



Sofia Bouçadas

ESPECIALISTA EM REFLEXOLOGIA PODAL, MASSAGEM TERAPÊUTICA E PSICOTERAPIA TRANSPESSOAL

RESUMO DA CARREIRA PROFISSIONAL

- Especializou-se em Reflexologia Podal em diversas escolas:
Reflexologia Podal pela *International Society of Reflexology of Israel*;
Reflexologia Podal pela *Anjocas* – Lisboa;
Reflexologia Podal Infantil pela *Asociación Española de Reflexología Infantil* – Método Angeles Hinojosa.
- Especializou-se em Massagem Terapêutica, nível 1 e 2, na Escola de Medicina Tradicional Chinesa em Lisboa.
- Especializou-se em Massagem Kundalini S.I.T.O (*Sociedad Internacional de Terapeutas de Obsidiana do México*).
- Especializou-se em Psicoterapia Transpessoal – Terapia Regressiva na instituição AlmaSoma.
- Facilitadora de Biodanza na Escola de Biodanza de Portugal – Sistema Rolando Toro.

FORMAÇÃO COMPLEMENTAR

- Curso de Terapeutas de Geometria de Obsidiana e Cristais da S.I.T.O (*Sociedad Internacional de Terapeutas de Obsidiana do México*) – Método Ana Sílvia Serrano.
- Reiki e Leitura de Aura.

ÁREAS DE INTERESSE

- Tratamentos do corpo, técnicas de dissolução de dores, rigidez e tensões musculares, libertação de toxinas, alinhamento da postura corporal e energética.
- Psicologia e patologias comportamentais – nomeadamente casos de depressão, ansiedade, traumas de pré-natal, peri-natal, infância, adolescência e fase adulta.
- Dança e movimento.

PRINCIPAIS ATIVIDADES PROFISSIONAIS PRÉVIAS

- Reflexóloga e massagista, desde 2009, em diferentes centros e clinicas na área metropolitana de Lisboa.
- Formadora de Reflexologia Podal (adultos e crianças).
- Participação no Projeto Reflexologia na Acreditar (instituição do IPO).
- Facilitadora de Biodanza (adultos e crianças).