

☎ 637407888

✉ liz.armijo@gmail.com

📍 Valencia

in <https://www.linkedin.com/in/liz-armijo-326561234/>

LIZ ARMIJO GATICA



PERFIL PROFESIONAL

Soy una profesional experimentada y empática, apasionada por enriquecer la vida de las personas. Cuento con formación en ciencias del deporte y más de cinco años de experiencia en el cuidado de adultos mayores. Me considero una líder natural y sociable, con facilidad para organizar iniciativas que promuevan la participación comunitaria y el bienestar. He obtenido títulos de grado y posgrado en distintos países, lo que me ha dado una perspectiva global y excelentes habilidades de comunicación intercultural. Me destaco por mi servicio al cliente y espíritu colaborativo, construyendo relaciones positivas con equipos y clientes.

COMPETENCIAS

- Experiencia en Salud y Bienestar
- Modelo de Vida Saludable
- Excelente Planificación y Coordinación
- Responsable y Confiable
- Formación en primeros auxilios

CERTIFICACIONES

- RPM Les Mills - Indoor Cycling

REFERENCIAS

Disponibles a solicitud

EXPERIENCIA LABORAL

Instructor/a de Gimnasio

Abr. 2024 – Febr. 2025

THE ARMADALE FITNESS AND AQUATIC CENTRE
Perth, WA

- Supervisión del gimnasio, priorizando la seguridad y el bienestar de los usuarios.
- Recepción y atención de clientes, tanto presencial como telefónica, promocionando productos, servicios y programas, y respondiendo solicitudes de información de manera oportuna.
- Contribución al funcionamiento eficiente y promoción de los Centros de Recreación de la Ciudad de Armadale.
- Realización de evaluaciones y programas de entrenamiento físico adaptados a las necesidades de los clientes.
- Preparación y ejecución de circuitos para adultos mayores para mejorar equilibrio, fuerza y flexibilidad del programa "Strength For Life".

Asistente de Terapia

Abr. 2024 – Febr. 2025

HOLLYWOOD DAY THERAPY CENTRE – REGIS
NEDLANDS
Perth, WA

- Ejecución de programas de tratamiento prescrito por el/la terapeuta registrado/a para adultos mayores.
- Observación y reporte de cambios en la condición
- Comportamiento del residente/paciente al terapeuta registrado
- Al/la encargado/a del centro.
- Enfoque de trabajo en equipo para gestionar las necesidades del residente/paciente.
- Aplicación de técnicas seguras de movilización y asistencia en traslados.
- Uso y mantenimiento adecuado y seguro de equipos.
- Supervisión y liderazgo de actividades grupales: *Balance, OTAGO, Parkinson, Conditioning*.

Coordinadora de Estilo de Vida

Abr. 2021 – Abr. 2024

REGIS NEDLANDS
Perth, WA

- Diseñar calendarios mensuales de actividades recreativas que abarquen las áreas física, cognitiva, emocional, social y cultural.
- Desarrollar programas de bienestar personalizados, adaptados a las necesidades, preferencias y objetivos individuales de cada residente.
- Implementar actividades significativas y terapéuticas para estimular la sociabilidad, la movilidad, la memoria y la participación activa.
- Coordinar eventos especiales y celebraciones culturales que fortalezcan el sentido de comunidad y pertenencia.

IDIOMAS

Español | Nativo

Inglés | Avanzado alto (C2)

- Viví 8 años en Australia

Portugués | Avanzado alto (C2)

- Hice uno de mis grados Universitarios en Brasil

Italiano | Básico (A1)

- Centro de Italiano G. Leopardi

RECONOCIMIENTOS

- Premios Nacionales de Cuidado Regis 2020 Australia – Finalista en Servicios Sobresalientes en Residencia
- Premios Nacionales de Cuidado Regis 2020 Australia – Finalista en Liderazgo Ambiental (reconocimiento otorgado al equipo de Estilo de Vida durante mi gestión)

PUBLICACIONES

- Effects of an Aquagym Training in Postmenopausal Woman
Author(s): Di Masi, Silveira, A.L.B; Braz, M.A; Gatica, S.L.A; Borreani, S; Brasil, R.M. and Dantas, E.H.M
Publisher / journal title: Rev.int.med.cienc.act.fís.deporte - ISSN: 1577-0354 Language of publication: Spanish and English, Year of publication: 2016
- 2016Sprint Running Performance In Healthy Subjects Author(s): Gatica, Sharon Liz Armijo, Flávio Muniz de Abreu, and Anderson Luiz Bezerra da Silveira
Publisher / journal title: Medicine & Science in Sports & Exercise ACSM
Language of publication: English, Year of publication: 2010

- Liderar la inducción, capacitación y acompañamiento de nuevos integrantes del equipo de bienestar y voluntariado.
- Establecer y mantener relaciones positivas y de confianza con residentes, familias y voluntarios.
- Realizar el seguimiento y la documentación detallada sobre la participación, progreso y cambios de comportamiento de los residentes.
- Colaborar con equipos clínicos y de cuidados para alinear los programas recreativos con los planes de salud y necesidades específicas.
- Evaluar periódicamente la eficacia de los programas de bienestar e introducir mejoras basadas en la retroalimentación.
- Participar activamente en la ejecución de actividades grupales e individuales, asegurando inclusión y motivación.

Asistente de Estilo de Vida

Nov. 2018 – Jul. 2021

REGIS WOODLANDS

Perth, WA

- Realización de evaluaciones de estilo de vida completas para nuevos residentes y diseño de programas personalizados.
- Comunicación con residentes, familiares, coordinadores y equipos de cuidado para implementar planes PIEC&S.
- Provisión de actividades recreativas orientadas al bienestar físico, intelectual, emocional, cultural y social.
- Motivación de los residentes hacia una vida más plena y significativa.
- Reporte y documentación inmediata de accidentes, lesiones
- Incidentes durante el trabajo.

Coordinadora de Cursos en Línea

Dic. 2013 – Jul. 2016

ANDRÉS BELLO UNIVERSITY

Santiago

- Liderar y coordinar el equipo en línea asegurando procedimientos eficientes para la experiencia estudiantil.
- Verificar la integridad y precisión de los documentos generados por el equipo.
- Configuración y gestión de la plataforma Blackboard: selección, modificación y carga de materiales educativos.
- Seguimiento de tareas y resultados de estudiantes.
- Generación de informes y documentos de seguimiento en Excel.
- Apoyo al cuerpo docente en línea.
- Desarrollo de nuevos procesos que mejoraron significativamente el rendimiento del equipo.
- Comunicación con coordinadores de otras facultades para diseñar estrategias conjuntas.

Práctica Profesional

Jun. 2016 – Dic. 2016

HOLLYWOOD PRIVATE HOSPITAL &
HOLLYWOOD FUNCTIONAL REHABILITATION
CLINIC – HFRC

Perth, WA

- Impartición de clases grupales: pilates, caminatas para pacientes hospitalizados, ejercicios para adultos mayores y programas para trastornos alimenticios.
- Supervisión de sesiones de hidroterapia para prótesis de rodilla (TKR) y cadera (THR).

- Monitoreo y corrección de la técnica de los pacientes durante ejercicios.
- Creación de actividades innovadoras y atractivas.
- Colaboración estrecha con enfermeros/as registrados/as para mejorar el bienestar de los pacientes.
- Experiencia con pacientes con Parkinson, diabetes, cáncer, anorexia, bulimia, adicciones, artrosis, entre otros.
- Diseño de programas de levantamiento de pesas para adultos mayores con osteoporosis y prótesis articulares.

FORMACIÓN

Magíster in Ciencias de la Salud, Ejercicio y Salud

The University of Western Australia

Jul. 2016 – Jul. 2018
Australia

Profesora de Educación Física

Universidade Rural Federal de Rio de Janeiro

Agt. 2008 – Febr. 2011
Brasil

Licenciatura in Ciencias de la Actividad Física

Universidad de Santiago de Chile

Mzo. 2002 – Dic. 2005
Chile

Terapeuta in Actividad Física y Salud

Universidad de Santiago de Chile

Mzo. 2006 – Dic. 2006
Chile