



# Feel

## Curso de Técnico de Estética

**Área de Formação:** 815 . Cuidados de Beleza

O Técnico de Estética é um curso que forma de raiz um profissional com múltiplas competências para poder desempenhar as funções inerentes a vários tratamentos de estética, tais como: Manicura e Pedicura, Pedicura Medical – Calista, Epilação-Depilação, epilação a linha e tratamentos completos e específicos de corpo e rosto.

Nesta formação será dada também a Cosmetologia, conhecimentos tão importantes para conseguir um bom desempenho prático.

Com esta formação o Profissional estará dotado de conhecimentos teóricos e práticos para desenvolver no seu próprio estabelecimento, em institutos de beleza ou em estabelecimentos similares, um excelente trabalho.

Com este Curso o Técnico de Estética obterá equivalências caso deseje complementar a sua formação com outras matérias.

**Carga Horária:** 350 horas

150 horas em Sala + 200 horas estágio Opcional

**Destinatários:** Público em geral

### Saídas Profissionais:

Alguns setores onde se insere esta Profissão:

- Centros de Estética e Beleza
- Cabeleireiros
- Day Spas
- Clínicas e Centros de Medicina Natural
- Cruzeiros
- Hóteis e Resorts
- Health Clubs
- Apoio Domiciliário
- Entre Outros

## Objectivos:

- Dotar de um conjunto de conhecimentos teóricos e práticos assim como, de uma sólida formação técnica na área da estética.
- Obter conhecimentos teóricos e práticos de toda a vertente estética como manicura, pedicura, pedicura medical, epilação-depilação e epilação a linha.
- Dotar os formandos de conhecimentos teóricos de cosmetologia.
- Efetuar massagens de estética e envolvimentos corporais, utilizando processos manuais, aplicando as técnicas adequadas e seleccionando os equipamentos, os utensílios e os produtos apropriados.
- Atender clientes e aconselhá-los sobre o tipo de cuidados estéticos a efectuar.
- Efetuar tratamentos estéticos de corpo e rosto, utilizando as técnicas adequadas e seleccionando os equipamentos, os utensílios e os produtos apropriados.
- Formar profissionais com amplos conhecimentos de Estética.

**Certificação:** O Certificado de Formação Profissional é emitido ao abrigo da Portaria 474/2010 de 8 de Julho, através do Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO).

## Conteúdos Programáticos:

### Apresentação do programa e objectivos

#### **Manicure – Pedicure**

Anatomia e Fisiologia da Mão e da Unha  
Osteologia  
Fisiologia  
Miologia  
Artrologia  
Constituição da Unha  
Higiene e Segurança  
Organização do posto de trabalho  
Métodos de Higienização dos materiais de trabalho  
Alterações da Unha  
Mús formações congénitas  
Mús formações adquiridas  
Tipos de unha  
Patologias das Unhas  
Diagnóstico e formas de tratamento  
Práticas corrigidas de embelezamento de Mãos  
Limagem  
Tratamento da cutícula  
Massagem de mãos  
Pintura de unhas

#### **Pedicure Medical**

Anatomofisiologia do pé:  
Osteologia  
Fisiologia e Miologia  
Artrologia  
Constituição da unha

Tipos de pé  
Higiene e Segurança  
Organização do posto de trabalho  
Métodos de higienização dos materiais de trabalho  
Técnicas de Pedicura  
Assepsia  
Limagem  
Tratamento da cutícula  
Massagem e pintura de unhas  
Patologias das unhas  
Onicopatias  
Alterações derivadas de fungos ou de bactérias  
Onicocriptose – unha encravada  
Mús formações congénitas  
Mús formações adquiridas  
Os cuidados a ter com lesões vasculares  
Pé diabético  
Tratamento específico de Pedicura Medical  
Calos – calosidades  
Onicomucose  
Onicocriptose  
Frieiras  
Gretas  
Pé de atleta  
Cravos e verrugas

### **Epilação-Depilação**

Higiene e segurança no trabalho/Métodos de esterilização e desinfecção  
Organização do posto de trabalho  
Tipos de esterilização e cuidados a ter  
Tipos de assepsia e desinfecção e forma de execução  
Morfologia e fisiopatologia do pêlo  
Estrutura interna e externa  
Métodos de eliminação no pêlo  
Ceras  
Pinça  
Luz pulsada  
Entre outros  
Constituição e características dos diferentes tipos de cera  
Técnicas de epilação com cera quente  
Técnicas de epilação com cera semi-fria  
Epilação Feminina e Masculina  
Formas de execução  
Epilação e modelagem de sobrancelhas  
Descoloração  
Indicações, contra-indicações e precauções na técnica de epilação

### **Epilação a Linha**

Anatomia e Fisiologia do pêlo e dinâmica folicular  
Origem do threading  
Design de sobrancelhas (dependendo do tipo de rosto)

Manuseamento do fio de algodão e diferentes técnicas  
Demonstração prática  
Styling de sobrancelhas

### **Cosmetologia**

Tipos de cremes, bálsamos e seus ativos  
Tipos de esfoliantes  
Tipos de parafinas e suas características

### **Tratamentos Específicos de Rosto**

Conhecer em particular a anatomia do esqueleto e sistema muscular  
Anatomia e Fisiopatologia da pele  
Conhecer generalidades sobre algumas patologias de pele e doenças sistémicas  
Alterações cutâneas  
Pigmentação da pele  
Tipos de pele  
Estado da pele  
Tipos de secreção sebácea e conteúdo aquoso: Acne, Microestrutura, irrigação, enervação, músculos, propriedades e funções da pele, PH da pele e absorção cutânea  
Manto hidrolipídico  
Hidratação cutânea  
Dermocosmética/Cosmetologia  
Identificar cosméticos de aplicação prática e matéria primas mais utilizadas na fabricação de cosméticos  
Emulsões cosméticas  
Saber diagnosticar e selecionar cosméticos adequados para cada tipo e estado de pele  
Diferentes tipos de peelings  
Mascaras cosméticas (selecionar consoante a necessidade da pele)  
Ampolas e sérums (identificar a importância e modos de aplicação)  
Distinguir cremes de dia/cremes de noite  
Electroestética  
Equipamento e Electroestética  
Selecionar e aplicar aparatologia  
Aplicações da corrente galvânica - indicações e contra-indicações  
Alta Frequência: efeitos, indicações, contra-indicações e formas de utilização  
Brossage

### **Tratamentos específicos de Corpo e Massagens**

Máscaras (várias texturas e ações)  
Protocolos corporais  
Esfoliantes corporais com várias gramagens  
Envolvimentos corporais com vários tipos de ação e textura  
Envolvimentos  
Massagem Anti-Celulítica  
Massagem Redutora

