

## INFORMAÇÃO PESSOAL



## Lucinda Cristiana Vieira Martins

 Cambeses - Riodouro, 4860-422 Cabeceiras de Basto (Portugal)

 966579578

 cristianavieira97@hotmail.com

**Sexo** Feminino | **Data de nascimento** 10 out 97 | **Nacionalidade** Portuguesa

## EMPREGO PRETENDIDO

## Enfermeiro de cuidados gerais/Enfermeira de cuidados gerais

## EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

2015–2019

Escola Superior de Saúde - UTAD  
Quinta dos Prados, 5000 - 801 Vila Real (Portugal)

Concluí o Curso de Licenciatura em Enfermagem com 16 valores

Ensino Clínico de Fundamentos de Enfermagem: Cuidados na Comunidade - Centro Social e Paroquial de Constantim, Vila Real

Ensino Clínico de Enfermagem do Adulto e Idoso I: Cuidados de Saúde Primários e Cuidados Continuados Integrados

- Imandade da Santa Casa da Misericórdia de Murça
- Unidade de Saúde Familiar Nova Mateus

Ensino Clínico de Enfermagem do Adulto e do Idoso II: Medicina e Cirurgia

- Centro Hospitalar de Trás os Montes e Alto Douro - Unidade Hospital de Chaves, serviço de Medicina II
- Centro Hospitalar de Trás os Montes e Alto Douro, serviço de Cirurgia I

Ensino Clínico de Enfermagem do Adulto e Idoso III: Saúde Mental e Psiquiatria e Especialidades Médicas e Cirúrgicas

- Casa de Saúde do Bom Jesus (Braga)- Irmãs Hospitaleiras
- Centro Hospitalar de Trás os Montes e Alto Douro, serviço de Nefrologia, Traumatologia e Urologia

Ensino Clínico de Enfermagem da Conceção à Adolescência : Obstetrícia e Pediatria

- Centro Hospitalar Tâmega e Sousa, Hospital Padre Américo - Penafiel, Serviço de Obstetrícia
- Hospital Senhora da Oliveira - Guimarães, serviço de Pediatria
- Unidade de Saúde Familiar Corgo, Vila Real

Ensino Clínico de Opção: Cuidados de Saúde Primários ou Cuidados de Saúde Diferenciados

- Centro Hospitalar de Trás os Montes e Alto Douro, serviço de Hemodiálise

Ensino Clínico de Integração à Vida Profissional : Cuidados de Saúde Primários e Cuidados de Saúde Diferenciados

- Unidade de Cuidados na Comunidade de Vila Pouca de Aguiar
- Centro Hospitalar de Trás os Montes e Alto Douro, serviço de Nefrologia, Traumatologia e Urologia

### Bombeiro de 3.ª categoria

Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários Cabeceirenses  
Rua dos Bombeiros Voluntários, 4860-353 Cabeceiras de Basto (Portugal)

- Curso de Instrução Inicial de Bombeiro;
- Curso de Tripulante de Ambulância de Transporte (TAT);
- Técnicas de Salvamento e Desencarceramento (TSD);
- Suporte Básico de Vida (SBV) com Desfibrilhação Automática Externa (DAE).

### 2012–2015 Nível de Secundário de Educação

Externato São Miguel de Refojos, Cabeceiras de Basto (Portugal)

Conclusão do Ensino Secundário - Curso Científico Humanístico de Ciências e Tecnologias - com a classificação geral de 15 valores.

Geral:

- Inglês;
- Português;
- Matemática;
- Filosofia;
- Física e Química A, Química;
- Biologia e Geologia, Biologia.

## COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna Português

Línguas estrangeiras

	COMPREENDER		FALAR		ESCREVER
	Compreensão oral	Leitura	Interação oral	Produção oral	
francês	A2	A2	A2	A2	A2
inglês	A2	A2	A2	A2	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 comunicação em alguns idiomas, adquiridos através de estudos de vários anos;
- Boa capacidade de comunicação e utilização de novas tecnologias.

Competências de organização

- Excelente capacidade de organização adquirida na prestação de serviço de voluntariado através do Corpo de Bombeiros Voluntários Cabeceirenses;

Competências relacionadas com o trabalho

- Excelente capacidade de centralização, filtração e divulgação de informação através das competências adquiridas na prestação de serviço de voluntariado através do Corpo de Bombeiros Voluntários Cabeceirenses;
- Espírito de equipa;
- Capacidade de adaptação a ambientes multiculturais.

Outras competências Bombeira Voluntária do Quadro Ativo dos Bombeiros Voluntários Cabeceirenses

Carta de Condução B1, B

#### INFORMAÇÃO ADICIONAL

---

##### Cursos, Formações e Reuniões

- Curso de Instrução Inicial de Bombeiro;
- Curso de Tripulante de Ambulância de Transporte (TAT);
  - Técnicas de Imobilização, técnicas de Levantamento, Intoxicações, Hemorragias, Choque, Parto.
- Técnicas de Salvamento e Desencarceramento (TSD);
- Suporte Básico de Vida (SBV) com Desfibrilhação Automática Externa (DAE).
- Reunião Internacional de Emergência Extra-Hospitalar
- Semana do Aleitamento Materno- "Amamentação explicada às Crianças"
- 1ª Jornada de Saúde Materna e Infanto-Juvenil - "Da Formação ao Contexto da Prática: O Cuidar da Conceção à Adolescência"
- Monitor no Programa Diabetes em Movimento
- Competências Básicas em Tecnologias da Informação

##### Ações de Formação

##### Artigos de Jornal - Notícias de Aguiar

- Água
- Dia Nacional do Dador de Sangue
- Cobertura Universal dos Cuidados de Saúde
- Tuberculose
- Saúde e Violência contra Mulheres

##### Programa de Rádio: Espaço Saúde

- Água
- Dia Nacional do Dador de Sangue
- Cobertura Universal dos Cuidados de Saúde
- Tuberculose
- Saúde e Violência contra Mulheres