



ESCOLA COMERCIAL E INDUSTRIAL DE FORMAÇÃO



ESCOLA COMERCIAL E INDUSTRIAL DE FORMAÇÃO

**Técnico Profissional de Estética**

# Técnico Profissional de Estética

## CURSO

Técnico Profissional de Estética

## ÁREA

815 – Cuidados de Beleza

## CARGA HORÁRIA

397 horas (137 horas teórico-práticas + 260 horas de formação em contexto de trabalho).

## DESTINATÁRIOS

Esta formação destina-se a todos os profissionais em exercício de funções na área do curso e a todos aqueles que estejam interessados em desenvolver as suas competências nesta área de formação.

## REQUISITOS DE ACESSO

▶ Idade igual ou superior a 18 anos e 9.º ano completo.

## DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

- ▶ Documento de identificação pessoal (BI ou CC);
- ▶ Número de Contribuinte (NIF);
- ▶ Certificado de Habilitações

## OBJETIVO GERAL

▶ Adquirir competências teórico-práticas para o exercício da profissão de Técnico Profissional de Estética.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ▶ Aconselhar os clientes sobre o tipo de cuidados a ter com o seu corpo;
- ▶ Reconhecer os diferentes tipos de pele e produtos adaptados;
- ▶ Efetuar massagens, de acordo com as técnicas adequadas;
- ▶ Efetuar tratamentos estéticos do rosto e do corpo, utilizando sempre as técnicas e os produtos mais adequados;
- ▶ Reconhecer os métodos de depilação indicados para cada zona do corpo;
- ▶ Efetuar epilações, epilações com cera, colorações e descolorações de pelos, de acordo com as necessidades do cliente.

## SAÍDAS PROFISSIONAIS

- ▶ Desempenho de funções como profissional de estética;
- ▶ Empresário e/ou gerente de espaços de beleza
- ▶ Assistente comercial de produtos cosméticos
- ▶ Freelancer em clínicas de estética, Spas, tratamentos ao domicílio, hotéis e outras entidades.

# Conteúdos da Formação

## Módulo 1 - Técnicas de tratamento de rosto 14h

Anatomia da cabeça

Estrutura da pele

Cosmética – Noções básicas

Funções das massagens

Limpeza da pele

Tratamento de rosto

Teoria dos tratamentos de rosto

- Tratamento intensivo

- Tratamento em pele desvitalizada

- Tratamento de rugas

- Limpeza de pele com acne juvenil

## Módulo 2 - Técnicas de tratamento corporais e massagens 20h

Anatomia e fisiologia do corpo humano

Massagem corporal

Teoria dos tratamentos corporais

- Tratamento da celulite

- Tratamento de estrias

- Tratamento de seios

- Tratamento de seios

- Tratamento de esfoliação

- Tratamento de pele seca e desidratada

## Módulo 3 - Técnicas de Manicure e Pedicure 14h

Morfologia do pé/mão

Morfologia da unha

Doenças nas unhas

Cuidados a ter com os pés diabéticos

Ações de embelezamento da unha

- Remoção de pele e cutícula

- Aplicação de verniz

- Massagem

- Esfoliação

# Conteúdos da Formação

Esterilização, prevenção de acidentes do material  
Técnicas básicas de cuidados de pés, mãos e unhas

## Módulo 4 - Estilismo de unhas 47h

verniz de gel  
Unhas de gel  
Unhas de acrílico  
Nail Pool – Imersão

## Módulo 5 - Técnicas de Epilação 16h

Anatomia e fisiologia do pelo  
Epilação  
- Cera fria  
- Cera quente  
Prática de Visagismo  
- Correção da sobrancelha  
- Estudo dos diferentes tipos de pele  
Threading  
Outros métodos de depilação  
- Progressiva  
- Definitiva  
- Vantagens e desvantagens de cada método

## Módulo 6 - Maquilhagem Profissional 16h

Noções básicas e produtos  
Morfologia do rosto e suas correções  
Teoria da cor  
Tipos de maquilhagem  
Aplicação de pestanas/alongamento

## Módulo 7 - Higiene e Segurança 10h

Higiene no local de trabalho  
Higiene dos instrumentos de trabalho  
Cuidados especiais  
Aplicação de pestanas/alongamento

Formação modular 137h

Formação em contexto de trabalho 260h

**Total 397h**



## METODOLOGIA DA AVALIAÇÃO

A nossa metodologia tem por base o êxito do/a Formando/a, sendo ele o centro de todo o processo formativo. Caracteriza-se por ser um curso com teor profissionalizante onde desenvolvemos competências direcionadas para as reais necessidades do mercado de trabalho.

Quer na componente presencial, quer online, o acompanhamento dos nossos Formadores especializados é constante através de uma tutoria ativa e com intervenção permanente, que o acompanharão ao longo de todo o processo formativo.

Terá acesso, à nossa comunidade de aprendizagem virtual – iLEARNING - na qual disponibilizamos todos os recursos para um percurso de aprendizagem simples, flexível e dinâmico. Semanalmente, o/a Formando/a tem sessões em direto com a nossa equipa de e-Formadores especializados, garantindo assim uma maior proximidade e acompanhamento do processo formativo para que todos tenham êxito nesta etapa.

A avaliação dos módulos terá por base o desempenho dos/as Formandos/as, em vários momentos distintos da formação. Será feita utilizando escalas quantitativas, tendo em conta os parâmetros previamente definidos.

### **Avaliação Diagnóstica**

Este sistema integrará uma avaliação inicial diagnóstica, com vista a avaliar as competências iniciais de cada Formando/a relativas a cada unidade de formação.

### **Avaliação Formativa**

Durante a formação, os/as Formandos/as são submetidos a um regime de avaliação contínua, ou seja, os Formadores terão também em linha de conta a participação na plataforma de e-learning, o interesse demonstrado e a realização das tarefas propostas.

### **Avaliação Sumativa**

A avaliação no final da formação deverá traduzir o desempenho dos/as Formandos/as ao nível da aquisição de conhecimentos e participação ativa, através da realização de trabalhos práticos, provas e/ou testes, estudos de caso, lições, Fóruns com atividades, desafios lançados pelo Formador, partilha de experiências, entre outras atividades.

### **Avaliação da Formação Prática em Contexto Real de Trabalho (opcional)**

O estágio a desenvolver em empresa visa a interligação dos diferentes módulos numa lógica de integração dos saberes teórico-práticos, através do desenvolvimento de atividades direcionadas para o perfil de saída, e culminará num relatório que traduz o trabalho desenvolvido na empresa e servirá de base para avaliação.



# CONTE CONNOSCO EM QUALQUER LUGAR!



ecif.pt



LINHA GRATUITA LIGUE JÁ!

**800 210 043**

[ecif@comunilog.com](mailto:ecif@comunilog.com)