



**ADRIANA FILIPA PEIXOTO
MACEDO**

09/08/1997

RUA DE MACEDO, N° 287 –
UCHA, BARCELOS



ADRIANA_MCD@HOTMAIL.COM



916 568 280

COMPETÊNCIAS

Tenho uma boa capacidade de comunicação, sou empática, curiosa, organizada, empenhada, extrovertida e espontânea. Zelo sempre pelo bem-estar individual de cada paciente e procuro ter uma boa relação com o corpo clínico. Estou sempre disposta e interessada em aprender mais para que, deste modo, possa crescer a nível pessoal e profissional.

EXPERIÊNCIA

**MASSAGISTA DESPORTIVA E TÉCNICA DE
REABILITAÇÃO/RECUPERAÇÃO FÍSICA NO CLUBE
DESPORTIVO DAS AVES (VILA DAS AVES)**

Setembro de 2017 a Dezembro de 2017

Departamento médico da formação do Clube Desportivo das Aves (Vila das Aves, Santo Tirso), na modalidade de futebol nos escalões Juniores e Juvenis A.

**OSTEOPATA E MASSOTERAPEUTA NO SPASO ZEN –
WELLNESS & BEAUTY (PORTO E V.N. GAIA)**

Novembro de 2017 a Outubro de 2018

Osteopata, coordenadora do departamento médico-terapêutico, massoterapeuta (massagens de relaxamento, orientais, de assinatura, desportivas e terapêuticas), terapeuta de tratamentos de rosto e de corpo, gestora de encomendas e lucros/despesas da entidade patronal, responsável pela logística e divulgação e tutora de estágios.

**OSTEOPATA E MASSOTERAPEUTA NA COLINA SAÚDE
– UNIDADE CLÍNICA INTEGRATIVA (BRAGA)**

Fevereiro de 2019 até à Atualidade

Osteopata, massoterapeuta, funções como secretária e experiência no atendimento ao cliente na clínica e na ervanária associada – NatMED.

FORMAÇÃO ACADÉMICA

ENSINO PRIMÁRIO

Escola Básica do 1º Ciclo de Padim da Graça – Braga
Formação com a duração de 4 anos letivos (2003 – 2007)

ENSINO BÁSICO

Escola Básica do 2º e 3º Ciclos de Manhente – Barcelos
Formação com a duração de 5 anos letivos (2007 – 2012)

ENSINO SECUNDÁRIO

Escola Secundária de Barcelos (ESB)
Curso Científico-Humanístico de Ciências e Tecnologias
Formação com a duração de 3 anos letivos (2012 – 2015)



CURSO DE ENSINO SUPERIOR – OSTEOPATIA

Leccionado no Instituto de Medicina Tradicional – Porto

com supervisão/monitorização do British College of Osteopathic Medicine (BCOM) – Londres

- Formação com a duração de 4 anos letivos (2015 – 2019)

CICLO DE PALESTRAS SOBRE AS DOENÇAS RESPIRATÓRIAS – FORMAS DE INTERVENÇÃO E TRATAMENTO À LUZ DA MTC (MEDICINA TRADICIONAL E COMPLEMENTAR)

Instituto de Medicina Tradicional – Braga

Ciclo dedicado à Naturopatia, Massagem Ayurvédica, Aromaterapia, Método das 3 Agulhas do Professor Jin Rui, Técnicas de Drenagem e Osteopatia Visceral.

- Formação executada em Janeiro de 2016

ACUPUNTURA ESTÉTICA FACIAL

Instituto Português de Naturologia – Braga

- Formação executada em Fevereiro de 2016

OSTEOPATIA NAS PATOLOGIAS DESPORTIVAS

Instituto de Medicina Tradicional – Porto

Contemplou os seguintes módulos/unidades de formação:

- Generalidades da Osteopatia Desportiva;
 - Patologias Desportivas;
 - Sinais e sintomas das principais patologias desportivas para o membro inferior, cintura pélvica, coluna lombar, coluna cervicotorácica e membro superior;
 - 13 modalidades desportivas e as suas patologias mais comuns;
 - Aplicação de ligaduras funcionais.
- Formação executada em Abril de 2016

EVENTO “DIA MUNDIAL DA SAÚDE”

Instituto de Medicina Tradicional – Porto

Dedicado aos benefícios das Medicinas Tradicionais e Complementares no aumento da imunidade do organismo, Qi Gong, Auriculoterapia, Massagem Ayurvédica, Massagem Geotermal, Osteopatia e Massagem Tui-Na. Participei como estudante em todas as atividades e como massoterapeuta em Massagem Geotermal.

- Participação no evento em Abril de 2016

BENEFÍCIOS DA HOMEOPATIA PARA A PEDIATRIA

Instituto de Medicina Tradicional – Porto

Dedicado à cólica do bebé e da criança, problemas associados à dentição dos bebés e crianças, transtornos do sono, sistema imunitário, hiperatividade, défice de atenção e rinite.

- Formação executada em Abril de 2016



MASSAGEM GEOTERMAL

Instituto de Medicina Tradicional – Porto

Contemplou os seguintes módulos/unidades de formação:

- História, benefícios/indicações e condições de risco;
 - Técnicas específicas;
 - Os Chakras;
 - Construção da rotina de massagem;
 - Material, ambiente e normas de segurança.
- Formação executada em Julho de 2016

MASSAGEM DESPORTIVA E TÉCNICAS DE RECUPERAÇÃO FÍSICA

Instituto de Medicina Tradicional – Porto

Curso de longa duração que contemplou os seguintes módulos/unidades de formação:

- O papel do massagista desportivo;
 - Anatomia e Fisiologia da Massagem Desportiva e Recuperação Física;
 - Psicologia do Desporto;
 - Higienismo – Dietética e Nutrição na atividade desportiva;
 - Eletroterapia e Drenagem Linfática Manual;
 - Suporte Básico de Vida
 - Diagnóstico e Recuperação;
 - Métodos e Técnicas de Massagem Desportiva e Técnicas de Recuperação Física;
 - Estágio.
- Formação executada de Setembro de 2016 a Julho de 2017

EVENTO “QUALIFICA – FEIRA DE EDUCAÇÃO, FORMAÇÃO, JUVENTUDE E EMPREGO”

Exponor – Porto

Participante como terapeuta nas qualidades de Osteopata, Massagista Desportiva e Técnica de Reabilitação Física.

- Participação no evento em Março de 2017

MOXABUSTÃO E VENTOSAS

Instituto de Medicina Tradicional – Porto

Contemplou os seguintes módulos/unidades de formação:

- Introdução à moxabustão;
 - Técnicas de moxabustão;
 - Introdução às ventosas;
 - Técnicas de ventosas.
- Formação executada em Abril de 2017



SEMINÁRIO: A DIMENSÃO EMOCIONAL DA DOR FÍSICA

Instituto de Medicina Tradicional – Porto

Contemplou os seguintes módulos/unidades de formação:

- Sinais e sintomas;
 - Formas de manifestação e interpretação no membro inferior;
 - Formas de manifestação e interpretação no coração e pulmão;
 - Formas de manifestação e interpretação no fígado e vesícula biliar;
 - Formas de manifestação e interpretação no sistema génito-urinário;
 - Formas de manifestação e interpretação no sistema nervoso.
- Formação executada em Maio de 2017

ESPECIALIZAÇÃO EM MANIPULAÇÃO FASCIAL

Instituto de Medicina Tradicional – Porto

Curso intensivo que contemplou os seguintes módulos/unidades de formação:

- Princípios e conceitos da libertação fascial;
 - Anatomofisiologia da fáscia;
 - Funções da fáscia;
 - Indicações e contra-indicações;
 - Fisiopatologia e abordagem fascial da cintura lombo-pélvica, coluna vertebral, tronco, abdómen, membros superiores e inferiores e sistema crânio-mandibular;
 - Definição da disfunção fascial;
 - Métodos de avaliação da fáscia;
 - Técnicas de tratamento;
 - Avaliação.
- Formação executada de Abril de 2018 a Julho de 2018

EXPERIÊNCIA EM VOLUNTARIADO E OUTRAS COMPETÊNCIAS

No Ensino Secundário candidatei-me à Associação de Estudantes e fiz intercâmbio numa escola em Kolobrzeg (Polónia). Foi uma experiência bastante enriquecedora nas mais diversas vertentes!

Particpei como voluntária em algumas campanhas do Banco Alimentar na luta contra a fome.

Tenho competências informáticas e linguísticas, nomeadamente no Português e Inglês (fluentemente) e no Espanhol e Francês, numa abordagem corrente.

Certificado de Competências Pedagógicas de Formador (CCP).

