

**FICHA RESUMO DE UNIDADE CURRICULAR**  
**ANO LETIVO DE 2020-2021**

**CURSO DE CTeSP EM ESTÉTICA, COSMÉTICA E BEM-ESTAR**

**Unidade curricular:**

Psicologia e Bem-Estar

Curricular Unit:

Psychology and Wellness

**Objetivos da unidade curricular e competências a desenvolver (1000 carateres);**

1. Compreender as várias correntes da psicologia e os contributos da psicologia da saúde para as áreas da Estética e do Bem-Estar;
2. Compreender para os fatores que interferem na adaptação à doença e/ou disfunção estética e a vulnerabilidade causada por ela;
3. Desenvolver competências comunicacionais facilitador da adesão aos tratamentos;
4. Desenvolver competências pessoais para lidar com a exigência emocional e o stress profissional

Objectives of the curricular unit and competences to be developed (1000 caracteres)

1. Understand the various currents of psychology and the contributions of health psychology to the areas of Aesthetics and Well-Being;
2. Understand for the factors that interfere in the adaptation to the disease and / or aesthetic dysfunction and the vulnerability caused by it;
3. Develop communication skills that facilitate adherence to treatments;
4. Develop personal skills to deal with emotional demands and professional stress

**Conteúdos programáticos (1000 carateres):**

- a) A psicologia e a ciência, objeto, métodos e áreas de intervenção.
- b) Importancia da psicologia da saúde e os seus contributos para a estética, Cosmética e Bem-Estar.
- c) Noções de saúde e doença e as significações para o sujeito d) Modelos de adaptação à doença crónica e incapacitante. e) As reações emocionais na doença crónica e incapacitante. f) A comunicação nos cuidados de saúde e a adesão terapeutica. g) Stress e burnout, estratégias de gestão emocional.

Syllabus (1000 caracteres)

The student during his final training in the work context will carry out activities that allowed him to apply all the concepts and techniques acquired during his training. Thus, the execution of activities of esthetic and cosmetics in the real environment of the profession allow to optimize and improve its performance

articulating with the other professionals and integrating in complex and multidisciplinary teams, contributing to their formation.

Professionals after the Internship, will be able to conceive, plan, coordinate and execute aesthetic, cosmetic and wellness treatments, after assessing the client's needs, taking into account the anatomical and aesthetic principles, as well as those of safety and health, in a holistic and individualized approach to the client, being able to devise creative solutions to abstract problems, following professional ethics principles. It is essential that professionals at the end of the internship are autonomous.

#### **Referências bibliográficas (máximo três títulos):**

Redman, B. (2003). A prática da educação para a Saúde. (9.<sup>a</sup> ed.) (Ana Paula Sousa Santos, Trad.). Loures: Lusociência.