação do consumo de tabaco, álcool e outras SPA; avaliação de fatores de risco social; rastreio da violência nas relações de intimidade; avaliação de fatores de risco familiares / contextos de vida; Preenchimento do BSR/PF (Avaliação pré-concepcional).</p>		II	
<p>Informar /Validar /Requisitar</p> <p>Suplemento de ácido fólico e iodo; Ponderar referência para consulta de cessação tabágica, a consulta de psicologia, consulta com assistente social ou para Unidade de Cuidados na Comunidade; Ponderar referência para HAP ou HAPD (de acordo com protocolo de cada UCF) ou para as Equipas para a Prevenção da Violência em Adultos (EPVA) e Núcleos de Apoio às Crianças e Jovens em Risco.</p>		II	
<b>2. Efetuar adequadamente a vigilância de Saúde Materna</b>			
<p>- Conhece os aspetos fisiológicos e psicológicos do normal desenvolvimento da gravidez, aplicando os cuidados antecipatórios adequados a cada fase da mesma</p>		I	
<p>- Conhece e executa o plano de vigilância da gravidez de baixo risco previsto no Programa Nacional respetivo, e eventuais particularidades do protocolo da Unidade Coordenadora Funcional (UCF) de Saúde Materna da área geográfica de</p>		III	

formação			
- Demonstra capacidade para uma avaliação humanizada da grávida e do casal, avaliando o risco pré-natal nas suas várias dimensões		III	
- Avalia adequadamente o risco clínico numa gravidez, referenciando ou não apropriadamente a cuidados hospitalares		III	
- Realiza corretamente a auscultação fetal, medição da altura uterina, toque vaginal, determinação da apresentação fetal e dilatação		II	
- Promove a imunização atempada da grávida com as vacinas recomendadas		I	
- Solicita ou executa, e interpreta adequadamente, os vários procedimentos de monitorização de uma gravidez de baixo risco (clínicos, laboratoriais e ecográficos)		II	
- Aborda os cuidados antecipatórios adequados em cada fase da gravidez			
- Efetua registos apropriados no Boletim de Saúde da Grávida e no suporte de registo clínico da consulta, valorizando a sua importância, valorizando a sua importância e precisão		I	
- Identifica o risco dos fármacos durante a gravidez e o aleitamento e aplica ferramentas de apoio à prescrição segura nestes contextos		II	
- Conhece os principais fatores de risco de teratogenicidade		II	
- Reconhece os sinais de início de trabalho de parto		II	
- Conhece a importância do aleitamento materno, sabe como incentivá-lo e como resolver as dificuldades e dúvidas a ele associados		II	
- Realiza o exame de revisão do puerpério adequado		II	
- Recruta os recursos familiares e comunitários de apoio à gravidez, parto e puerpério		II	
- Reconhece e sabe lidar com os problemas físicos e psicológicos da mãe no período pós-parto		II	

- Conhece e efetua aconselhamento contraceptivo pós gravidez		II	
- Respeita os aspetos éticos e legais relacionados com os problemas ginecológicos, a gravidez, o parto e o puerpério		II	
<b>2. Diagnosticar, tratar e/ou orientar os problemas de saúde mais frequentes durante a gravidez e puerpério</b>			
- Aborda corretamente problemas como: infeções respiratórias, urinárias, ginecológicas, cáries, insuficiência venosa dos membros inferiores, alterações digestivas, etc.		II	
- Aborda correta e atempadamente situações de ameaça de abortamento, ameaça de parto pré-termo, infeções do grupo TORCH, pré-eclampsia e eclampsia, diabetes e hipertensão arterial		II	
- Conhece e sabe lidar com a patologia mais frequente do puerpério		II	
<b>3. Conhecer as etapas do desenvolvimento genital, incluindo os aspetos psicológicos que as acompanham, efetuando uma abordagem humanizada dos problemas ginecológicos nas diferentes etapas da vida</b>		II	
<b>4. Desenvolver estratégias de educação para a saúde no âmbito da sexualidade, adaptadas à idade e contexto sociocultural</b>		II	
<b>5. Saber efetuar os procedimentos ginecológicos básicos</b>			
- Realiza uma entrevista clínica adequada		II	
- Realiza o exame ginecológico corretamente		I	
- Realiza a palpação mamária corretamente		I	
- Realiza esfregaços cervico-vaginais com técnica adequada		I	
<b>6. Conhecer e dominar os diferentes meios de contraceção (incluindo treino de aptidões técnicas inerentes à aplicação dos mesmos)</b>			

- Informa e aconselha quanto à contraceção do casal e prescreve cada um dos métodos contraceptivos		II	
- Sabe efetuar a inserção e remoção de dispositivos intrauterinos e de implantes hormonais subcutâneos		II	
<b>7. Conhecer a fisiologia da mulher em climatério, efetuando uma abordagem holística da sintomatologia e terapêutica desta fase da vida</b>			
- Diagnostica adequadamente a mulher em menopausa		II	
- Domina a utilização e indicações dos tratamentos contraceptivos e hormonais na peri-menopausa com base na evidência		II	
<b>8. Saber efetuar a abordagem do casal infértil</b>			
- Conhece os conceitos de infertilidade e esterilidade		I	
- Efetua o estudo inicial do estudo de infertilidade		II	
- Referencia o casal infértil de forma adequada e atempada		II	

## Notas / comentários

## 5. C. Rastreio Oncológico

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Conhece as normas vigentes quanto ao rastreio oncológico em Portugal – Plano Nacional Oncológico – como, quando e a quem?</b>		I	
<b>2. Rastreio do cancro da mama</b>			
- Sabe interpretar os resultados da mamografia e orientar a paciente de acordo com os mesmos		II	
<b>3. Rastreio do cancro do colo do útero</b>			
- Realiza colheita de esfregaço cervico-vaginal com técnica adequada		I	
- Sabe interpretar os resultados da citologia e orientar a paciente de acordo com os mesmos		II	
<b>4. Rastreio do cancro do cólon</b>			
- Sabe interpretar os resultados do rastreio e orientar o paciente de acordo com os mesmos		II	
<b>5. Aborda com o paciente as controvérsias do rastreio do cancro da próstata</b>		II	

Notas / comentários

## 5. D. Cuidados à Pessoa Idosa

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Integrar o impacto do envelhecimento na atuação clínica do MF</b>			
- Conhece o processo fisiológico do envelhecimento		I	
- Conhece as alterações físicas, psicológicas e sociais do envelhecimento		I	
- Adapta a anamnese e o ritmo da consulta às necessidades de comunicação efetiva com o paciente idoso		II	
- Aplica adequadamente escalas de avaliação de funcionalidade e de dependência no paciente idoso		III	
- Sabe estudar a população idosa da lista e planejar as suas atividades de acordo com as necessidades de cuidados identificadas		III	
- Utiliza estratégias adequadas de gestão da prescrição no idoso (ex. critérios STOPP/ START)		IV	
- Mobiliza os recursos sociais da comunidade necessários ao apoio às atividades de vida diária e à manutenção da funcionalidade do idoso no seu domicílio		IV	
<b>2. Conhecer e aplicar as atividades preventivas recomendadas no idoso (tabaco, exercício, alimentação, acidentes, vacinação, etc.)</b>		II	
<b>3. Diagnosticar, saber tratar e/ou saber referenciar os principais problemas geriátricos</b>			
- Deterioração cognitiva, demência, síndrome confusional		III	

- Incontinência urinária		III	
- Instabilidade e quedas		III	
- Imobilidade e suas consequências		III	
- Iatrogenia		III	
- Desnutrição e malnutrição		III	
- Alterações da visão e audição		III	
<b>4. Saber tratar e/ou orientar adequada e atempadamente as situações de doença aguda no idoso</b>			
Decidir adequadamente quando gerir no domicílio / em CSP e quando referenciar ao hospital a doença aguda no idoso		III	
<b>5. Efetuar a gestão apropriada de sintomas comuns no paciente idoso</b>			
Insónia		III	
Depressão		III	
Dor		II	
Fadiga		II	
<i>Delirium</i>		II	
Quedas		II	
Úlceras de pressão		II	
Obstipação		II	
Retenção urinária		III	
Anorexia		III	
Perda ponderal		II	
Sarcopenia		III	
Problemas dentários		II	
Disfunção sexual		III	

<b>6. Dominar técnicas de diagnóstico e terapêutica</b>			
- Demonstra capacidades de comunicação na anamnese		III	
- Realiza um exame físico adequado		I	
- Aplica escalas e instrumentos de avaliação específicos		II	
- Demonstra manejar adequadamente o uso de fármacos no idoso		III	

**Notas / comentários**

**5. E. Cuidados Continuados, aos cuidadores e na fase de luto**

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Conhecer o funcionamento e objetivos da Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI)</b>		IV	
<b>2. Conhecer as diversas tipologias de internamento existentes nesta RNCCI e quais os critérios de admissão às mesmas</b>		IV	
<b>3. Integrar ativamente as equipas de cuidados aos pacientes terminais da sua lista de utentes, compreendendo a importância da abordagem multiprofissional deste problema</b>		IV	
<b>4. Referenciar adequadamente pacientes para a RNCCI</b>		IV	
<b>5. Intervir em todas as fases do processo de internamento numa Unidade de Convalescença</b>		IV	
<b>6. Conhecer os princípios dos cuidados paliativos em CSP</b>			
- Abrange na sua atividade todo o leque de necessidades físicas, psíquicas, sociais e espirituais do paciente terminal		III	
- Demonstra capacidade de comunicar de forma efetiva com o paciente e cuidadores sobre a doença, tratamento, complicações e prognóstico		III	
- Maneja o processo de cuidados continuados ao paciente terminal com cancro ou com doença terminal não neoplásica do foro cardiovascular, respiratório, neurológico e infeccioso, envolvendo os diversos profissionais do terreno		IV	
- Conhece, previne e diagnostica atempadamente os principais sintomas e complicações existentes nesta fase da vida		III	
<b>7. Integrar os cuidadores no plano de acompanhamento do paciente terminal</b>			

- Está consciente da importância dos cuidadores (familiares ou outros) no processo de acompanhamento da fase final da vida do paciente		III	
- Conhece o impacto, está atento e antecipa os problemas físicos, psíquicos, sociais e/ou espirituais dos cuidadores		IV	
- Estabelece plano de apoio à família após a morte do paciente		IV	
- Identifica e maneja adequadamente os sintomas de luto normal e patológico		IV	

**Notas / comentários**

## 5. F. Situações de risco familiar e social

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Identificar famílias de risco</b>			
- Conhece e domina o uso de métodos de avaliação familiar		I	
- Realiza uma anamnese sócio familiar adequada		I	
- Identifica os recursos pessoais e familiares		I	
- Valoriza e compreende o significado de sintomas associados a disfunção familiar, atuando adequadamente		II	
- Está atento e identifica situações de risco / reais de violência familiar, atuando adequadamente do ponto vista clínico, social		III	
Sabe quando e como comunicar com a Comissão de Proteção de Crianças e Jovens e com o Ministério Público		III	
- Conhece as repercussões da violência doméstica na saúde individual e da família e as possibilidades de intervenção		II	
<b>2. Identificar pessoas em risco de exclusão social: imigrantes, toxicodependentes, minorias étnicas, transtornos mentais, pobreza, marginalidade, deficiência</b>			
- Conhece e orienta adequadamente os problemas de saúde mais frequentes nas pessoas em exclusão social		III	
- Coordena os cuidados das pessoas em exclusão social com os restantes profissionais da equipa		III	
- Conhece e utiliza os recursos comunitários, integrando-os nos cuidados globais aos pacientes		IV	
- Identifica os recursos pessoais e familiares da pessoa em risco		I	

**Notas / comentários**

## 6. Problemas de saúde

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Adequar a sua atuação ao indivíduo e aos seus problemas de saúde</b>			
- Realiza uma anamnese detalhada e dirigida ao quadro clínico do paciente		I	
- Realiza o exame físico adequado ao (s) problema (s) do paciente		I	
- Escolhe e utiliza a melhor estratégia diagnóstica		I	
- Interpreta os resultados dos exames auxiliares de diagnóstico		I	
- Indica as medidas higieno-dietéticas adequadas		I	
- Indica as medidas farmacológicas adequadas		II	
- Domina os efeitos secundários e interações dos fármacos utilizados		III	
- Conhece e indica os procedimentos de seguimento adequados a cada problema de saúde		III	
- Decide e efetua a referenciação adequada do paciente a outros níveis de cuidados		III	
- Valoriza a necessidade e oportunidade de intervenções de prevenção e promoção da saúde de acordo com as recomendações nacionais e internacionais		I	
- Apresenta um raciocínio biopsicossocial, valorizando o contexto familiar, laboral e social do indivíduo		I	

---

- Integra-se no trabalho da equipa multidisciplinar nos cuidados ao indivíduo		IV	
---	--	----	--

**Notas / comentários**

## 6. A. Problemas cardiovasculares

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Conhecer e aplicar as atividades preventivas e medidas profiláticas, tendo em conta:</b>			
- Procura activamente, sinaliza e planeia estratégias de redução de impacto de factores de risco cardiovascular		I	
- Avalia a pressão arterial adequadamente e com a periodicidade recomendada como procedimento preventivo		I	
- Descreve e clarifica a periodicidade recomendada em função do contexto de cada paciente para a avaliação do perfil lipídico		I	
- Avalia e aplica consequentemente o nível de risco cardiovascular individual do paciente		I	
- Prescreve a antiagregação plaquetária e a hipocoagulação quando indicadas		IV	
- Aplica medidas de prevenção da endocardite bacteriana quanto indicadas		I	
- Recomenda activamente medidas não farmacológicas de redução do risco tromboembólico		I	
<b>2. Diagnosticar, saber tratar e/ou saber referenciar os seguintes problemas cardiovasculares</b>			
- Hipertensão arterial essencial		III	
- Hipertensão arterial secundária		III	
- Insuficiência cardíaca		III	
- Cardiopatia isquémica		III	
- Valvulopatias		III	

- Fibrilação auricular		III	
- Palpitações e outras arritmias		III	
- Hiperlipidemias		III	
- Doença arterial periférica		III	
- Insuficiência venosa periférica		III	
<b>3. Saber:</b>			
- Medir corretamente a tensão arterial		I	
- Efetuar e interpretar eletrocardiogramas		III	
- Efetuar o cálculo do risco cardiovascular		I	
- Interpretar a radiografia torácica simples		I	
- Utilizar técnicas de anticoagulação		IV	
- Utilizar adequadamente e interpretar os meios de diagnóstico: ECG, ecocardiograma, MAPA, Holter, Ultrassonografia, Doppler arterial dos membros inferiores, Doppler venoso dos membros inferiores		III	

**Notas / comentários**



## 6. B. Problemas respiratórios

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Conhecer e realizar as atividades preventivas na população geral e de risco</b>		II	
<b>2. Saber realizar a abordagem ao tabagismo:</b>			
- Assistir a pelo menos 5 consultas de cessação tabágica		II	
- Realizar consultas de cessação tabágica		III	
<b>3. Diagnosticar, tratar e/ou saber referenciar os seguintes problemas respiratórios:</b>			
- Asma, DPOC e suas agudizações		III	
- Pneumonia adquirida na comunidade		III	
- Insuficiência respiratória aguda e crónica		III	
- Tuberculose pulmonar		III	
- Hemoptises		III	
- Derrame pleural		III	
- Pneumotórax		III	
- Bronquiectasias		III	
- Nódulo solitário do pulmão		III	
- Neoplasias malignas aparelho respiratório		III	
<b>4. Saber:</b>			
- Interpretar a radiografia torácica simples		I	
- Interpretar prova tuberculínica		I	
- Interpretar espirometria simples		III	

5. Conhecer as indicações para os seguintes meios de diagnóstico e tratamento:			
- Provas funcionais respiratórias		III	
- Provas de alergia respiratória		III	
- TAC tórax		III	
- Oxigenoterapia, aerosolterapia e outros tratamentos		III	
- Fisioterapia respiratória		III	

**Notas / comentários**

## 6. C. Problemas endócrinos e metabólicos

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Promover actos de medicina preventiva tendentes à redução das doenças metabólicas e relacionadas com a nutrição</b>		I	
<b>2. Aconselha correcções alimentares ajustadas aos problemas de saúde diagnosticados</b>		I	
<b>3. Diagnosticar, tratar e/ou saber referenciar os problemas relacionados com a Diabetes Mellitus</b>			
- Conhece a epidemiologia e história natural da Diabetes Mellitus (DM)		I	
- Identifica a população de risco de desenvolver DM e realiza o rastreio, quando indicado		II	
- Conhece e diagnostica os diferentes tipos de DM perante os sintomas clássicos e/ou resultados positivos do rastreio		II	
- Efetua a avaliação inicial completa do paciente com DM, através de uma anamnese, exame objetivo e exames complementares adequados		II	
- Conhece e aplica os critérios de vigilância anual da DM		II	
- Domina os critérios de controlo metabólico da DM: objetivos, significado da HbA1C, peso, tensão arterial, complicações, etc.		II	
- Negoceia um plano de cuidados adequado a cada paciente diabético, incluindo a mudança de hábitos, o cumprimento terapêutico, a autovigilância, o envolvimento familiar		III	
- Domina a terapêutica com antidiabéticos orais		II	

- Conhece e sabe aplicar os diferentes esquemas de insulino terapia		II	
- Conhece as principais complicações da DM		II	
- Diagnostica, trata e/ou referencia o pé diabético de acordo com a gravidade		III	
- Partilha adequadamente tarefas com outros elementos da microequipa de saúde nos cuidados aos pacientes com diabetes		III	
<b>4. Diagnosticar, tratar e/ou saber referenciar os problemas relacionados com a dislipidemia</b>			
- Saber selecionar os pacientes com indicação para rastreio da dislipidemia, e respetiva periodicidade		II	
- Define e adapta individualmente objetivos terapêuticos de controlo da dislipidemia		III	
- Recomenda adequadamente estratégias não farmacológicas e farmacológicas de controlo das dislipidemias, integrando na decisão da sua intensidade o conceito de risco cardiovascular e explicando-o ao doente		III	
<b>5. Diagnosticar, tratar e/ou saber referenciar os problemas relacionados com a Tireoide</b>			
- Conhece a epidemiologia e história natural das doenças tiroideias		I	
- Sabe efetuar o exame objetivo da tireoide		I	
- Estabelece os diagnósticos diferenciais de nódulo tiroideu e identifica aqueles com suspeita de malignidade		III	
- Diagnostica e orienta os pacientes com alterações da função tiroideia, suspeita de tiroidite, bócio simples ou nodular, neoplasia da tireoide		III	
- Conhece e utiliza adequadamente os exames complementares do diagnóstico de patologia tiroideia		II	
<b>6. Diagnosticar, tratar e/ou saber referenciar outros problemas metabólicos</b>			

- Identifica os pacientes com excesso de peso e obesidade e sabe classificar a obesidade de acordo com a sua etiologia, padrão de distribuição, tempo de evolução e grau		II	
- Identifica os pacientes com obesidade secundária e referencia adequadamente		II	
- Diagnostica, trata e/ou orienta corretamente pacientes com gota, alterações do metabolismo do cálcio e galactorreia		III	

**Notas / comentários**

## 6. D. Problemas digestivos

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Conhecer e saber realizar as atividades preventivas de:</b>			
- Hepatites víricas		II	
- Rastreio de cancro do tubo digestivo		I	
<b>2. Diagnosticar, tratar e/ou saber referenciar os seguintes problemas digestivos:</b>			
- Hemorragia digestiva		III	
- Disfagia		III	
- Icterícia		III	
- Dispepsia funcional		III	
- Síndrome de intestino irritável		III	
- Obstipação		III	
- Doença do refluxo gastro- esofágico		III	
- Neoplasia do tubo digestivo			
- Alterações funcionais do estômago, úlcera, gastrite		III	
- Doença diverticular		III	
- Doença inflamatória intestinal			
- Patologia perianal: hemorroides, fissuras, fístulas, abscessos			
<b>3. Saber efetuar:</b>			
- Colocação de sonda nasogástrica e rectal		III	
- Desimpactação manual de fezes		III	
- Trombectomia de hemorroides externas		III	

- Anuscopia		III	
<b>4. Conhecer as indicações e saber interpretar:</b> Estudos analíticos (provas hepáticas, hemograma, VS,...), pesquisas de sangue oculto e de parasitas fecais, trânsito baritado esofagogástrico EDA, colonoscopia, ecografia abdominal, TAC abdominal e atuar de acordo com resultados		III	

**Notas / comentários**

## 6. E. Problemas renais e das vias urinárias

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Diagnosticar, tratar e/ou saber referenciar os seguintes problemas renais e urinários:</b>			
- Hematúria micro e macroscópica		III	
- Microalbuminúria e proteinúria		III	
- Síndrome prostático			
- Insuficiência renal		III	
- Cólica renal e urolitíase			
- Incontinência urinária		III	
- Infecção do trato urinário		III	
- Prostatite, orquite, epididimite, balanite e uretrite		III	
- Hiperplasia benigna da próstata		III	
- Fimose e parafimose			
- Disfunção erétil		III	
- Massas escrotais		III	
- Neoplasia das vias urinárias e próstata		III	
<b>2. Saber fazer:</b>			
- Toque rectal		I	
- Sondagem vesical		III	
- Transiluminação escrotal		I	
- Reeducação vesical e do pavimento pélvico		III	
<b>3. Conhecer as indicações e orientação dos resultados dos</b>			

<b>seguintes meios complementares de diagnóstico:</b>			
- Estudos laboratoriais		II	
- Ecografia renal, vesical e prostática		II	
- Urografia endovenosa, TAC renal e pélvico, cistoscopia		III	
<b>4. Dominar o uso de fármacos na presença de insuficiência renal</b>		III	

**Notas / comentários**

## 6. F. Problemas neurológicos

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Conhecer e saber aplicar as atividades preventivas de fatores de risco cerebrovascular</b>		I	
<b>2. Saber efetuar anamnese e exame neurológico adequados</b>		I	
- Avaliação do desempenho cognitivo (Ex: MMSE, teste do relógio, MOCA)		II	
<b>3. Diagnosticar, saber tratar e/ou saber referenciar os seguintes problemas neurológicos:</b>			
- Alterações do estado de consciência		III	
- Quadro confusional agudo		III	
- Tremor		III	
- Síncope		III	
- Síndrome vertiginoso		III	
- Cefaleias e algias da face		III	
- Doença cerebrovascular		III	
- Deterioração cognitiva e demência		III	
- Neuropatias		III	
- Doenças dos pares cranianos		III	
- Epilepsia		III	
- Doença de Parkinson		III	
- Infecções do SNS		III	
<b>4. Conhecer as indicações e orientação dos resultados dos seguintes meios complementares de diagnóstico:</b>			

- Avaliação analítica pertinente (estudo de demências secundárias, avaliação de fatores de risco cardiovascular, etc.), TAC e RMN craneoencefálica, Eletroencefalograma, Eletromiografia, Punção Lombar		III	
<b>5. Efetuar a abordagem familiar e intervenção psicossocial dos pacientes com doenças neurológicas crônicas e degenerativas</b>		II	

**Notas / comentários**

**6. G. Problemas hematológicos**

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Diagnosticar, saber tratar e/ou saber referenciar os seguintes problemas hematológicos:</b>			
- Adenomegalias		III	
- Esplenomegalia		III	
- Alterações da VSG		III	
- Alterações dos glóbulos vermelhos: anemia, poliglobulia, hemoglobinopatias		III	
- Alterações dos glóbulos brancos: leucocitose, leucopenia		III	
- Alterações da hemostase e da coagulação: alterações das plaquetas (quantitativas, qualitativas), coagulopatias, vasculopatias		III	
- Pancitopenia		III	
- Leucemia		III	
- Síndrome mielodisplásico		III	
<b>2. Conhecer e manejar a terapêutica anti trombótica</b>		III	
<b>3. Conhecer as indicações para pedido e saber interpretar os parâmetros hematológicos básicos</b>		II	

Notas / comentários

## 6. H. Problemas mentais e de dependência

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Conhecer e aplicar as medidas de detecção e prevenção de transtornos da saúde mental e dependências</b>		II	
<b>2. Saber entender as emoções e conflitos psicológicos dos pacientes com problemas de saúde física ou mental</b>		II	
<b>3. Saber efetuar uma abordagem familiar e psicossocial dos pacientes com transtornos mentais</b>		II	
<b>4. Saber efetuar uma entrevista clínica adequada e aplicar testes psicológicos básicos</b>		II	
<b>5. Diagnosticar, saber tratar e/ou saber referenciar os seguintes problemas mentais e de dependência:</b>			
- Perturbação do humor		III	
- Perturbação de ansiedade		III	
- Perturbação da personalidade		III	
- Alterações do comportamento alimentar		III	
- Perturbação obsessivo-compulsiva e relacionadas		III	
- Perturbações neuro-cognitivas (demências e manifestações neuropsiquiátricas)		III	
- Disfunções sexuais e disforia de gênero		III	
- Dependência de drogas		III	
- Suicídio e comportamentos Auto lesivos		III	
- Perturbações do espectro da esquizofrenia e relacionada		III	
-Perturbações relacionadas com substâncias e perturbações aditivas		III	

<b>6. Saber efetuar e tratar as situações de conflito de relação em CSP: pacientes que somatizam, híper frequentadores, reivindicativos, agressivos, etc.</b>		IV	
<b>7. Saber utilizar as estratégias terapêuticas básicas da Saúde Mental: apoio psicoterapêutico, psicofármacos</b>		IV	

Notas / comentários

## 6. I. Problemas genitais e sexuais

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Diagnosticar, tratar e/ou saber referenciar os seguintes problemas ginecológicos:</b>			
- Dor genital, menstrual e intermenstrual		III	
- Alterações do ciclo menstrual – dismenorreia, menorragias, metrorragias, síndrome pré-menstrual		III	
- Massa ou nódulo da mama		III	
- Outros sinais e sintomas da mama		III	
- Hemorragias genitais (intermenstrual, pós-coital, pós-menopáusicas)		III	
- Secreção vaginal		III	
- Vulvovaginites		III	
- Prolapsos urogenitais		III	
- Pólipos genitais		III	
- Incontinência urinária		III	
- Orquite, epididimite		III	
- Balanite		III	
- Infecções sexualmente transmissíveis		III	
- Doença inflamatória pélvica		III	
- Alterações da citologia cervico-vaginal		III	
- Neoplasias ginecológicas		III	
- Neoplasia da mama		III	

- Dor no pênis / escroto / testículos		III	
- Secreção ureteral		III	
- Sinais e sintomas da próstata		III	
- Fimose / hipospádias/epispadias / parafimose		III	
- Hidrocelo		III	
- Neoplasias do aparelho genital masculino		III	
<b>2. Diagnosticar, tratar e/ou orientar problemas sexuais</b>			
- Dispareunia, disfunção erétil, ejaculação precoce		III	
<b>3. Saber efetuar:</b>			
- Anamnese e exame ginecológico		I	
- Anamnese e exame mamário		I	
- Colheita de esfregaço cervico-vaginal		I	
- Colheita de exsudado vaginal para exame microbiológico		I	
- Exame a fresco do exsudado vaginal		I	

**Notas / comentários**

## 6. J. Problemas do olho

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Conhecer e aplicar adequadamente as recomendações existentes sobre prevenção, rastreio e orientação de perda de acuidade visual em:</b>			
- Crianças		II	
- Pessoas hipertensas e diabéticas		II	
- Antecedentes familiares de miopia grave		II	
<b>2. Saber:</b>			
- Fazer observação do fundo de olho com oftalmoscópio		I	
- Avaliar a acuidade visual com tabela optométrica de Snellen		I	
- Efetuar um exame adequado do olho e anexos e identificar os principais sinais e sintomas associados a patologia (dor, lacrimejo, secreção, hiperemia, alteração da acuidade visual, etc.)		I	
<b>3. Diagnosticar, tratar e/ou saber referenciar adequadamente os seguintes problemas do olho:</b>			
- Olho vermelho		III	
- Conjuntivites		III	
- Blefarite		III	
- Hordéolo / Chalázio			
- Infecção ocular por herpes simplex		III	
- Obstrução do canal lacrimal		III	

- Patologia da córnea		III	
- Perda de visão aguda, subaguda e crônica		III	
- Estrabismo/pseudo-estrabismo		III	
- Alterações visuais congênitas		III	
- Expressão ocular de doenças sistêmicas		III	
- Urgências e emergências oftalmológicas: queimaduras químicas e por agentes físicos, corpos estranhos, glaucoma agudo, queratite aguda, traumatismos, amaurose súbita, escotomas, moscas volantes		III	

**Notas / comentários**

## 6. L. Problemas do ouvido, nariz e garganta

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Conhecer e aplicar, quando adequado, as recomendações existentes sobre prevenção de:</b>			
- Perda de audição na criança, no idoso e no trabalhador		II	
<b>2. Diagnosticar, saber tratar e/ou saber referenciar os seguintes problemas otorrinolaringológicos:</b>			
- Sensação de ouvido tapado, acufenos, hipoacusia		III	
- Otites		III	
- Corpo estranho no ouvido		III	
- Perfuração do tímpano		III	
- Cerúmen em excesso		III	
- Síndrome vertiginoso		III	
- Paralisia facial periférica		III	
- Obstrução nasal, epistáxis, rinorreia		III	
- Rinite, sinusite		III	
- Pólipo nasal e distorções do septo nasal		III	
- Alterações da voz		III	
- Transtornos do paladar e do olfacto		III	
- Neoplasias otorrinolaringológicas		III	
- Urgências e emergências otorrinolaringológicas: otalgia, otites externa e média aguda, corpos estranhos, otorreia, otorragia, epistaxis, amigdalite / faringite		III	
<b>3. Saber efetuar:</b>			

---

- Anamnese e exame físico do ouvido, nariz e garganta		I	
- Otoscopia		I	
- Testes de audição de Rinne e Weber		I	
- Exame de audição na criança		II	
- Extração de rolhão de cerúmen		III	
- Rinoscopia anterior		III	
- Tamponamento nasal anterior		III	

**Notas / comentários**

**6. M. Problemas dermatológicos**

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Saber efetuar o exame da pele e a caracterização semiológica das lesões elementares</b>		I	
- Alterações da coloração da pele			
<b>4. Saber identificar ou suspeitar de neoplasias cutâneas malignas mais comuns, compreender a importância do seu diagnóstico precoce e saber referenciar para tratamento atempado</b>		III	
<b>5. Diagnosticar, tratar e/ou referenciar corretamente problemas dermatológicos mais comuns:</b>			
- Alterações da coloração da pele		III	
- Eczemas de contato e urticária		III	
- Acne		III	
- Infecções bacterianas, micóticas e víricas da pele e faneras		III	
- Infecções de transmissão sexual		III	
- Psoríase		III	
- Alterações da pele mais comuns na criança		III	
- Neoplasias benignas e malignas da pele		III	
<b>6. Dominar a utilização de medicamentos tópicos de uso mais comum em CSP</b>		III	
<b>7. Reconhecer as manifestações dermatológicas das doenças sistêmicas</b>		III	
<b>8. Dominar técnicas de colheita de amostras para exame micológico e bacteriológico</b>		III	

<b>9. Dominar técnicas de tratamento de calosidades e hiperqueratoses</b>		III	
<b>10. Ser capaz de executar pequenas cirurgias simples de problemas dermatológicos comuns (quistos sebáceos, pequenas biópsias excisionais, etc.)</b>		IV	
<b>11. Observar as técnicas de terapia dermatológica tópica (ex. fototerapia, etc.), se possível, e conhecer as suas indicações mais comuns</b>		III	

**Notas / comentários**

## 6. N. Problemas reumatológicos e músculo-esqueléticos

Conhecimentos / Atitudes / Competências	Estratégia de aprendizagem	Período preferencial de aprendizagem	Assinatura / Data
<b>1. Promover os actos de medicina preventiva recomendados no âmbito da saúde óssea e articular</b>			
- Recomenda exercício físico de manutenção adaptado à condição e circunstâncias do paciente		I	
- Avalia ativamente, nas idades recomendadas, a presença de patologia ortopédica infanto-juvenil (escolioses, displasias da anca, patologia postural do joelho e tornozelo...)		I	
- Recomenda hábitos alimentares e de vida apropriados à manutenção de aportes adequados de fontes naturais de cálcio e vitamina D		I	
- Recomenda medidas de correção da postura no trabalho ou atividades de lazer		I	
<b>2. Conhecer a incidência, prevalência e morbidade das doenças reumatológicas e do foro músculo-esquelético na comunidade</b>		II	
<b>3. Identificar, tratar e/ou referenciar as doenças reumatológicas e músculo-esqueléticas mais comuns</b>			
- Osteoporose		III	
- Osteoartrose (coluna, joelho, anca, mão)		III	
- Cervicobraquialgia, dorsalgia e lombalgia		III	
- Ombro doloroso e outras tenossinovites		III	
- Dor articular ou músculo-esquelética crónica		III	
- Patologia osteoarticular dos membros		III	
- Artrite reumatóide, Espondiloartrite, Artrite psoriática, Lupus e outras		III	

- Artrite por depósito de cristais		III	
- Síndrome do túnel cárpico			
- Fraturas, luxações e roturas de ligamentos		III	
<b>4. Saber utilizar racionalmente os meios complementares de diagnóstico adequados e saber interpretá-los</b> (Estudo analítico (ex. provas reumatismais, ácido úrico, doseamentos hormonais e de iões pertinentes), Rx ósseo simples, Ecografia de partes moles muscular ou articular, TAC e RMN)		III	

**Notas / comentários**

## 6. O. Problemas infecciosos

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Conhecer o calendário vacinal do adulto e das pessoas em situações de risco para infeções oportunistas</b>		I	
<b>2. Conhecer e saber aplicar as atividades preventivas nas situações de: contacto com pessoas com meningite, com tuberculose ou com infeção de transmissão sexual; risco de infeção por VIH; viajantes; acidentes ocupacionais</b>		I	
<b>3. Saber realizar o diagnóstico e orientação de síndrome febril</b>		II	
<b>4. Saber diagnosticar e orientar adequadamente os seguintes problemas de saúde:</b>			
- Infeção por VIH		III	
- Tuberculose		III	
- Endocardite bacteriana		III	
<b>5. Saber efetuar a abordagem familiar e psicossocial de pacientes com doenças infecciosas</b>		II	

Notas / comentários

**6. P. Problemas oncológicos**

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Conhecer as neoplasias mais frequentes em Portugal:</b>			
- Conhece a incidência e prevalência das principais neoplasias na comunidade		I	
- Conhece a história natural das doenças neoplásicas		I	
- Conhece, trata e/ou orienta as pessoas com morbilidade associada		IV	
<b>2. Diagnosticar, orientar e acompanhar, conhecendo as regras de follow-up e sinais de alarme de recidiva das neoplasias diagnosticadas nas pessoas da sua lista</b>		IV	
<b>3. Diagnosticar, tratar e/ou referenciar as complicações mais frequentes do tratamento antineoplásico</b>			
- Conhece os sintomas e complicações associados ao tratamento agentes antineoplásicos físicos ou químicos		IV	
- Diagnostica, trata ou orienta adequadamente situações de: vômitos, anorexia, obstipação, dor, alterações da mucosa oral, dispneia, dermatite rásica, alopecia		IV	

**Notas / comentários**

## 6. Q. Problemas agudos de saúde

A gestão efetiva de problemas agudos de saúde, no âmbito dos Cuidados Primários, requer o seu reconhecimento e imediata atuação de acordo com a gravidade e potencial risco para a pessoa, incluindo as situações clínicas potencialmente fatais mais frequentes. Ao futuro médico de família exige-se que saiba tratar as situações agudas manejáveis em ambulatório e diagnosticar e orientar em tempo útil as situações que necessitam de cuidados hospitalares imediatos.

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Conhecer os aspetos básicos do funcionamento da medicina de urgência no seu local de trabalho</b>			
- Coordena os cuidados com a restante equipa de saúde		IV	
- Conhece e compreende a morbilidade comum aos serviços de urgência e os motivos que levam as pessoas a eles recorrer, sabendo descodificar as motivações subjacentes		III	
- Responsabiliza-se pela tomada de decisão de tratar, referenciar ou internar a pessoa, não sendo influenciado por terceiros		IV	
- Conhece o Sistema Integrado de Emergência Médica (S.I.E.M) e o seu funcionamento		IV	
- Conhece a existência das vias verdes existentes e seu funcionamento		IV	
<b>2. Reconhecer e orientar as situações agudas mais comuns no ambulatório</b>			
- Diagnostica e trata corretamente as situações agudas mais comuns da sua prática clínica diária		II	
- Demonstra capacidade para efetuar referências aos		II	

cuidados hospitalares, quando apropriado			
- Descreve os diagnósticos diferenciais possíveis para cada problema de saúde		III	
- Demonstra habilidade para distinguir entre as pessoas com situações agudas autolimitadas e as pessoas com situações potencialmente fatais, protegendo os primeiros de intervenções desnecessárias		II	
<b>3. Diagnosticar e orientar corretamente os seguintes problemas de saúde agudos:</b>			
- Dor torácica /síndrome coronário agudo/ pericardite		III	
- Arritmia cardíaca		III	
- Insuficiência cardíaca congestiva / edema agudo do pulmão		III	
- Urgência / emergência hipertensiva		III	
- Trombose venosa superficial e profunda		III	
- Insuficiência arterial aguda dos membros inferiores		III	
- Dispneia e insuficiência respiratória aguda		III	
- Obstrução aguda das vias aéreas superiores		III	
- DPOC e asma agudizadas		III	
- Tromboembolismo Pulmonar (TEP)		III	
- Tonturas e vertigens		III	
- Crise convulsiva		III	
- Alterações do estado de consciência		III	
- AVC e AIT		III	
- Dor abdominal		III	
- Hemorragias		III	
- Abdómen agudo		III	
- Cólica renal		III	
- Retenção urinária aguda		III	

- Escroto agudo			
- Hipoglicemia		III	
- Reação anafilática		III	
- Síndrome de privação de drogas ou álcool		III	
- Mordedura de animal		III	
- Envenenamentos e intoxicações		III	
<b>4. Utilizar os meios básicos de diagnóstico e tratamento à sua disposição</b>			
- Sabe monitorizar os parâmetros vitais		I	
- Sabe efetuar glicemias capilares		I	
- Sabe efetuar testes de urina com tiras reativas		I	
- Sabe efetuar e interpretar eletrocardiogramas		III	
- Sabe efetuar terapêutica inalatória		II	
- Sabe controlar hemorragias		III	
- Sabe suturar feridas		III	
- Sabe estabilizar fracturas		III	
- Sabe as indicações e interpretação de radiografias em situações agudas		III	
- Conhece técnicas de toracocentese e paracentese, conhecendo as respectivas indicações clínicas		III	
- Faz inserção de cateteres em veias periféricas e punção venosa		III	
- Treina a execução da entubação nasogástrica e cateterismo vesical		III	
- Conhece os meios técnicos para traqueostomia e sempre que possível efetua entubações endotraqueais/máscara laringea		III	
<b>5. Atuar de forma eficaz nas situações de emergência</b>			

- Tem aptidão para aplicar Suporte Básico de Vida a adultos e crianças		III	
- Sabe abordar e orientar a pessoa politraumatizada		III	
- Sabe abordar e orientar a pessoa queimada		III	
- Sabe abordar e aplicar as medidas de suporte iniciais à pessoa em choque		III	
- Sabe manusear o DAE e conhece as suas indicações		III	
- Conhece algoritmo do Suporte Imediato de Vida (SIV) e Suporte Avançado de Vida (SAV)		III	

**Notas / comentários**

**6. R. Pequena Cirurgia em ambulatório**

<b>Conhecimentos / Atitudes / Competências</b>	<b>Estratégia de aprendizagem</b>	<b>Período preferencial de aprendizagem</b>	<b>Assinatura / Data</b>
<b>1. Utilizar as técnicas básicas mais comuns em pequena cirurgia e procedimentos de ambulatório</b>			
- Seleciona material cirúrgico instrumental, medicação, pensos e outros, adequados às necessidades da pequena cirurgia – sabe como organizar/equipar uma sala de pequena cirurgia		IV	
- Aplica medidas de desinfecção de acordo com as diferentes situações cirúrgicas		IV	
- Aplica técnicas de anestesia local, estando alerta para a sua indicação e efeitos secundários		IV	
- Sutura feridas incisivas e contusas em um ou mais planos		IV	
- Aplica técnicas adequadas à drenagem de panarícios e outros abscessos		IV	
- Aplica técnicas de extração e plastia ungueal para traumatismos e/ou unhas encravadas		IV	
- Efetua drenagem de hematomas subungueais, hemorroidários, etc.		IV	
- Aplica as técnicas adequadas à remoção de lipomas, quistos sebáceos e biópsias excisionais cutâneas		IV	
- Conhece técnicas de hemostase		IV	
- Faz remoção de corpos estranhos na pele, narinas e condutos auditivos externos		IV	

**Notas / comentários**

**Coordenação do Portfólio 2010:** Maria José Ribas –

**Colaboradores do Portfólio do Internato Médico ZN:** Carla Morna, Filipa Almada Lobo, Filomena Correia, José Nunes de Sousa, Luciana Monteiro, Maria da Luz Loureiro, Maria Paz Trigueiros, Mariana Tudela, Mónica Granja, Nelson Rodrigues, Nuno Trigueiros, Paulo Torres, Pedro Moura Relvas, Raquel Braga, Rosa Ribeiro, Rosário Branco, Virgílio Gomes, Vítor Ramos

**Coordenação da revisão do Portefólio 2018:** Maria da Luz Loureiro

**Colaboradores na atualização do Portefólio Dez 2018- Zona Norte:**

Adelina Guedes, Ângela Teixeira, Ascensão Ferreira, Camila Pinto, Celeste Marinho, Helena Beça, Maria José Corral, Maria Paz Trigueiros, Nelson Rodrigues, Rosa Pires, Rosa Ribeiro, Rosário Branco, Santiago Figueroa, Teresa Carneiro, Vera Pires, Virgílio Gomes