



Joana Maria da Silva Martins

Date of birth: 04/10/1985

Nationality: Portuguese

Gender: Female

CONTACT



Rua Albino Sousa cruz N. 70
4780-324 Palmeira, Portugal
(Home)



supercaramela@gmail.com



(+351) 916558145

WORK EXPERIENCE

CURRENT Portugal

Coach Go-Foward Hospital Cuf

Coach da solução PatientCare no âmbito do Projecto GoForward no Hospital Cuf Porto

07/2020 – CURRENT Custóias, Portugal

Medicina tradicional chinesa Equilibrium Vital

01/12/2010 – CURRENT Porto, Portugal

Enfermeira Hospital Cuf Porto

Unidade de Cuidados Intensivos Polivalente

2018 – 2019 Leça da Palmeira

Medicina tradicional chinesa Clínica São Miguel Arcanjo

11/02/2008 – 30/11/2010 Madrid, Spain

Enfermeira Hospital Quirón Madrid

Serviço de Cirurgia Geral
Serviço de Ginecologia, Obstétrica e Pediatria
Serviço de Medicina Interna
Serviço de Urgências
Serviço de Oncohematologia

11/10/2007 – 31/01/2008 Las Palmas, Spain

Enfermeira Clínica Santa Catalina

Serviço de Obstetrícia, Maternidade e Serviço de Urgência

EDUCATION AND TRAINING

02/2021 – CURRENT Porto, Portugal

Licenciatura Engenharia Informática Universidade Aberta

Website <https://portal.uab.pt/>

09/2021 – 03/2023 Barcelona, Spain

MBA em Direção de Empresas Escuela de Negocios Europea de Barcelona S.L.

Address Carrer de Llull, 321, 08019, Barcelona, Spain

09/2019 – 05/2021 Barcelona, Spain

Mestrado em Gestão e Direção de Equipes Escuela de Negocios Europea de Barcelona S.L.

Address Carrer de Llull, 321, 08019, Barcelona, Spain

02/11/2020 Barcelona, Spain

Mestrado em Terapias Alternativas Indian Essence Ayurveda

Address Cap Del Rec, 9, 08241, Barcelona, Spain

09/2019 – 07/08/2020 Barcelona, Spain

Pós graduação em Coaching, PNL e Liderança de Equipes Escuela de Negocios Europea de Barcelona S.L.

Address Carrer de Llull, 321, 08019, Barcelona, Spain

10/2013 – 07/2018 Lisboa, Portugal

Licenciatura em Medicina Chinesa, Acupuntura e Fitoterapia Universidade de Medicina Chinesa Zhong Yi Da Xue

Address Rua Eça de Queirós, n. 16B , 1050-096, Lisboa, Portugal

09/2003 – 07/2007 Vila Nova de Famalicão, Portugal

Licenciatura em Enfermagem Escola Superior de Saúde do Vale do Ave - CESPU

Address Rua José António Vida 81, 4760-409, Vila Nova de Famalicão, Portugal

LANGUAGE SKILLS

MOTHER TONGUE(S): Português

Other language(s):

Espanhol

Listening C1

Reading C1

Writing C1

Spoken production C1

Spoken interaction C1

Inglês

Listening B2

Reading B2

Writing B2

Spoken production B1

Spoken interaction B1

Levels: A1 and A2: Basic user; B1 and B2: Independent user; C1 and C2: Proficient user

DIGITAL SKILLS

Microsoft Office Word | Microsoft Office | Microsoft Office PowerPoint | Conhecimentos informáticos na óptica do utilizador | - Bom domínio em muitos campos informáticos | Utilizador Independente | Gosto pelo trabalho em equipa

PUBLICATIONS

2019

Publicação com o título - A energia dos alimentos

Colaboração com a revista Zen Energy

DRIVING LICENCE

Driving Licence: A

Driving Licence: B

03/12/2020 Hospital Cuf Porto - Formato e-learning

● **Órbita multidisciplinar**

1.30horas

16/11/2020 Hospital Cuf Porto

● **Suporte básico de vida**

4horas

16/10/2020 Hospital CUF Porto

● **VII congresso do internato médico CUF**

16horas

19/09/2020 Hospital Cuf Porto

● **Como fazer uma revisão sistématica**

4horas

08/02/2020 Vila Nova de Gaia

● **Doenças autoimunes e interpretação do IoMET**

7horas

01/02/2020 Panda IMP&Exp.Lda

● **Formação Prática- técnicas especiais de MTC no tratamento de distúrbios emocionais e emagrecimento**

8horas

27/01/2020 - 28/01/2020 Hospital Cuf Porto

● **Suporte avançado de vida cardiovascular**

16horas

09/02/2019 Hotel Novotel Porto Gaia

● **Hiper-homocisteinemia: Abordagem e perspectivas atuais**

2.5horas

02/02/2019 Vila Nova Gaia

● **Fadiga Crónica, intestino e fígado**

7h

09/2018 - 02/2019 Indian Essence Ayurveda

● **Curso Homeopatia**

400horas

11/2018 - 01/2019 Indian Essence Ayurveda

● **Masaje Tui Na**

80 horas

09/2018 - 01/2019 UMC-Universidade de Medicina Chinesa Zhong Yi Da Xue

● **Dietética chinesa**

80 horas

14/12/2018 Hospital CUF Porto

● **Monitorização do doente crítico**

7horas

07/12/2018 Hospital CUF Porto

V Reunião de enfermagem de gastroenterologia

5horas

27/10/2018 Hospital Cuf Porto

1^{as} Jornadas reabilitação em neurociências

9horas

27/06/2018 Hospital Cuf Porto

Suporte avançado de vida cardiovascular

16horas

26/06/2018 Hospital Cuf Porto

SBV em contexto de trabalho

1.5horas

16/05/2018 Hospital Cuf Porto

Suporte básico de vida

4horas

11/04/2018 Hospital Cuf Porto

SBV em contexto de trabalho

3horas

07/03/2018 Hospital Cuf Porto

Prevenção do trombo embolismo venoso com compressão pneumática intermitente

1hora

08/02/2018 Hospital Cuf Porto

Segurança transfusional

1.5horas

31/01/2018 Hospital Cuf Porto

SBV em contexto de trabalho

3horas

15/11/2017 Hospital Cuf Porto

Bundles/Feixes de intervenção para prevenção da infeção

2horas

18/10/2017 Hospital Cuf Porto

SBV/SAV - Práticas simuladas em contexto de trabalho

3horas

18/10/2017 Hospital Cuf Porto

Revisão de metas internacionais de segurança do doente

1hora

18/10/2017 Hospital Cuf Porto

Novos produtos de prevenção de úlceras de pressão por dispositivos

1hora

22/11/2016 Hospital Cuf Porto

● **Luta contra incêndios**

4horas

15/11/2016

● **Procedimentos de emergência**

15/11/2016 Hospital CUF Porto

● **Precauções básicas em controlo de infeção e precauções baseadas na via de transmissão para ENF**

3horas

12/11/2016 Auditório da fundação de Serralves

● **CUF Refractiva 2016**

10horas

28/10/2016 Hospital CUF Porto

● **III Reunião de enfermagem de gastroenterologia**

4horas

20/09/2016 Hospital Cuf Porto

● **Simulações em contexto de trabalho 3h**

3horas

28/06/2016 Hospital Cuf Porto

● **Cuidar Mais - Focus enfermeiros 8h**

8horas

01/02/2016 - 02/02/2016 Cinemas NOS NorteShopping

● **III Congresso internacional de cuidados intensivos e unidades intermédias Centro Hospitalar Porto**

XIII Congresso do Arco Iberoatlântico - 16horas

29/01/2016 Hospital Cuf Porto

● **Feridas**

6horas

27/01/2016 Hospital Cuf Porto

● **Comunicação efetiva na passagem de turno**

1hora

13/11/2015 Hospital Cuf Porto

● **II Reunião de enfermagem de gastroenterologia**

4horas

26/10/2015 Hospital Cuf Porto

● **2º Curso básico de enfermagem oncológica**

8horas

04/05/2015 Hospital Cuf Porto

● **Suporte básico de vida**

4horas

02/02/2015 – 03/02/2015 Cinemas NOS NorteShopping

II Congresso internacional de cuidados intensivos e unidades intermédias do Centro Hospitalar Porto

XII Congresso do Arco Iberoatlântico-20horas

17/09/2014 Hospital Cuf Porto

Suporte avançado de vida cardiovascular

16horas

09/05/2014 Hospital Cuf Porto

Curso de simulação de emergências médicas "in situ"

1^{as} jornadas de anestesia-8horas

29/03/2014 Hospital Cuf Porto

Workshop de doença vascular cerebral

3horas

03/02/2014 – 04/02/2014 Cinemas Zon Lusomundo

I Congresso internacional de cuidados intensivos e unidades intermédias do Centro Hospitalar Porto

XI Congresso do Arco Iberoatlântico

25/10/2013 – 26/10/2013 Auditório do centro de investigação médica da FMUP

Curso de formação/atualização de enfermagem em neurocirurgia

14horas

16/05/2013 – 17/05/2013 Auditório GlaxoSmithKline em Miraflores-Algés

8^a jornadas de enfermagem em cuidados intensivos

18horas

12/07/2012 Hospital Cuf Porto

Toque terapêutico

7horas

23/06/2010 – 24/06/2010 Hospital Quirón Madrid

Electrocardiograma y monitorización

16horas

20/10/2008 – 24/10/2008 Hospital Quirón Madrid

Curso urgencias en pediatria

25horas

PROJECTS

2006 – 2007

Monografia Musicoterapia: Uma intervenção não farmacológica no doente oncológico."

Realizado no Hospital S. João de Deus de Vila Nova de Famalicão

MANAGEMENT AND LEADERSHIP SKILLS

- **Membro da comissão organizadora do curso de introdução à musicoterapia**
Membro da comissão organizadora do curso de introdução à musicoterapia, realizado na Escola Superior de Saúde do Vale do Ave de 11 de Outubro a 13 Dezembro de 2006
- **Co-preletora de uma formação sobre "Precauções padrão no controle de infecção"**
realizada em 20 Julho de 2007, num total de 1.5 horas realizada no serviço de Cardiologia do Centro Hospitalar do Alto Ave-Guimarães
- **Tutor de práticas clínicas con alumnos de perorado de enfermería**
realizado no Hospital Universitario Quirón Madrid 2009-2010 - 126 horas

ORGANISATIONAL SKILLS

- **Animadora de campos de férias da companhia de Jesus de Portugal - Campinácios**
Desenvolvimento de competências de espírito de liderança, trabalho em equipa e cooperação
- **Participação em ações de voluntariado**
Banco Alimentar contra a fome, Obra Frei Gil, REFOOD
Curso de iniciação ao voluntariado no Hospital Cuf Porto-7horas no dia 28 de Setembro de 2012

TRABALHOS CIENTÍFICOS

- **27/09/2007 – 28/09/2007**
- **Participação com um trabalho em forma de poster intitulado "Musicoterapia"**
Fórum de enfermagem médico-cirúrgico do Minho

COMPETÊNCIAS LINGUÍSTICAS

- **01/2020 – 28/03/2023**
- **Business English Program**
realizado na Escuela de Negocios Europea de Barcelona S.L.
- **11/2019 – 11/2020**
- **English Certificate Stage 3**
realizado no Cambridge Academy
- **04/04/2008 – 03/01/2013**
- **General English**
Wall Street Institute
- **17/10/2007 – 05/12/2007**
- **Curso de Español para Extranjeros**
realizado na Confederación Canaria de Empresarios
- **15/01/2007 – 23/02/2007**
- **Curso de Introdução ao Finlandês**
realizado na faculdade Mikkeli University of Applied Sciences