

## **SAÚDE E ESTÉTICA**

### **INFORMAÇÕES GERAIS**

#### **APRESENTAÇÃO**

A saúde e a estética estão profundamente interligadas, especialmente quando se trata de manter um estilo de vida equilibrado e sentir-se bem com a própria aparência. Aqui estão alguns aspectos importantes que ligam os dois temas:

##### **1. Nutrição**

**Saúde:** Uma dieta balanceada é fundamental para manter um corpo saudável, fornecendo os nutrientes necessários para o bom funcionamento do organismo.

**Estética:** Uma boa alimentação reflete na pele, cabelos e unhas, ajudando a manter uma aparência saudável e jovem.

##### **2. Atividade Física**

**Saúde:** O exercício regular fortalece o sistema cardiovascular, melhora a resistência muscular e ajuda na prevenção de doenças crônicas.

**Estética:** A atividade física também tonifica o corpo, ajuda na perda de peso e melhora a postura, contribuindo para uma aparência mais estética.

##### **3. Hidratação**

**Saúde:** A hidratação é crucial para o funcionamento dos órgãos, regulação da temperatura corporal e eliminação de toxinas.

**Estética:** Uma pele bem hidratada tem um brilho natural, menos propensão a rugas e um aspecto mais viçoso.

##### **4. Sono**

**Saúde:** Um sono de qualidade é essencial para a regeneração celular, a memória e o bem-estar geral.

**Estética:** Dormir bem reduz olheiras, melhora a elasticidade da pele e promove uma aparência mais descansada.

##### **5. Cuidados com a Pele**

**Saúde:** Cuidar da pele previne problemas como acne, dermatites e outras condições que podem afetar a saúde geral.

**Estética:** Rotinas de cuidados com a pele ajudam a manter a pele macia, livre de manchas e rugas, realçando a beleza natural.

##### **6. Bem-Estar Mental**

**Saúde:** O estresse e a ansiedade podem levar a problemas de saúde física, como doenças cardíacas e distúrbios digestivos.

**Estética:** A saúde mental positiva reflete na aparência, resultando em uma expressão mais relaxada e uma postura confiante.

#### **OBJETIVO**

Promover o bem-estar físico, mental e emocional por meio da integração de práticas de saúde e estética, visando melhorar a qualidade de vida e a autoestima dos indivíduos.

#### **METODOLOGIA**

Concebe o curso **SAÚDE E ESTÉTICA**, numa perspectiva de Educação a Distância – EAD, visando contribuir para a qualificação de profissionais de educação que atuam ou pretendem atuar na área.

<b>Código</b>	<b>Disciplina</b>	<b>Carga Horária</b>
5176	Cosmetologia Aplicada à Maquiagem	60

## **APRESENTAÇÃO**

Fundamentos básicos da maquiagem: formato do rosto, percepção das cores, exercício da criatividade, reconhecimento das diferentes tonalidades de pele, conhecimentos dos materiais específicos, técnicas de maquiagem. Reconhecimento de novas tendências.

## **OBJETIVO GERAL**

Realizar técnicas essenciais de maquiagem de acordo com seus fundamentos básicos de imperfeições, formatos de rosto, tonalidades e biotipo cutâneo, utilizando materiais específicos para a execução correta de cada técnica essencial correlacionando adequadamente com os cosméticos específicos.

## **OBJETIVO ESPECÍFICO**

- Compreender os fundamentos e a evolução histórica da maquiagem;
- Identificar a simetria facial (formato do rosto, olhos, nariz e lábios);
- Identificar as imperfeições cutâneas e problemas de pele comuns;
- Compreender a conceituação de camuflagem e correção em cores.

## **CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

### **UNIDADE I - FUNDAMENTOS DA MAQUIAGEM**

FUNDAMENTOS E EVOLUÇÃO HISTÓRICA DA MAQUIAGEM

SIMETRIA FACIAL E SEUS ASPECTOS

BIOTIPOS CUTÂNEOS E SUAS APLICAÇÕES

FOTOTIPOS CUTÂNEOS E SUAS APLICAÇÕES

### **UNIDADE II - HIGIENIZAÇÃO, CAMUFLAGEM E COLORIMETRIA DA PELE**

HIGIENIZAÇÃO PREPARATÓRIA DA PELE APLICADA AOS BIOTIPOS CUTÂNEOS

IMPERFEIÇÕES E PROBLEMAS COMUNS DA PELE

CAMUFLAGEM E CORREÇÃO EM CORES

TEORIA DAS CORES, COLORIMETRIA E CUIDADOS PÓS-MAQUIAGEM

### **UNIDADE III - EQUIPAMENTOS E O PREPARO DA PELE PARA MAQUIAGEM**

EQUIPAMENTOS DE MAQUIAGEM APLICADOS AOS ELEMENTOS FACIAIS E AS TÉCNICAS

TIPOS DE MAQUIAGEM, QUANTIDADE E INTENSIDADE DE CORES E PRODUTOS

PREPARO DA PELE COM PRIMER E BASE – CONCEITO, CARACTERÍSTICAS, TIPOS E TÉCNICAS

PREPARO DA PELE COM CORRETIVO E PÓ – CONCEITO, CARACTERÍSTICAS, TIPOS E TÉCNICAS

## UNIDADE IV - TÉCNICAS DE MAQUIAGEM FACIAL

### CONTORNO E HARMONIZAÇÃO DA SIMETRIA FACIAL

COLORINDO OLHOS, BOCHECHAS E LÁBIOS COM SOMBRA, BLUSH E BATOM

REALCE DO OLHAR COM LÁPIS, DELINEADOR E MÁSCARA DE CÍLIOS

REALCE DO OLHAR APLICADO À SOBRANCELHAS

### REFERÊNCIA BÁSICA

MATIELLO, Aline A. **Princípios Ativos em Estética**. Porto Alegre: SAGAH, 2018.

COLETTA, Eliane Dalla. **Imagem Pessoal**. Porto Alegre: SAGAH, 2018

### REFERÊNCIA COMPLEMENTAR

BALLESTRERI, Érica. **Recursos Estéticos Manuais**. Porto Alegre: SAGAH, 2018. CORDEIRO, Rafaela Queiroz Ferreira. **Teoria da Imagem**. Porto Alegre: SAGAH, 2018.

KAMIZATO, Karina Kiyoko. **Imagem Pessoal e Visagismo**. São Paulo: Érica, 2014.

### PERIÓDICOS

PHILIP, Hallawel. **Visagismo Integrado Estilo e Beleza**. 2 Ed. São Paulo: Senac, 2010.

5365	Fundamentos Da Dermatologia	60
------	-----------------------------	----

### APRESENTAÇÃO

Dermatologia. Pele. Estética. Dermatose. Distúrbios dermatológicos. Semiologia. Dermatite. Doenças sistêmicas. Tecido conjuntivo. Tecido subcutâneo. Mucosas. Terapia medicamentosa. Dermatologia topográfica. Infecção. Agentes.

### OBJETIVO GERAL

Ao finalizar esta disciplina o estudante será capaz de entender e aplicar os fundamentos conceituais da dermatologia, incluindo o discernimento sobre as doenças originadas na pele e como funciona o cuidado terapêutico dermatológico.

### OBJETIVO ESPECÍFICO

- Definir os conceitos gerais da Dermatologia.
- Compreender os fundamentos clínicos em Dermatologia.
- Entender e avaliar os ciclos da pele.
- Discernir sobre as diferenças e a relação entre a dermatologia e a estética.

### CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

## **UNIDADE I – ENTENDENDO A DERMATOLOGIA NO CONTEXTO ESTÉTICO**

CONCEITOS GERAIS DA DERMATOLOGIA  
FUNDAMENTOS CLÍNICOS DA DERMATOLOGIA  
CICLOS DA PELE  
DERMATOLOGIA E ESTÉTICA

## **UNIDADE II – DERMATOSES**

UMA VISÃO GERAL SOBRE AS DOENÇAS DERMATOLÓGICAS  
O QUE SÃO DERMATOSES  
TERAPIA DERMATOLÓGICA  
TRATAMENTO ADEQUADO PARA DERMATOSES

## **UNIDADE III – DOENÇAS DERMATOLÓGICAS**

AS ESTRUTURAS DA PELE  
DOENÇAS DERMATOLÓGICAS MAIS COMUNS  
MÉTODOS DIAGNÓSTICOS EM DERMATOLOGIA  
DISTÚRBIOS DERMATOLÓGICOS

## **UNIDADE IV – SEGMENTOS DA DERMATOLOGIA**

DERMATOLOGIA CIRÚRGICA  
PRINCÍPIOS DA DERMATOLOGIA E ESTÉTICA  
CARACTERÍSTICAS DA PELE EM DOENÇAS DERMATOLÓGICAS  
FUNDAMENTOS DA DERMATOLOGIA CLÍNICA

## **REFERÊNCIA BÁSICA**

RODRIGUES, Joao Pedro Viana. **Fundamentos da dermatologia**. Recife: Telesapiens, 2021

## **REFERÊNCIA COMPLEMENTAR**

Kede, M.P Sabatovich, O. **Dermatologia estética**. São Paulo: Ed. Atheneu, 2004.

## **PERIÓDICOS**

Azulay, D.R. Azulay, R.D. **Dermatologia**. 3.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

5366	Terapia Capilar	60
------	-----------------	----

## **APRESENTAÇÃO**

Os conceitos básicos da estrutura capilar, compreendendo as características do sistema tegumentar, as particularidades estruturais do cabelo, bem como o seu ciclo de crescimento e diferentes tipos. Os fatores que influenciam no crescimento e qualidade do cabelo, tais como as características do corpo humano, os cosméticos e as diferentes patologias capilares. A aplicação da terapia capilar, compreendendo o seu significado, assim como o conceito de tricologia e nutricosméticos, apontando ainda as diferentes químicas capilares. A terapia capilar e o mercado, demonstrando como esta área se encontra dentro do mercado consumidor e quais são as normas éticas, legislativas e de biosseguranças aplicadas aos profissionais da área.

## **OBJETIVO GERAL**

A presente disciplina tem por objetivo abordar as técnicas da terapia capilar, introduzindo alguns conceitos básicos a respeito da estrutura capilar, destacando as características do cabelo e o seu processo de crescimento, além de abordar os fatores que afetam o crescimento e a qualidade do cabelo, tais como cosméticos, químicas, alimentação, características do corpo humano e patologias associadas ao cabelo. Por fim, serão abordados conceitos e práticas requeridos pelo mercado de trabalho da área da estética.

## **OBJETIVO ESPECÍFICO**

- Entender as características e identificar os aspectos constitutivos do sistema tegumentar, destacando a pele e seus anexos.
- Identificar e entender as particularidades morfológicas, anatômicas e estrutural do cabelo.
- Compreender como acontece o ciclo de crescimento do cabelo, identificando suas fases.
- Destacar os diferentes tipos de cabelo em relação à etnia, diâmetro e outros aspectos.

## **CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

### **UNIDADE I – A ESTRUTURA CAPILAR**

CARACTERÍSTICAS DO SISTEMA TEGUMENTAR  
ANATOMIA E MORFOLOGIA DA ESTRUTURA CAPILAR  
O CICLO DE CRESCIMENTO DO CABELO  
OS DIFERENTES TIPOS DE CABELO

### **UNIDADE II – FATORES QUE INFLUENCIAM NO CABELO**

FATORES INTERNOS QUE AFETAM O CABELO  
COSMÉTICOS E O SEU EFEITO NO CABELO  
PATOLOGIAS RELACIONADAS AO COURO CABELUDO  
PATOLOGIAS RELACIONADAS À HASTE CAPILAR

### **UNIDADE III – APLICAÇÃO DA TERAPIA CAPILAR**

CONCEITO E PAPEL DA TRICOLOGIA  
COMPREENDENDO A TERAPIA CAPILAR  
A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO PARA A SAÚDE CAPILAR  
AS QUÍMICAS CAPILARES E SEU EFEITO NO CABELO

### **UNIDADE IV – A TERAPIA CAPILAR E O MERCADO**

O MERCADO DE TERAPIA CAPILAR  
A BIOSSEGURANÇA NOS PROCEDIMENTOS DE TERAPIA CAPILAR  
O CÓDIGO DE ÉTICA DO PROFISSIONAL DE ESTÉTICA CAPILAR  
LEGISLAÇÃO APLICADA À ESTÉTICA E AS TERAPIAS CAPILARES

## **REFERÊNCIA BÁSICA**

DRAELOS, Z. K. **Cosméticos em dermatologia**. 2 ed. Rio de Janeiro: Revinter, 1999

HALAL, J. **Tricologia e a química cosmética capilar**. São Paulo: Cengage Learning, 2015.

## **REFERÊNCIA COMPLEMENTAR**

HERNANDEZ, M. **Manual de cosmetologia**. 3 ed. Editora: Revinter, 1999.

## **PERIÓDICOS**

REBELLO, T. **Guia de produtos cosméticos**. 10. ed. São Paulo: SENAC, 2014.

Avaliação será processual, onde o aluno obterá aprovação, através de exercícios propostos e, atividades programadas, para posterior. O aproveitamento das atividades realizadas deverá ser igual ou superior a 6,0 (seis) pontos, ou seja, 60% de aproveitamento.

## **SUA PROFISSÃO NO MERCADO DE TRABALHO**

## 1. Dermatologistas

**Função:** Tratamento de doenças da pele, cabelo e unhas, além de realizar procedimentos estéticos como peelings e aplicações de botox.

## 2. Esteticistas

**Função:** Realizam tratamentos de beleza, incluindo cuidados com a pele, massagens, limpeza de pele, e outros procedimentos estéticos não invasivos.

## 3. Nutricionistas

**Função:** Orientam sobre dietas e nutrição, focando na saúde e estética, como dietas para perda de peso ou melhora da pele.

## 4. Cirurgiões Plásticos

**Função:** Realizam cirurgias estéticas e reconstrutivas, como lipoaspiração, rinoplastia, e lifting facial.

## 5. Fisioterapeutas

**Função:** Trabalham na reabilitação física e podem se especializar em áreas como dermato-funcional, que integra técnicas de fisioterapia e estética.

## 6. Cosmetólogos

**Função:** Desenvolvem e testam produtos cosméticos, orientando sobre o uso adequado de cosméticos para tratamento e cuidado estético.

## 7. Personal Trainers

**Função:** Orientam na prática de exercícios físicos voltados para a saúde e a estética corporal, como tonificação muscular e perda de peso.

## 8. Psicólogos

**Função:** Trabalham o bem-estar mental e emocional, que está intrinsecamente ligado à percepção de autoimagem e estética.

## 9. Farmacêuticos Especializados em Cosmetologia

**Função:** Desenvolvem e manipulam fórmulas específicas para tratamentos estéticos, como cremes e sérums.

## 10. Tatuadores e Micropigmentadores

**Função:** Realizam procedimentos estéticos como tatuagens e micropigmentações (sobrancelhas, lábios), que contribuem para a autoestima e a estética dos clientes.

Cada um desses profissionais contribui de maneira única para a área de saúde e estética, colaborando para promover uma abordagem holística e integrada ao bem-estar e à aparência.