

# DR<sup>a</sup> ALEXANDRA SOFIA LIMA

---

## FORMAÇÃO ACADÊMICA:

Licenciatura em Fisioterapia

**2024 - à data** • Escola Superior de Saúde do Vale do Ave – Instituto Politécnico do Norte - CESPU

Licenciatura em Osteopatia

**2017 - 2021** • Escola Superior de Saúde do Vale do Ave – Instituto Politécnico do Norte - CESPU

---

## EXPERIÊNCIA:

**2023 - à data** • Instrutora de Pilates Clínico - PodoAntas, Porto

**2021 - à data** • Osteopata e Instrutora de Pilates Clínico - Dental Norte, Vila Nova de Famalicão

**2021 - à data** • Professora Assistente Convidada - Escola Superior de Saúde do Vale do Ave – Instituto Politécnico do Norte - CESPU

---

## OUTROS DADOS CURRICULARES RELEVANTES

- VIII Curso Avançado em Dissecção Anatômica
- Curso de Formação em Imagiologia para Profissionais de Saúde
- Curso Pilates Clínico e Populações Especiais
- Curso Stretching Global Ativo (SGA) - RPG e o Desporto
- Curso Osteopatia Pediátrica
- Curso Pilates Matwork - Nível I
- Curso Articulação Temporomandibular (ATM) - Diagnóstico e Tratamento
- Apresentação do trabalho "Efeitos imediatos das técnicas de encurtamento versus inibição dos escalenos durante o Upper Limb Tension Test 1: Análise da rigidez ao movimento" no III Congresso Internacional de Osteopatia
- Participante no "II Fórum Internacional de Osteopatia - A visão multidisciplinar da Osteopatia"
- Membro da Comissão Organizadora do "II Congresso de Osteopatia - Abordagem atualizada das patologias do ombro em Osteopatia"
- Participante no "I Fórum Internacional de Osteopatia"