

# CURRICULUM VITAE

---

Dr.a Lígia Isabel Cardoso Catão  
Praça D. Filipa de Lencastre 22, 4º andar, sala 69,  
4050-259 Porto  
Tel: 220 424 080 / 914 590 050  
Email: ligiacardosocatao@gmail.com  
Linkedin: <https://pt.linkedin.com/in/lígia-catão-8b007326>

**Psicóloga, Especialista em Psicologia Clínica e da Saúde;  
Especialidades: Coaching Psicológico, Psicoterapia e Sexologia.**

Eclética na abordagem profissional, alicerça-se na medicina baseada em evidências – Cochrane.  
‘Acredito no Potencial Humano’ é a frase que a caracteriza profissionalmente. ‘Loveback’ é o conceito que a move.

**Visão** • Gostaria de colaborar com instituições (públicas ou privadas – maternidades, hospitais, etc) onde se promova o modelo biopsicossocial e holístico da saúde; um local onde a sua missão e valores sejam inerentes a esse cargo.

**Missão Profissional** • Preconizar a saúde psicológica e sexual com foco na prevenção e no tratamento de Trauma Psicológico e Sexual. Promover os direitos das mulheres durante a gravidez, parto e pós-parto; prevenção através da humanização do parto; sinalizar e denunciar a violência obstétrica e canonizar a recuperação do trauma resultante dos maus tratos.

**Valores Profissionais** • Preconizar os Direitos Humanos, incluindo os direitos sexuais.

## PROJETOS PROFISSIONAIS

- 2017 – Escreve um livro sobre sexualidade – em processo.
- 2016 – Fundação da Oporto Trauma Clinic: tratamento do trauma psicológico e sexual.
- 2010 – Fundadora do Espaços Mulher – formação e promoção na Terapia de Prevenção da Psicologia da Mulher; promoção da prática da psicologia na obstetrícia, prevenção da violência obstétrica; promoção na sociedade da psicologia no climatério; promoção da Psicoterapia EMDR e Brainspotting em Portugal; promoção da Sexologia e da Terapia Sexual; promoção dos Direitos Humanos incluindo os direitos sexuais.

## FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Psicoterapeuta de Brainspotting pela Brainspotting Iberoamerica;  
Psicoterapeuta de Eye Movement Desensitization Reprocessing pela EMDR Europa e Associação EMDR Portugal;  
Terapeuta Sexual pela Sociedade Portuguesa de Sexologia Clínica;  
Egoauxiliar pela Sociedade Portuguesa de Psicodrama;

## **FORMAÇÃO ACADÉMICA**

Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde pela Universidade Fernando Pessoa;  
Pós-graduação em Intervenção Precoce pela Psifactor;  
Pós-graduação em Sexologia Clínica pela Sociedade Portuguesa de Sexologia Clínica;  
Licenciatura em Psicologia pela Universidade Fernando Pessoa.

## **FORMAÇÃO RELEVANTE PARA ESPECIALIDADES E ÁREA DE MISSÃO PROFISSIONAL**

### **Psicologia da Mulher**

2016 – A Natureza da Vida: técnicas tradicionais na gravidez, parto e pós-parto com Naoli Vinaver López  
2015 – Curso de Doulas, educadora perinatal pela GAMA (Grupo de apoio à maternidade ativa)  
2014 – CAM (Conselheira em aleitamento materno) código internacional de Marketing de substitutos de leite materno, IBFAN  
2014 – Curso Certificado de Parto na Água com Barbara Harper, Water Birth International  
2010 – Educadora Perinatal com Ricardo Herbert Jones, ANDO Brasil (Associação Nacional de Doulas)  
2010 – Paramana Doula Course com Dr. Michel Odent  
2010 – Curso de Doula, Associação Portuguesa de Doulas  
2009 – Workshop de Intervenção Psicológica no Feminino

### **Psicoterapia**

2017 – Brainspotting nível 2  
2016 – Brainspotting nível 1  
2016 – Psicoterapeuta EMDR, EMDR Europa  
2013 – Formação na Associação EMDR Portugal  
2010 / 2012 – Psicodramatista e Ego auxiliar, Associação Portuguesa de Psicodrama, Psicoterapia vivencial e formação teórica  
2010 – Terapia focada nas emoções, nível 1 com Robert Elliot

### **Sexologia**

2014 – V Curso de Sexologia Oncológica (Workshop Teoria e Prática em 3: Comunicação, Oncosexologia na mulher e no homem), IPO Lisboa  
2013 – V Curso de Sexologia Clínica da Sociedade Portuguesa de Sexologia, Terapeuta sexual  
2012 – Estágio de Sexologia Clínica, Hospital de Coimbra  
2011 – Pós-graduação em Sexologia Clínica

### **Coaching**

2011 – Practitioner em Programação Neurolinguística  
2010 – Coach, International Coaching Community ICC – 5489  
2010 – Curso Básico e Avançado de Hipnose Clínica

## **ORGANIZAÇÕES PROFISSIONAIS A QUE PERTENCE**

Brainspotting Iberoamerica;  
EMDR Europa - 9002 (validade até 2021) e Associação EMDR Portugal, sócia n.º 108.  
Sociedade Portuguesa de Sexologia Clínica, sócia n.º 592;  
Sociedade Portuguesa de Psicodrama;  
Ordem dos Psicólogos Portugueses com a cédula profissional n.º 4625.

## ATIVIDADES PROFISSIONAIS

<b>Data</b>	<b>Entidade</b>	<b>Função /Atividades desenvolvidas</b>
2016	Revista “Saber Viver”	Colaboradora no artigo: “Menopausa, um mito”
2015	Gondomar FM, Programa Intimidades	Coordenadora/Colaboradora; divulgação da saúde psicológica e sexual em Portugal; comentário de notícias semanais; acontecimentos sociais; entrevistas e informação sexual.
2014	SPEM, Sexualidade na Esclerose Múltipla	Terapeuta sexual, Sexóloga convidada para Tertúlia, onde se explorou a adaptação à sexualidade na doença.
2013	APDI, Associação Portuguesa da Doença Inflamatória do Intestino, Fórum da APDI	Psicóloga convidada na Palestra: “Saiba viver com a doença de Crohn e Colite Ulcerosa”, Sexualidade e Contraceção na DII.
	SPEM, Sexualidade na Esclerose Múltipla	Palestra sobre os Direitos Sexuais, Psicóloga convidada
2012	Revista “Saber Viver”	Colaboradora em Especial Sexo, (sexualidade ao longo da vida: climatério).
	IEFP	Formadora do IEFP: “A Educação Sexual no contexto da formação profissional”
	Rede de Psicólogos Nacionais da Associação Portuguesa de Fertilidade	Psicóloga
2011	Edições Oficina do livro	Autora, co-Autora e colaboradora, “Menopausa sem medos” no Livro: “Sorrir com o corpo inteiro”
2010	Laborsano	Colaboradora; relacionamento entre o técnico Neomove Menopause e as participantes
	ASAS	Formadora na Ação “Escola de Pais”, com o tema: “Afectividade e Sexualidade”
2009	Sociedade Portuguesa de Menopausa	Autora, co-Autora e colaboradora do Guia Clínico de Menopausa para Profissionais
2007	Centro de Estudos de Infertilidade e Esterilidade	Psicóloga

## PUBLICAÇÕES

### **Científicas**

“Crenças sexuais disfuncionais em Profissionais de Enfermagem: avaliação e preditores do funcionamento sexual”, monografia apresentada à Sociedade Portuguesa de Sexologia Clínica para obtenção de grau de Terapeuta Sexual, 2013.

“Climacteric Sintomatology and Sexual Function in Middle Aged Women”, European Journal of Sexology and Sexual Health, Sexologies, May 2010, Vol. 1, Supplement n.º1 – S149.

“Sintomatologia Climatérica e Sexualidade na Mulher de Meia-idade”, dissertação de Mestrado apresentada na Universidade Fernando Pessoa, 2009.

“Sexualidade na Mulher de Meia-idade: avaliação do funcionamento Sexual e do Interesse Sexual”, monografia apresentada na Universidade Fernando Pessoa, 2007.

### **Comunidade Médica**

Capítulo “Medição da qualidade de vida, escalas específicas: alterações do estado de ânimo e do sono” no livro “Qualidade de vida na menopausa”, Guia Clínico da Sociedade Portuguesa da Menopausa, 2008;

### **Gerais**

Capítulo “Menopausa sem medos” no livro “Sorria com o corpo inteiro” de Maria do Céu Santo, 2011; (nota em capítulo que fornece dicas positivas para lidar com a meia-idade assim como com a sexualidade nesta fase da vida).

## OUTRAS INFORMAÇÕES

2015 – Voluntária no Projeto “Parto na Água em Portugal”;

2015 – Voluntária no Projeto “Baseline Matosinhos” como Open Water Dive.