

Licenciada em Comunicação Social pela Universidade do Minho e mestranda em Ciências da Educação: Área de Especialização Tecnologia Educativa, também na Universidade do Minho.

Foi jornalista no Semanário Minho e na Rádio Universitária do Minho e integrou, durante três anos, a equipa de comunicação e edição de conteúdos do Instituto de Desenvolvimento Tecnológico do Minho, em Braga. Em 2003 foi formadora na EPRAMI-Escola Profissional do Alto Minho Interior (Paredes de Coura, Monção e Melgaço), em 2004 assume o departamento de comunicação e em 2007 a assessoria da direção daquele estabelecimento de ensino, com a responsabilidade de acompanhar e desenvolver candidaturas, projetos e atividades em todas as áreas de funcionamento desta instituição.

Nas eleições de 2013 é eleita Vereadora da Câmara Municipal de Paredes de Coura.