

▽  
**FILIFE  
FONSECA**

FARMACÊUTICO  
MEDICINA CHINESA



## ENTRE EM CONTACTO COMIGO

+351 91 963 24 63

filipe.lope.fonseca@gmail.com

R Manuel Marques n.23 9ºA

1750-170 Lisboa

Portugal

## SOBRE MIM

PODEM SEMPRE CONTAR COMIGO

# M

Nascido em Lisboa, com formação base em Ciências Farmacêuticas nunca perdi o interesse na aprendizagem. Com espírito empreendedor, fui à procura de novos saberes e resolvi complementar a minha formação com o curso de Medicina Tradicional Chinesa de modo a poder agir de forma independente e fazer mais e melhor em prol da saúde pública.

A minha intenção, que considero como missão, é ajudar eficazmente o próximo, diferenciando-me através da disponibilidade, competência e simpatia.

A experiência como Farmacêutico-adjunto permitiu o desenvolvimento de competências de liderança, organização, interajuda e cooperação, gestão de recursos humanos e financeiros.

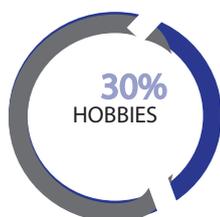
A experiência como membro da associação (AECFUL), permitiu o contato e execução de projectos e protocolos com diversas empresas e entidades ligadas ou não ao sector farmacêutico.

A paixão pelas artes marciais e cultura oriental despoletaram a busca por um conhecimento mais profundo sobre a a saúde do ser humano. levando ao curso de Medicina Tradicional Chinesa.

## TRABALHO E LAZER

MÁXIMA LIBERDADE, MÁXIMA RESPONSABILIDADE

# T



### LAZER E INTERESSES

Praticante de Bujinkan Tsoru Ninjutsu (1ºDan)  
Praticante de Karaté-do Shotokai (1ºDan)  
Praticante de Koshyo Ryo Kempo (7º Kyu)

### TRABALHO

Gostar do que faço é fundamental para conseguir ser feliz e realizado, daí a dedicação ser exemplar.



# E

## EXPERIÊNCIA

UMA BOA PLATAFORMA DE APRENDIZAGEM

### MYSELF CARE - SAÚDE E BEM-ESTAR 2017

Sócio fundador e Terapeuta  
www.myselfcare.pt

### CLÍNICA E.S.M.T.C. 2013 - 2017

ESMTC - ESCOLA DE MEDICINA TRADICIONAL CHINESA  
Palacete da Estefânia, R D Estefânia 175, Lisboa

### FARMÁCIA DUMAS BRUSSE 2016 - 2016

FARMACÊUTICO  
Rua das Murtas, 3-c, Rinchoa, Rio de Mouro  
Dr. Luis Gato - Sócio Gerente

### FARMÁCIA CONDESTÁVEL 2009 - 2016

FARMACÊUTICO ADJUNTO  
Rua Coelho da Rocha 119 - Campo de Ourique, Lisboa  
Dr. André Coelho - Diretor Técnico

### FARMÁCIA ALTA DE LISBOA 2008 - 2009

FARMACÊUTICO 1º ANO  
Rua António Lopes Ribeiro, 6º Alto do Lumiar, Lisboa

### HOSPITAL MILITAR PRINCIPAL 2008 - 2008

ESTÁGIO CURRICULAR EM FARMÁCIA HOSPITALAR  
Estrela, Lisboa  
Tenente-Coronel Dr. Eduardo Serrano

### FARMÁCIA ALTA DE LISBOA 2007 - 2008

ESTÁGIO CURRICULAR EM FARMÁCIA COMUNITÁRIA  
Rua António Lopes Ribeiro, 6º Alto do Lumiar, Lisboa

### GICUF / MEPHA 2007 - 2008

FORMADOR EM TABAGISMO  
Grupo de Investigação Cuidados Farmacêuticos  
Dra. Paula Iglésias

### SOLVAYFARMA 2006 - 2006

ESTAGIO EM REGISTOS E REGULAMENTAÇÃO  
FARMACÊUTICA  
Lagoas Park, Ed 5C Piso 6 - Porto Salvo - Dra. Paula Guimarães

### FARMÁCIA ALTA DE LISBOA 2002 - 2005

ESTÁGIO EM FARMÁCIA COMUNITÁRIA  
Rua António Lopes Ribeiro, 6º Alto do Lumiar, Lisboa

# F

## FORMAÇÃO

VONTADE CONTÍNUA DE APRENDER

### MEDICINA TRADICIONAL CHINESA 2012 - 2016

ESMTC - ESCOLA DE MEDICINA TRADICIONAL CHINESA  
Palacete da Estefânia, R D Estefânia 175, Lisboa

### KYUSHO TERAPÊUTICO GRAU I 2016 - 2016

KYUSHO INTERNACIONAL - Gustavo Carneiro

### MESOTERAPIA ESTÉTICA 2016 - 2016

Sara Lima Formações  
Av. Fernão de Magalhães, 584 - 3º G 3000-174 - Coimbra

### TREINADOR KARATE-DO GRAU I 2014 - 2015

FNK-P - Federação Nacional Karate Portugal  
Rua do Cruzeiro n6 R/c Dto, 1300-164, Lisboa

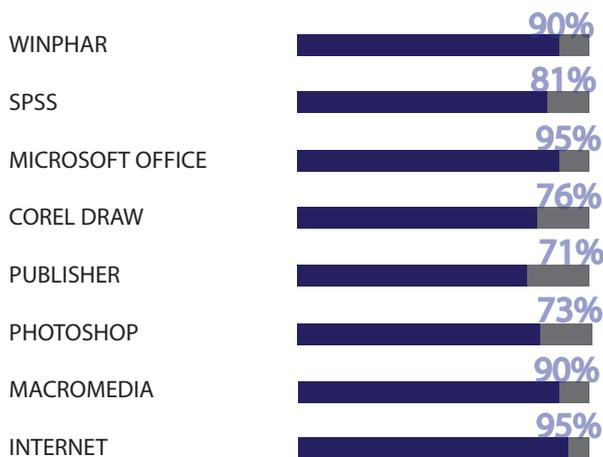
### CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS 2002 - 2008

MESTRADO INTEGRADO EM CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS  
Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

## APTIDÕES

BONS CONHECIMENTOS EM SOFTWARE

# A



## COMPETÊNCIAS SOCIAIS

O QUE ME CARACTERIZA

# S

- COMUNICATIVO
- ESPÍRITO DE EQUIPA
- DINÂMICO
- SOCIAL
- AUTÓNOMO
- CRIATIVO
- PERFIL EXTROVERTIDO
- ADAPTAÇÃO MULTICULTURAL
- LIDERANÇA DE EQUIPAS
- FORÇA DE VONTADE

## ENTRE EM CONTACTO COMIGO

+351 91 963 24 63

filipe.lobes.fonseca@gmail.com

R Manuel Marques n.23 9ªA  
1750-170 Lisboa  
Portugal

# C

## FORMAÇÃO COMPLEMENTAR

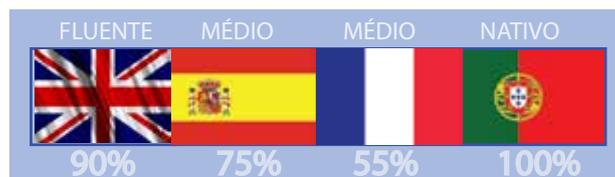
O CONHECIMENTO NÃO OCUPA LUGAR

- Curso Instrutor Bujinkan BudoTaijutsu (Kyu) 2015  
Instrutor  
Bujinkan Tsuru Dojo  
www.bujinkan.pt
- CURSO TREINADOR KARATÉ GRAU I 2014  
TREINADOR ESTAGIÁRIO  
Academia Unitis - Rua Cidade da Horta 1A Pontinha  
Federação Nacional Karaté Portugal
- “VENDAS NA FARMÁCIA DO SÉCULO XXI” 2014  
FORMAÇÃO  
MJGS LDA - Manuel J Guedes da Silva (parceria Jaba Recorda)  
R S Francisco Xavier 31 4º
- CURSO TÉCNICO DE INGLÊS 2011  
UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA  
Instituto de Linguas da Universidade Nova de Lisboa  
Faculdade de Ciências Sociais e Humanas
- CURSO CESSAÇÃO TABÁGICA 2010  
Associação Nacional de Farmacêuticos  
Escola de Pós-Graduação em Saúde e Gestão
- GESTÃO DE RECURSOS HUMANOS 2008  
CURSO DE FORMAÇÃO  
Ordem dos Farmacêuticos
- GESTÃO E COMUNICAÇÃO EM FARMÁCIA 2008  
COMUNITÁRIA  
CURSO DE FORMAÇÃO  
Ordem dos Farmacêuticos - Dr António Hipólito de Aguiar
- SUORTE BÁSICO DE VIDA 2007  
CURSO DE SOCORRISMO  
Cruz Vermelha Portuguesa

# L

## LÍNGUAS

MELHOR RELACIONAMENTO INTERCULTURAL



▽  
**FILIFE  
FONSECA**

FARMACÊUTICO  
MEDICINA CHINESA