

Plano de Ensino

Período Letivo: 2026B

Curso: 678 - ESTÉTICA E COSMÉTICA - HÍBRIDO

4º Semestre

Disciplina: 8172 - TÉCNICAS COMPLEMENTARES EM ESTÉTICA E SPA

Ementa

Estudo dos fundamentos das técnicas alternativas e complementares utilizadas em SPAs aplicadas à estética, ao bem-estar e relaxamento.

Bibliografia Básica

Referência	Biblioteca Online
BARROCO, Carolina A.; TOMBI, Elen C. N A. Terapias alternativas em estética . Porto Alegre: SAGAH, 2019. E-book. p.Capa. ISBN 9788595027633. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788595027633/ . Acesso em: 26 jul. 2026.	-
COSTA, Ana L J. Boas práticas em serviços de beleza. (Tekne) . Porto Alegre: ArtMed, 2015. E-book. p.[Inserir número da página]. ISBN 9788582712146. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788582712146/ . Acesso em: 26 jul. 2026.	-
SIMÃO, Daniele; FARIAS, Gabriela de; TOMBI, Elen CN de A.; e outros. Massoterapia estética e relaxante . Porto Alegre: SAGAH, 2019. E-book. p.Capa. ISBN 9788533500334. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788533500334/ . Acesso em: 26 jul. 2026.	-

Bibliografia Complementar

Referência	Biblioteca Online/Acervo Externo
BARROCO, Carolina A.; TOMBI, Elen C. N A. Terapias alternativas em estética . Porto Alegre: SAGAH, 2019. E-book. p.Capa. ISBN 9788595027633. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788595027633/ . Acesso em: 26 jul. 2026.	-
RIGS, Art. Técnicas de Massagem Profunda: um Guia Visual . Barueri: Manole, 2009. E-book. pA ISBN 9788520442173. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788520442173/ . Acesso em: 26 jul. 2026.	-
MEYER, Sofia. Técnicas de Massagem II: Redescobindo o Sentido do Tato . Barueri: Manole, 2010. E-book. p.Capa. ISBN 9788520441930. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788520441930/ . Acesso em: 26 jul. 2026.	-
MARTINI, Frederico H.; TIMONS, Michael J.; TALLITSCH, Robert B. Anatomia humana . 6. ed. Porto Alegre: ArtMed, 2009. E-book. pág.1. ISBN 9788536320298. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788536320298/ . Acesso em: 26 jul. 2026.	-

ELLSWORTH, Abigail; ALTMAN, Peggy. Massagem: Anatomia Ilustrada – Guia Completo de Técnicas Básicas de Massagem . Barueri: Manole, 2012. E-book. pA ISBN 9788520449516. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788520449516/>. Acesso em: 26 jul. 2026.

-

Objetivos

Capacitar o aluno a compreender a integração entre as terapias de SPA, recursos tecnológicos avançados, práticas complementares e cuidados dermocosméticos específicos, fornecendo embasamento prático e científico para planejar e executar atendimentos de bem-estar, estética corporal, facial e assistência pré e pós-cirúrgica de forma sustentável e ética.

Conteúdo Programático

Conceito e história do SPA

Evolução histórica do termalismo, origem da cultura de SPA e sua transformação no mercado contemporâneo de bem-estar.

- Origem histórica, conceitos e evolução dos espaços de SPA.

Spa das mãos e pés

Técnicas de esfoliação, nutrição, hidratação profunda e relaxamento específicas para extremidades.

- Protocolos e manobras para o SPA de mãos e pés.

Atuação em SPA

Formatos de atendimento, ambientação, ergonomia, experiência do cliente e gestão do ambiente de SPA.

- Modelo de atendimento e dinâmica profissional em SPAs.

Atuação em terapias complementares

Integração de práticas holísticas e integrativas ao cuidado estético e à promoção da saúde.

- Fundamentos e aplicação das terapias complementares.

Novas tecnologias em estética

Estudo das inovações científicas, equipamentos e tendências tecnológicas aplicadas aos tratamentos estéticos.

- Atualização em plataformas e recursos tecnológicos emergentes.

Procedimentos estéticos para obesidade

Abordagem e suporte estético multiprofissional ao paciente em processo de perda ponderal e readequação corporal.

- Condutas e estratégias estéticas no manejo da obesidade.

Cuidados da pele no pré e pós-operatório de cirurgias plásticas

Preparo tecidual, controle do edema, cicatrização e prevenção de intercorrências pós-cirúrgicas.

- Intervenções e protocolos pré e pós-operatórios.

Atitude sustentável e colaborativa

Conscientização socioambiental, descarte correto de resíduos, biossegurança verde e trabalho em equipe.

- Práticas sustentáveis e postura colaborativa na área da saúde e estética.

Produtos Cosméticos Aceleradores do Bronzeamento, Simuladores do Bronzeamento e Pós-Sol

Mecanismos de estimulação da melanogênese, autobronzeadores por di-hidroxiacetona (DHA) e fórmulas de acalmia pós-solar.

- Farmacologia e indicação de cosméticos para exposição e simulação solar.

Produtos cosméticos para o cuidado das mãos, pés, pernas e unhas

Ativos e veículos cosméticos específicos para a barreira cutânea, circulação periférica e anexos cutâneos das extremidades.

- Formulações cosméticas para extremidades e membros inferiores.

Prática de LED e Laser para o tratamento de disfunções faciais e corporais

Aplicação de fotobiomodulação em afecções como acne, manchas, envelhecimento, flacidez e reparo tecidual.

- Dosimetria, parâmetros e aplicação prática do Laser e LED.

Cosméticos de massagem

Estudo dos veículos (óleos, cremes, géis), deslizamento, permeação de ativos e biocompatibilidade cutânea.

- Tipos, indicações e escolha de cosméticos para manobras manuais.

Instrumentos e Critérios de Avaliação

Critérios para composição da Média Semestral:

A avaliação tem carácter processual, com vistas à melhoria constante do processo de ensino e aprendizagem, levando-se em conta os resultados obtidos pelos estudantes em diferentes momentos e com instrumentos de avaliação diversos, não se limitando à realização de provas.

Para compor a Média Semestral da disciplina, leva-se em conta o desempenho atingido na avaliação formativa e na avaliação somativa, isto é, as notas alcançadas nas diferentes atividades virtuais e na prova, da seguinte forma:

Média: Somatória das notas das atividades virtuais (Peso 40%) + média das provas (Peso 60%).

Se a Média Semestral for igual ou superior a 4,0 e inferior a 7,0, o aluno ainda poderá fazer o Exame Final. A média entre a nota do Exame Final e a Média Semestral deverá ser igual ou superior a 5,0 para considerar o aluno aprovado na disciplina.