

## INFORMAÇÃO PESSOAL



## Cristina Isabel Lopes de Freitas

 Lordelo, Guimarães (Portugal)

 916096539

 c.isabelfreitas@gmail.com

## EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

11/2018–Presente

**Enfermeira de Cuidados Gerais**

SNS 24, Porto (Portugal)

Triagem clínica, aconselhamento e/ou encaminhamento para as instituições integradas no Serviço Nacional de Saúde mais adequadas.

09/2018–05/2019

**Enfermeira de Cuidados Gerais**

Guimarães (Portugal)

Prestação de cuidados de enfermagem ao domicílio, em regime de prestação de serviços.

## EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

09/2019–Presente

**Mestrado em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica**

Escola Superior de Enfermagem do Porto, Porto (Portugal)

09/2014–07/2018

**Licenciatura em Enfermagem**

Escola Superior de Enfermagem do Porto, Porto (Portugal)

Classificação final: 15 valores

**Nota:** Se necessário solicitar complemento ao diploma.

09/2011–07/2014

**Ensino Secundário - Ciências e Tecnologias**

Escola Secundária D. Afonso Henriques, Vila das Aves (Portugal)

Curso de Ciências e Tecnologias: Matemática, Biologia e Geologia, Física e Química, Português, Inglês.

## COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna

Português

Línguas estrangeiras

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

- Boa capacidade de comunicação desenvolvida ao longo dos anos de formação, especialmente na licenciatura;

- Excelente capacidade de contacto interpessoal, adquirida através da experiência nos estágios curriculares.

#### Competências de organização

- Excelente capacidade de organização do trabalho e gestão do tempo adquiridas ao longo dos anos, especialmente nos estágios curriculares.

#### Competências digitais

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

#### Competências digitais - Grelha de auto-avaliação

- Bom domínio do software Microsoft Office.
- Bom domínio do SClinico.

#### Carta de Condução

B1, B

#### INFORMAÇÃO ADICIONAL

##### Certificações

Participação no Fórum Nacional de Estudantes de Enfermagem, realizado nos dias 18, 19 e 20 de março de 2016, na Escola Superior de Enfermagem do Porto, com o tema "Feridas".

**Nota:** Se necessário solicitar certificado.

#### ANEXOS

- Certificado de Licenciatura
- Declaração de SBV e CIPE

## Certificado de Licenciatura



**ESEP**  
Escola Superior de Enfermagem do Porto

Emitido em: 21 de julho de 2018 15:24

## CERTIDÃO DE REGISTO

Maria Teresa Monteiro Teixeira, Coordenadora Técnica, coordenadora dos Serviços Académicos e de Apoio ao Estudante da Escola Superior de Enfermagem do Porto, certifica que consta do termo de curso número 5591, subscrito pelo Presidente desta Escola, que CRISTINA ISABEL LOPES DE FREITAS, filha de Alcino Pereira de Freitas e de Umbelina de Jesus Mendes Lopes de Freitas, nascida no dia 27 de maio de 1996, na freguesia de Lordelo, concelho de Guimarães, distrito de Braga, concluiu, no dia 20 de julho de 2018, o CURSO DE LICENCIATURA EM ENFERMAGEM com a classificação final de 15 (quinze) valores, pelo que lhe é conferido o título de licenciado em enfermagem.

Porto, em 21 de julho de 2018

Coordenadora Técnica

*Teresa Teixeira*

Maria Teresa Monteiro Teixeira

Rua Dr. António Bernardino de Almeida • 4200-072 Porto • Tel.: 22 507 35 00 • 96 728 81 93/4 • Fax: 22 509 63 37  
E-Mail: [esep@esenf.pt](mailto:esep@esenf.pt) • Sítio Web: <http://www.esenf.pt>



## Declaração de SBV e CIPE



**ESEP**

Escola Superior de Enfermagem do Porto

Impresso a: 23-07-2018 11:18:03

### DECLARAÇÃO

Para os devidos efeitos se declara que CRISTINA ISABEL LOPES DE FREITAS, portador do Cartão de cidadão n.º 15032503, de 12/27/2015, concluiu na Escola Superior de Enfermagem do Porto em 20 de julho de 2018, o Curso de Licenciatura em Enfermagem.

Mais se declara que a Presidente do Conselho Técnico-Científico, Prof.ª Célia Samarina Vilaça de Brito Santos, atesta, as seguintes informações:

1- A Classificação Internacional para a Prática de Enfermagem (CIPE®) integra os conteúdos do Curso de Licenciatura em Enfermagem. Com esta integração da CIPE®, a estrutura dos conteúdos no plano curricular do curso sofre a influência da estrutura organizadora dos conceitos centrais da mesma classificação, facilitando a compreensão dos conceitos da prática de enfermagem por parte dos alunos de enfermagem.

2- A abordagem de "Suporte básico de vida" integra o desenvolvimento curricular do Curso de Licenciatura em Enfermagem, com os seguintes objectivos e conteúdos programáticos:

#### **Suporte Básico de Vida (SBV)**

##### **Objectivo Geral:**

- Adquirir as competências necessárias à correcta abordagem de uma vítima em paragem cardíaco-respiratória.

##### **Metodologia:**

- Sessões teóricas.
- Sessões práticas.

##### **Conteúdos:**

- Introdução ao SBV. SBV na actualidade. Causas e prevenção da Patologia Cardio-respiratória (PCR). Obstrução da via aérea. Falência respiratória. Patologia cardíaca. Aspectos éticos e legais da reanimação. Apoio aos Familiares das Vítimas. Demonstrações e treino de situações práticas: Obstrução da via aérea (técnica de Heimlich e técnicas básicas de permeabilização da via aérea); Posição lateral de segurança; Reanimação cardio-respiratória; Algoritmo de SBV.

Porto e Escola Superior de Enfermagem do Porto, em 23 de Julho de 2018.

Coordenadora Técnica



**Maria Teresa Monteiro Teixeira**

07/2018/0013

Rua Dr. António Bernardino de Almeida • 4200-072 Porto • Tel.: 22 507 35 00 • 96 728 81 93/4 • Fax: 22 509 63 37  
E-Mail: [esep@esenf.pt](mailto:esep@esenf.pt) • Sítio Web: <http://portal.esenf.pt>