

Catarina Rocha Freitas

Optometrista Junior

Coimbra, Portugal
catarina.rfreitas@gmail.com
+351 987 721 865
linkedin.com/in/catarinarfreitas



Recem-licenciada em Optometria e Ciencias da Visao pela NOVA University Lisbon com estagio pratico na area. Competencias demonstradas em contexto profissional real.

Experiência

Estagiária de Optometria, MultiOpticas, Coimbra

Jan. de 2025 – Jul. de 2025

Estágio em clínica de optometria.

- Realizei **850 consultas de optometria** incluindo refração, tonometria e fundoscopia
- Adaptei **120 lentes de contacto** (esféricas, tóricas e multifocais) com follow-up
- Identifiquei **35 casos** de patologia ocular referenciados para oftalmologia
- Realizei **8 rastreios visuais** em escolas, avaliando 400 crianças

Voluntária de Investigação, Universidade de Lisboa, Coimbra

Set. de 2023 – Ago. de 2024

Trabalho em regime de part-time durante o período letivo.

- Contribuição para **40 tarefas** diárias com autonomia
- Trabalho em equipa com **14 colegas**
- Gestão de **responsabilidades** em paralelo com formação académica

Formação

Grau e área, NOVA University Lisbon, Coimbra

Set. de 2022 – Jul. de 2025

Media final de **14 valores**. Projeto final classificado com 16 valores.

- Cadeiras relevantes: Anatomia, Fisiologia, Patologia, Farmacologia, Etica Clinica

Competências

Refracao Subjetiva e Objetiva • Contactologia • Saude Ocular • Optometria Pediatrica • Tonometria • Campimetria • OCT - Tomografia de Coerencia Otica • Lentes Oftalmicas
• Adaptacao de Lentes de Contacto • Visao Binocular

Certificações

Contactologia Avancada, Universidade do Minho - Formacao Continua

Jun. de 2025 – Mar. de 2025

OCT - Interpretacao Clinica, Essilor Academy

Jun. de 2025 – Mai. de 2025

Idiomas

Portugues (nativo) • Ingles (B2) • Espanhol (B1)

Projetos

Projeto Academico - Optometria e Ciencias da Visao

Set. de 2024 – Jun. de 2025

Projeto desenvolvido no ambito da formacao.

- Aplicacao pratica de competencias em **4 areas** da formacao
- Apresentacao a **21 participantes** no seminario final

Referências

Dra. Pedro Santos

Responsavel de Equipa, MultiOpticas, referencia@empresa.pt, +351 918 618 763

Atividade extracurricular

Voluntária - Banco Alimentar

Jan. de 2023 – Jun. de 2025

Participacao ativa com contribuicao para **6 iniciativas** comunitarias e sociais. Envolvimento com **53 participantes** em atividades diversas.