

Praktikumsbericht ERASMUS

Einführung und Betreuung

Mein Praktikum absolvierte ich an der medizinischen Fakultät der Universität Porto im Biochemie-Department. Es handelte sich um ein Forschungspraktikum im Rahmen meines Masterstudiums der Ernährungswissenschaft, mit dem Schwerpunkt auf dem Thema „metabolisch gesunde Adipositas“. Bereits bei meiner Ankunft wurde ich sehr herzlich aufgenommen. Meine Betreuerin vor Ort stellte mir alle relevanten Räumlichkeiten vor, darunter die Mensa, das Labor und die IT-Abteilung. Darüber hinaus wurde ich in der Abteilung vorgestellt und von allen sehr herzlich aufgenommen. Meine Betreuerin unterstützte mich auch bei allen organisatorischen Aufgaben, wie dem Besuch des Mobilitätsbüros und dem Ausfüllen der notwendigen Dokumente. Diese Unterstützung erleichterte mir nicht nur den Einstieg in den neuen Arbeitsalltag, sondern sorgte auch dafür, dass ich mich von Anfang an willkommen und gut betreut fühlte.

Aufgaben und Ablauf des Praktikums

Mein Projekt bestand in der statistischen Analyse von Patientendaten, die im Krankenhaus Sao João erhoben wurden. Diese Daten stammen von Patienten, die bariatrische Operationen erhalten hatten. Ich erhielt einen eigenen Arbeitsplatz mit einem Rechner und eine umfangreiche Einführung in das Projekt. Gemeinsam mit meiner Betreuerin erarbeiteten wir einen groben Zeitplan, der sich flexibel an neue Entwicklungen anpassen ließ. Besonders in der Anfangszeit hatte ich viele Fragen – meine Betreuerin nahm sich jedoch immer viel Zeit, um alle Unklarheiten zu klären und mich bestmöglich zu unterstützen.

Ein zentraler Aspekt meiner Arbeit war die Anwendung von statistischen Methoden. Hierbei nutzte ich SPSS, um Datenanalysen durchzuführen. Zu meinen Aufgaben zählten unter anderem die Erstellung von Syntaxen, die Analyse metabolismusbezogener Parameter und die Interpretation der Ergebnisse im klinischen Kontext. Besonders interessant fand ich die Untersuchung der Zusammenhänge zwischen metabolischen Gesundheitszuständen und Adipositas-Phänotypen.

Beurteilung der Ergebnisse

Die Ergebnisse meiner Analysen trugen dazu bei, die Definition und Charakterisierung des Phänotyps „metabolisch gesunde Adipositas“ weiter zu präzisieren. Besonders stolz war ich darauf, dass ich die Möglichkeit erhielt, meine Ergebnisse auf einem Kongress in Porto zu präsentieren. Diese Herausforderung ermöglichte es mir, meine Arbeit einem wissenschaftlichen Publikum vorzustellen und zeigte mir, dass meine Beiträge im Team geschätzt wurden.

Die im Praktikum erworbenen praktisch-fachlichen Kompetenzen

Durch das Praktikum konnte ich mein Wissen im Bereich der Statistik sehr verbessern. Insbesondere die Arbeit mit Patientendaten und die Erstellung von Analysen in SPSS erweiterten mein praktisches und theoretisches Verständnis. Zudem erhielt ich einen umfassenden Einblick in den Berufsalltag einer Wissenschaftlerin: von der Planung und Durchführung von Studien über die Analyse von Daten bis hin zur Publikation wissenschaftlicher Ergebnisse.

Ein weiteres Highlight war die Teilnahme an Vorträgen und Meetings, in denen andere Wissenschaftler ihre aktuellen Forschungsergebnisse vorstellten. Diese Veranstaltungen ermöglichten es mir, meinen wissenschaftlichen Horizont zu erweitern und mich über den aktuellen Stand der Forschung in verwandten Bereichen zu informieren. Besonders bereichernd waren auch die Gespräche und Diskussionen mit anderen Masterstudierenden und Doktoranden, mit denen ich mein Büro teilte. Diese direkte Zusammenarbeit förderte nicht nur meine fachlichen, sondern auch meine sozialen Kompetenzen.

Neben den fachlichen Aspekten konnte ich auch sprachlich viel lernen: Der Arbeitsalltag erfolgte überwiegend auf Englisch, wodurch ich meine Sprachkompetenzen in einer akademischen Umgebung weiterentwickeln konnte. Gleichzeitig gab mir die alltägliche Interaktion mit den Forschenden vor Ort Einblicke in die portugiesische Sprache und Kultur, was eine wertvolle persönliche Erfahrung war. Die Kommunikation im Team war stets respektvoll, unterstützend und von einem kollegialen Miteinander geprägt.

Reflexion über den Praktikumsverlauf

Das Biochemie-Department in Porto eignet sich aus meiner Sicht hervorragend als Praktikumseinrichtung. Die Betreuung durch meine Betreuerin sowie durch die Kolleginnen und Kollegen war jederzeit sehr gut. Besonders positiv empfand ich, dass meine Arbeit nicht nur als rein akademische „Übung“ betrachtet wurde, sondern als ein wertvoller Beitrag zum Projekt und der Forschung der Abteilung.

Die flexible Gestaltung meiner Arbeitszeit (ca. 35 Wochenstunden) erlaubte es mir, meinen Alltag effizient zu organisieren. Dadurch hatte ich auch die Möglichkeit, einige kulturelle Angebote in Porto und Umgebung wahrzunehmen, was das Praktikum für mich noch bereichernder machte.

Meine Erwartungen an das Praktikum wurden in vielerlei Hinsicht übertroffen. Ich hatte nicht nur die Chance, meine theoretischen Kenntnisse praktisch anzuwenden, sondern konnte auch zahlreiche neue Kompetenzen erwerben, die für meine weitere akademische Laufbahn von großer Bedeutung sind.

Persönliches Fazit

Das Praktikum in Porto war für mich eine sehr bereichernde Erfahrung. Es ermöglichte mir, tiefere Einblicke in die Forschung zu gewinnen und mich gleichzeitig persönlich und fachlich weiterzuentwickeln. Besonders die Möglichkeit, eigenverantwortlich an einem Forschungsprojekt zu arbeiten und meine Ergebnisse auf einem Kongress zu präsentieren, hat mich in meinem Wunsch bestärkt, auch in Zukunft in der wissenschaftlichen Forschung tätig zu sein. Ich würde die Praktikumsstelle jederzeit weiterempfehlen.

Einverständniserklärung zur Veröffentlichung

Ich erkläre mich mit der Veröffentlichung dieses Berichts einverstanden.