

Nasceu a 30 de maio de 1981 na cidade de Angra do Heroísmo, na ilha Terceira.

Cresceu e residiu na ilha até completar o secundário em 2000. Em Setembro do mesmo ano rumou a Lisboa para continuar os estudos, tendo optado por Psicologia.

Ingressou na Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias no Campo Grande tendo concluído a licenciatura em Psicologia Clínica e do Aconselhamento em Outubro de 2005. Iniciou-se no mundo do trabalho em 2006, tendo passado por diversas áreas.

Ao longo do seu percurso participou em diversos cursos de formação, conferências, seminários e workshops relacionados com a sua área de trabalho e realizou a sua psicoterapia pessoal.

Em 2008 concluiu uma pós-graduação em Psicoterapia.

Trabalhou para o IDDP, entre 2007 e 2010, onde fez parte de um projecto desenvolvido para crianças em idade escolar com supervisão mensal.

Trabalhou em diversos estabelecimentos entre eles destacam-se a Clínica Médica do Prenda, a Unidade de Desenvolvimento Infantil e Juvenil, o Higia – Desenvolvimento e Intervenção de Aptidões Físicas e Sociais e Medenal – Clínica Médica e Dentária. Em 2015 é co-fundadora da PMB- Para Mim Basta, uma associação de combate à violência psicológica, onde desenvolve actualmente um projecto de prevenção em parceria com a Junta de Freguesia da Sé, em Angra do Heroísmo.

Em 2017, no processo desenvolvido pela Ordem dos Psicólogos Portugueses para o reconhecimento dos psicólogos em Portugal, é-lhe reconhecido o título de especialista em Psicologia Clínica e da Saúde com especialidade avançada em Psicoterapia.