


INFORMAÇÃO PESSOAL



Helena Isabel Ribeiro Ferreira

 Rua Professor Manuel José Pereira nº456 - 4ºBM, 4805-128 Guimarães (Portugal)

 918519282

 helenaf.92@gmail.com

Sexo Feminino | **Data de nascimento** 29/07/1992 | **Nacionalidade** Portuguesa

PROFISSÃO

Enfermeira

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

15/09/2010–07/2014

Licenciatura em Enfermagem

14 (catorze) valores.

Escola Superior de Enfermagem da Universidade do Minho, Braga (Portugal)

Ensinos Clínicos (EC) realizados:

- Serviço de Ortopedia no Centro Hospitalar Médio Ave - Unidade de Famalicão de 11/06/2012 a 13/07/2012
- Serviço de Medicina Interna no Centro Hospitalar Alto Ave(CHAA) - Unidade de Guimarães de 20/02/2012 a 04/05/2012;
- Hospital de dia e Serviço de Oncologia no CHAA (EC opcional) de 18/02/2013 a 08/03/2013;
- Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados Maria da Fonte - Póvoa de Lanhoso de 11/03/2013 a 12/04/2013;
- Serviço de Obstetria no CHAA - Guimarães de 15/04/2013 a 10/05/2013;
- Serviço de Pediatria no CHAA - Guimarães de 13/05/2013 a 07/06/2013;
- Casa de Saúde do Bom Jesus em contexto de Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica de 10/06/2013 a 03/07/2013;
- Empresa RioPele em Contexto de Enfermagem de Saúde Ocupacional (EC opcional) de 25/11/2013 a 13/12/2013;
- Unidade de Saúde Familiar Ara de Trajano de 16/12/2013 a 07/02/2014.

Estágio de Integração à Vida Profissional: Estágio de preparação para a vida profissional, propício ao desenvolvimento de diversas competências, nomeadamente técnicas, científicas, éticas, estéticas e relacionais em contextos de Cuidados de Saúde Primários e Diferenciados.

- Unidade de Saúde Familiar de Ponte em Contexto de Cuidados de Saúde Primários de 17/02/2014 a 02/05/2014;
- Serviço de Cardiologia do CHAA - Unidade de Guimarães em Contexto de Cuidados de Saúde Diferenciados de 05/05/2014 a 04/07/2014.

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

11/08/2014–Presente

Enfermeira

Clínica Médica do Arquinho, Caldelas-Guimarães (Portugal)

Prestação de serviços de Enfermagem, nomeadamente:

- Realização de exames de Medicina no Trabalho e Desportivos;
- Realização de tratamento a feridas;
- Colheitas de sangue para análises clínicas;
- Serviços domiciliários;
- Realização de rastreios cardiovasculares em variados eventos na comunidade.

01/09/2014–Presente

Massagista

G.D.R.C. Os Sandinenses, Guimarães (Portugal)

01/09/2013–01/07/2014

Massagista

Clube Caçadores das Taipas, Guimarães (Portugal)

Desenvolvimento de competências relacionais, do sentido de responsabilidade e da capacidade na tomada de decisão na assistência de atletas antes, durante e após os jogos de futebol.

COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna

Portuguesa

Competências de comunicação

Boa capacidade de trabalho em equipa e de comunicação, adquiridas em contexto de estágio/ ensinos clínicos, em serviços hospitalares e em centros de saúde, bem como em sessões de orientação de grupos de jovens em contexto de Catequese (durante 2 anos - 2008 e 2009) e no acompanhamento de atletas na área futebolística onde exerço o cargo de massagista.

Competências de organização

Boas capacidades de organização, de coordenação e de priorização no trabalho, bem como, um bom sentido de responsabilidade, igualmente adquiridos ao longo do percurso académico em contexto prático.

Competência digital

Bons conhecimentos informáticos, por exemplo no domínio de software Office (Word e Power point), adquiridas em contexto escolar.

Conhecimentos básicos dos programas *Kiclinic* e *CliniData* adquiridos em contexto profissional.

Carta de Condução

B1, BE

INFORMAÇÃO ADICIONAL

Participações/Atividades/Seminários com certificado

Ações de Formação realizadas pelo Núcleo de Formação da USF Ponte em contexto de EIVP:

- "Tratamento de Feridas II" - destinado aos profissionais de Enfermagem e realizado a 5 de março de 2014 com a carga horária de 1 hora;
- "Suporte Básico de Vida - Adulto" - destinado aos secretários clínicos, profissionais médicos e de enfermagem, realizado a 19 de março de 2014 com a carga horária de 1 hora;
- "Resíduos Biológicos: como proceder?" - destinado aos secretários clínicos, profissionais médicos e de enfermagem, realizado a 2 de abril de 2014 com a carga horária de 1 hora.

Outros:

- Rastreios Cardiovasculares, inseridos no âmbito da atividade +Saúde, organizados pelo Departamento Social da Associação académica da Universidade do Minho, no dia 7 de abril de 2013, num total de 4 horas;
- Atividade *Gata na Saúde*, desenvolvida no âmbito das Monumentais Festas do Enterro da Gata, como voluntária da tenda de primeiros socorros num total de 10 horas, organizada pelo Departamento Social da Associação Académica da Universidade do Minho, realizada de 11 a 17 de Maio de 2013;
- *V Jornadas de Instrumentação Cirúrgica - A Qualidade no Bloco Operatório*, que decorreu no Auditório da Escola Superior de Saúde do Vale do Ave, no dia 5 de abril de 2014, com a duração de 4 horas;
- Seminário: *Estilos Saudáveis ao Longo do Ciclo de Vida*, organizado pela Associação de Estudantes da Escola de Enfermagem Calouste Gulbenkian, que contou com a especial

presença da Doutora Rafaela Rosário e do Dr. Óscar Lopes, realizado no auditório da Escola Superior de Enfermagem da Universidade do Minho, no dia 24 de abril de 2014;

- *I Jornadas de Enfermagem de Ortopedia do Hospital de Braga*, que se realizaram no dia 17 de outubro de 2014, no Hospital de Braga;

- *X Jornadas de Enfermagem - Direito em Enfermagem & Enfermagem Forense*", realizadas pela Associação de Estudantes da Escola Superior de Enfermagem, em colaboração com a Universidade do Minho, no Campus de Gualtar, em Braga, no dia 17 de dezembro de 2014, num total de 9 horas e 30 minutos.

- Curso de formação profissional Emergências e técnicas em Trauma, realizado nas instalações da Junta de Freguesia de Gavião, que decorreu no dia 11/08/2015, com a duração total de 8 horas.