

# Europass-Curriculum Vitae

## Informação pessoal

Apelido(s) / Nome(s) próprio(s) **Costa Matos, Sílvia Daniela**

Morada(s) Rua dos Diamantes, nº10, 4ºEsq  
2785-817 São Domingos de Rana  
Cascais

Telemóvel: 918393493

Correio(s) electrónico(s) [Silviad\\_matos@hotmail.com](mailto:Silviad_matos@hotmail.com)

Nacionalidade Portuguesa

Data de nascimento 25 de Abril de 1983

Sexo Feminino

## Emprego pretendido / Área funcional

Enfermeira - Número da cédula Profissional da Ordem dos Enfermeiros: 4-E-54974

## Experiência profissional

Datas Desde 27 de Novembro 2006 a 23 de Abril de 2009

Função ou cargo ocupado Enfermeira Nível 1

Principais actividades e responsabilidades Enfermeira no Programa de Saúde do Adulto e do Idoso; tendo colaborado no projecto para a Consulta de Enfermagem ao doente Diabético e Hipertenso;

Nome e morada do empregador Centro de Saúde da Lapa  
Rua de S. Ciro, n.º 36 – 1200-831 Lisboa

Tipo de empresa ou sector Sub-região de Saúde de Lisboa

Datas Desde 20 de Abril de 2009 a 31 de Maio de 2009

Função ou cargo ocupado Enfermeira Nível 1 – Serviço de Ortopedia

Nome e morada do empregador Largo da Estrela  
1249-075 Lisboa

Tipo de empresa ou sector Hospital Militar Principal

Datas Desde 25 de Maio de 2009 até 28 de Fevereiro de 2018

Função ou cargo ocupado Enfermeira – Serviço de Cirurgia e Especialidades Cirúrgicas

Nome e morada do empregador Avenida Brigadeiro Victor Novais Gonçalves  
2755-099 Alcabideche

Tipo de empresa ou sector	HPP Hospital de Cascais – Hospital Ortopédico Dr. José de Almeida
Datas	26 de Abril de 2018 até ao presente
Função ou cargo Ocupado	Enfermeira – Serviço de Medicina IV ( que inclui Hematologia, Unidade de AVC e Unidade de Intermédios)
Nome e morada do Empregador	Hospital São Francisco Xavier Estrada Forte do Alto Duque 1449-005 Lisboa
Tipo de Empresa ou sector	Centro Hospitalar Lisboa Ocidental

## Educação e formação

Datas	De 2018 a 2019 ( a frequentar)
Designação	Pos Graduação Avançada em Cuidados Intensivos
Nome e tipo da organização de ensino ou formação	Universidade Altântica - Barcarena
Datas	26 de Setembro de 2007 a 9 de Janeiro de 2008 X Curso de Enfermagem de Feridas e Úlceras Cutâneas
Designação da qualificação atribuída	Bom
Principais disciplinas/competências profissionais	Anatomia e fisiologia do sistema tegumentar; Problemas comuns do sistema tegumentar; Aspectos psicológicos do doente com problemas do sistema tegumentar; Fisiologia da cicatrização, caracterização e avaliação de feridas; Prevenção e tratamento de feridas e úlceras cutâneas;
Nome e tipo da organização de ensino ou formação	Instituto de Formação em Enfermagem, Lda
Datas	2002 a 2006
Designação da qualificação atribuída	15 valores
Principais disciplinas/competências profissionais	Licenciatura em Enfermagem
Nome e tipo da organização de ensino ou formação	Universidade Fernando Pessoa – Faculdade Ciências da Saúde

## Aptidões e competências pessoais

Língua(s) materna(s) **Língua Portuguesa**

Outra(s) língua(s)

Auto-avaliação

Nível europeu (\*)

**Inglês**

**Francês**

Compreensão		Conversação		Escrita	
Compreensão oral	Leitura	Interacção oral	Produção oral		
Boa	Boa	Satisfatória	Satisfatória		
Boa	Boa	Satisfatória	Satisfatória		

(\*) Nível do Quadro Europeu Comum de Referência (CECR)

Aptidões e competências  
informáticas

Informática na óptica do utilizador

Informação Adicional

**Formação relacionada com o exercício da profissão de Enfermeiro**

**7 e 8 de março de 2007** - Participação nas 6<sup>as</sup>. Jornadas de Endocrinologia do Hospital Militar Principal Instituto de Estudos Superiores Militares

**17 de março de 2007** – Participação no I Simpósio Accu-chek “Diferentes Abordagens no Cuidado a Pessoa com Diabetes” (7 horas)  
Accu-chek

**13 de dezembro de 2007** - Participação no Simpósio “Novas Vacinas. Novos Benefícios. Novas Oportunidades”

**28 de junho de 2008** – Participação no Simpósio Accu-Chek “7º Encontro de Educadores da Diabetes nos Cuidados Primários” com o tema “Nutrição & Psicologia” (5 horas)  
Accu – chek

**20 de fevereiro de 2015** - Participação no III Encontro da Associação Portuguesa de Enfermeiros de Cuidados em Estomatoterapia (8 horas)

**29 de maio de 2015** – Participação na Formação Profissional em Suporte Básico de Vida (4 horas)

**17 de junho de 2015** – Participação no Curso de Formação Profissional- Boas Práticas JCI: Requisitos de Auditoria (1 hora)

**12 de dezembro de 2015** – Participação no Curso de Formação Profissional- Processo de Enfermagem-: Da Teoria à Praxis (4 horas)

**31 de maio de 2016** – Participação no Curso de Formação Profissional- Constatações JCI – ponto da situação (1hora)

**1 de junho de 2016** – Participação no Curso de Formação Profissional- Acreditação/indicadores de qualidade (1h30)

**3 de junho de 2016** – Participação no Curso de Formação Profissional- Alimentação Oral Entérica (1 hora)

**10 de outubro de 2016** – Participação no Curso de Formação Profissional- Gestão do Risco (1 hora)

**25 de novembro de 2016** – Participação no Curso de Formação Profissional- PEI /Primeira Intervenção de Combate a Incêndios (1 hora)

**3 e 4 de março de 2017** - Participação no VIII ° Fórum Ibérico de Úlceras e Feridas (16 horas)  
ELCOS- Sociedade de Feridas e ULCUS.

**9 e 10 de Maio de 2019** – Frequência de Formação “Abordagem à Pessoa com AVC” com a duração de 10h.

### **Dinamização de ações de formação**

18 e 25 de outubro e 15 de novembro de 2011 - *Formadora na Ação: Prevenção e Tratamento de Feridas- 1º Módulo- Prevenção de Úlceras de Pressão*, com a duração de 3h, no Hospital de Cascais - Dr. José de Almeida

22 e 22 de novembro e 13 de dezembro de 2011 - *Formadora na Ação: Prevenção e Tratamento de Feridas- 2º Módulo- Feridas Agudas e Traumáticas*, com a duração de 3h, no Hospital de Cascais - Dr. José de Almeida;

### **Orientação e Supervisão de Estágios**

Colaboração na orientação, supervisão e avaliação de dois estudantes do 1º ano do 8º Curso de Licenciatura em Enfermagem, no âmbito do Ensino Clínico 1 no período de 18 de Junho a 6 de Julho de 2007 num total de 105 horas.

Colaboração na orientação, supervisão e avaliação de dois estudantes do 1º ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem **2007/2011**, em Ensino Clínico I, da Escola Superior de Enfermagem Lisboa – Pólo Artur Ravara, no período entre 19 de Maio a 27 de Junho de 2008 e 1 estudante entre 30 de Junho e 31 de Julho de 2008, num total de 350 horas, no âmbito dos Cuidados Continuados e Sala de Tratamentos do Centro de Saúde da Lapa.

Colaboração na orientação, supervisão e avaliação de um estudante do 4ºano do 7º Curso de Licenciatura em Enfermagem, em Ensino Clínico IV, da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, Pólo Calouste Gulbenkian, no período de 12 de Janeiro a 13 de Fevereiro de 2009, num total de 175 horas.

Colaboração na orientação, supervisão e avaliação de um estudante do 4ºano do 7º Curso de Licenciatura em Enfermagem, em Ensino Clínico IV, Vertente Comunitária, da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, Pólo Calouste Gulbenkian, no período de 2 de Março a 3 de Abril de 2009, num total de 175 horas

Colaboração na orientação, supervisão e avaliação do Curso de Licenciatura em Enfermagem no âmbito do Ensino Clínico de Enfermagem ao Adulto e Idoso, da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, no período de 19 de Março a 27 de Abril de 2012, num total de 150 horas

Colaboração na orientação, supervisão e avaliação de um estudante do Curso de Licenciatura em Enfermagem no âmbito do Ensino Clínico de Enfermagem ao Adulto e Idoso, da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, no período de 11 de Março a 24 de Maio de 2013, num total de 150 horas.

Colaboração/Participação no processo de formação de um estudante do 20º Curso de Licenciatura em Enfermagem, 4ºano- 2ºsemestre, na Prática Clínica de Integração à Vida Profissional, no período de 5 de Maio a 11 de Julho de 2014, num total de 350 horas;