

Área de educação e formação 815. Cuidados de Beleza
Curso Técnico/a de Massagem de Estética e Bem Estar
Nível QNQ/QEQ Nível 4

Componentes de formação	Domínios de formação	UFCD	Períodos de formação (horas)		
			1.º	2.º	3.º
Sociocultural Duração: 775 horas	Viver em português	6651 Portugal e a Europa	50		
		6652 Os media hoje	25		
		6653 Portugal e a sua História	25		
		6654 Ler a imprensa escrita		25	
		6655 A literatura do nosso tempo		50	
		6656 Mudanças profissionais e mercado de trabalho		25	
		6657 Diversidade linguística e cultural			25
		6658 Procurar emprego			50
	Comunicar em língua inglesa*	6659 Ler documentos informativos	25		
		6660 Conhecer os problemas do mundo atual	50		
		6661 Viajar na Europa	25		
		6662 Escolher uma profissão/mudar de atividade			25
		6663 Debater os direitos e deveres dos cidadãos			25
		6664 Realizar uma exposição sobre as instituições internacionais		50	
	Mundo atual	6665 O homem e o ambiente	25		
		6666 Publicidade: um discurso de sedução	25		
		6667 Mundo atual – tema opcional		25	
		6668 Uma nova ordem económica mundial			25
	Desenvolvimento pessoal e social	6669 Higiene e prevenção no trabalho	50		
		6670 Promoção da saúde		25	
6671 Culturas, etnias e diversidades				25	
Tecnologias de informação e comunicação	0755 Processador de texto – funcionalidades avançadas	25			
	0767 Internet - navegação	25			
	0757 Folha de cálculo – funcionalidades avançadas		25		
	0792 Criação de páginas para a web em hipertexto			25	
Científica Duração: 400 horas	Matemática e realidade	6672 Organização, análise da informação e probabilidades	50		
		6673 Operações numéricas e estimação	25		
		6674 Geometria e trigonometria		50	
		6675 Padrões, funções e álgebra		25	
		6676 Funções, limites e cálculo diferencial			50
	Biologia	6677 Renovação celular	50		
		6682 Regulação do meio interno		25	
		6683 Interações com microrganismos		25	
	Psicologia	6685 Domínio intrapessoal da cognição, emoção e motivação		25	
		6686 Processos de aprendizagem	25		
		6687 Dinâmica de grupos, relações interpessoais, socialização e contextos			50

* Pode optar-se pelo desenvolvimento de outra língua estrangeira, que se revele mais interessante do ponto de vista das necessidades do mercado de trabalho, tendo por base os mesmos conteúdos e objetivos/competências a adquirir.



Componentes de formação	UFCD		Períodos de formação (horas)		
			1.º	2.º	3.º
Tecnológica Duração: 1200 horas (inclui 175 horas, respeitante às UFCD da bolsa) Nota: Apenas quando se aplica.	9100	Ética, deontologia nos cuidados de beleza	25		
	9101	Legislação laboral e normas de qualidade	25		
	9134	Anatomia	50		
	9135	Fisiologia	50		
	3623	Dermocosmética	50		
	3638	Cosmetologia	50		
	9137	Anatomia do sistema venolinfático	25		
	9139	Técnicas de gestão, marketing e vendas	50		
	9103	Saúde e segurança cuidados de beleza	25		
	9158	Processo de cicatrização – cuidados específicos	25		
	9138	Nutrição e dietética em cuidados de beleza		50	
	9149	Noções de aromaterapia e fitoterapia		25	
	3642	Massagem corporal		50	
	9152	Técnicas de drenagem linfática manual		50	
	9169	Técnicas de massagem desportiva		50	
	9154	Reflexologia		50	
	9156	Massagem californiana		25	
	9170	Massagem em públicos diferenciados		25	
	9147	Técnicas de hidroterapia			50
	9150	Introdução às massagens orientais			25
	9171	Técnicas de massagem Shiatsu			50
	9172	Técnicas de massagem Ayurvedica			50
	9173	Técnicas de massagem LomiLomi			25
	9174	Envolvimentos corporais			25
	9175	Massagem geotermal			25
	9157	Massagem no pré e pós cirúrgico			25
	9104	Técnicas de atendimento e receção de clientes			25
9146	Língua inglesa cuidados de estética e bem-estar			25	
	Bolsa de UFCD (carga horária total de 175 h)				
Contexto de trabalho Duração: 1500 horas			300	450	750
Carga horária por período de formação			1175	1150	1375
Carga horária total			3700		

Informação complementar

À duração total do curso podem acrescer as seguintes cargas horárias:

	Períodos de formação (horas)		
	1.º	2.º	3.º
Atividades de recuperação		30	
Atividades de cariz desportivo, cultural, ambiental e de intervenção cívica ou comunitária	90	90	40
Prova de avaliação final (PAF) (*)			12 a 18

(*) carga horária obrigatória.