

INFORMAÇÃO PESSOAL



Méloody Carina da Costa Monteiro

 Guimarães
 932 219 025
 enf.melodymonteiro@outlook.pt

Sexo Feminino | **Data de nascimento** 2 jul 92 | **Nacionalidade** Portuguesa

PROFISSÃO

Enfermeira

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

Jun 18-Presente

Enfermeira

Laboratório Silva Tavares

- Colheita de espécimes para análises clínicas.

mai 17–Presente

Enfermeira do Trabalho

Lusoprev - Soluções Globais, Lda, Guimarães

- Organização dos materiais necessários para a Medicina no Trabalho;
- Elaboração do Manual de Procedimentos de Saúde no Trabalho da empresa;
- Contacto com possíveis empresas clientes.

nov 15–Presente

Enfermeira

Clínica Médica do Arquinho, Unipessoal, Lda, Guimarães

- Realização de exames no âmbito da Medicina Desportiva;
- Apoio às consultas médicas de especialidade;
- Realização de Tratamentos de Feridas;
- Serviços de Enfermagem ao domicílio;
- Colheita de espécimes para análises clínicas;
- Gestão do stock (pedidos/encomendas de material, organização dos materiais, desinfeção e esterilização dos materiais,...);
- Responsável pela integração dos novos enfermeiros;
- Organização e realização de rastreios de saúde;
- Apoio à receção.

jan 16–dez 16

Enfermeira do Trabalho

Controlsafe - Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho, Lda

- Realização de exames complementares nas empresas, clínica e Unidade Móvel;
- Marcação e organização das consultas.

abr 15–jul 16

Enfermeira

CASTREJA - Cooperativa de Apoio Social e Cultural, CRL, Guimarães

- Educação e promoção da saúde;
- Planear e efetuar atividades de estimulação cognitiva, sensorial e motora;
- Vigilância do estado de saúde dos idosos;
- Prestação de cuidados de Enfermagem.

nov 14–fev 15

Enfermeira ao Domicílio

ES24 - Enfermeiro de Serviço, Guimarães

- Prestação de cuidados de Enfermagem ao domicílio.

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

09/2017–Presente

Mestrado Integrado em Engenharia e Gestão de Sistemas de Informação

Universidade do Minho, Guimarães

17 nov 14–22 jan 15

Formadora

90 Horas

Anysolutions - Consultoria Informática e Serviços Networking, Braga

set 10–jul 14

Licenciatura em Enfermagem

Nível 6 QRQ

Escola Superior de Enfermagem da Universidade do Minho, Braga

set 07–jun 10

Curso Científico-Humanístico de Ciências e Tecnologias

Nível 3 QRQ

Escola Secundária de Caldas das Taipas, Guimarães

COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna

Português

Outras línguas

	COMPREENDER		FALAR		ESCREVER
	Compreensão oral	Leitura	Interação oral	Produção oral	
Francês	B1	B2	A2	A2	A2
Inglês	A1	A2			

Níveis: A1 e A2: Utilizador básico - B1 e B2: Utilizador independente - C1 e C2: Utilizador avançado
Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas

Competências de comunicação

- Capacidade de comunicar, oralmente e por escrito, de forma clara e sucinta;
- Capacidade de estabelecer relações interpessoais e terapêuticas;
- Capacidade para adequar o tipo de comunicação à situação e/ou pessoa;
- Espírito de equipa.

Desenvolvidos ao longo da minha formação académica e experiência profissional.

Competências de organização

- Forte sentido de responsabilidade e organização;
- Capacidade de planeamento dos cuidados de enfermagem;
- Capacidade de trabalhar em equipa ou de forma independente;
- Capacidade de se adaptar a diferentes contextos de trabalho;
- Capacidade de Gestão de Material de Enfermagem.

Adquiridos na Licenciatura em Enfermagem e experiência profissional.

Competências relacionadas com o trabalho

- Experiência na realização de exames complementares de diagnóstico (espirometria, ECG, audiometria, exame visual);
- Conhecimentos científicos sobre as diferentes áreas de intervenção de Enfermagem;
- Pensamento crítico e capacidade de tomada de decisão;
- Competências em Suporte Básico de Vida – Desfibrilhação Automática Externa;
- Competências de planeamento e gestão;
- Responsabilidade e empenho nas tarefas atribuídas.

Desenvolvidos na Licenciatura em Enfermagem, formações profissionais e na experiência profissional.

Competências digitais

AUTOAVALIAÇÃO				
Processamento de informação	Comunicação	Criação de conteúdos	Segurança	Resolução de problemas
Utilizador avançado	Utilizador avançado	Utilizador independente	Utilizador avançado	Utilizador independente

Competências digitais - Grelha de auto-avaliação

- Conhecimento prático dos softwares SAPE, SINUS, S-Clinic, Kiclinic e Clinidata;
- Domínio do software Microsoft Office (Word, PowerPoint e Excel);
- Capacidade de consulta em bases de dados.

Adquiridos ao longo da formação académica e da minha experiência pessoal e profissional

Carta de Condução

B1, B

INFORMAÇÃO ADICIONAL

Cursos

- **Curso de Electrocardiografia - da execução à interpretação**, realizado na Ixus - Formação e Consultadoria, Lda a 28 de maio de 2016 (6 Horas);
- **Curso Prático de Suturas**, realizado na Ixus - Formação e Consultoria, Lda a 16 de abril de 2016 (8 Horas);
- **Curso de Análises Clínicas: do saber fazer ao interpretar**, realizado na Ixus - Formação e Consultadoria, Lda a 19 de Março de 2016 (6 Horas);
- **Curso de Prevenção e Tratamento de Feridas**, realizado na Cefolgest - Formação e Consultoria, Lda entre 26 de Outubro de 2015 a 30 de Novembro de 2015 (25 Horas);
- **Suporte Básico de Vida - Desfibrilhação Automática Externa** (Formação Profissional), realizada pelo INEM a 01 de Fevereiro de 2014 (6 Horas) com 20 valores.

Seminários

- **Workshop de Produtos Medela “Tecnologias da Saúde” em Amamentação**, realizado pela Workapt em colaboração com a Medela (3 Horas);
- **Workshop "Exercício Profissional de Enfermagem em Lares"**, realizado pela Ordem dos Enfermeiros (8 Horas);
- **Seminário "Estilos Saudáveis ao Longo do Ciclo de Vida"**, iniciativa da Associação de

Estudantes da Escola de Enfermagem Calouste Gulbenkian;

- **Seminário "Indicadores do Estado Nutricional nas Pessoas Idosas e Função Cognitiva"**, realizado pela Faculdade de Ciências Sociais da Universidade Católica Portuguesa (3 Horas);
- **Ação de Formação "Suporte Básico de Vida Pediátrico"**, iniciativa da Unidade de Saúde Familiar de Ponte (1 Hora);
- **Ação de Formação "Comunicação Utente/Colegas - Desenvolvimento e Valorização Profissional"**, realizada na Unidade de Saúde Familiar de Ponte (1 Hora);
- **Ação de Formação "Hipocoagulação"**, realizada na Unidade de Saúde Familiar de Ponte (1 Hora);
- **Seminário "Dor, Sofrimento e Relação de Ajuda"**, realizado pela Escola Superior de Enfermagem da Universidade do Minho (2 Horas);
- **Seminário "Como Publicar um Artigo Científico: Os Bastidores da Ciência"**, realizado pela Escola Superior de Enfermagem da Universidade do Minho (3,5 Horas);
- **VIII Jornadas de Enfermagem "Envelhecer na Comunidade"**, iniciativa da Associação de Estudantes da Escola Superior de Enfermagem Calouste Gulbenkian (7 horas).

Projetos

Elaboração do Projeto **"Vamos Ajudar a Ser Saudáveis"**, de promoção da saúde, implementado no Centro Social D. Manuel Monteiro de Castro (Atividade *Pro bono*).