

## Plano de Ensino

**Período Letivo:** 2023B

**Grupo:** HB1 - CURSOS HÍBRIDOS

**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
GOLEMAN, DANIEL. <b>A ARTE DA MEDITAÇÃO: UM GUIA PARA A MEDITAÇÃO</b> . 4. ED. RIO DE JANEIRO, RJ: SEXTANTE, 1999. 98 P. ISBN 8586796182.	-
SUTCLIFFE, JENNY. <b>O LIVRO COMPLETO DE TÉCNICAS DE RELAXAMENTO</b> . SÃO PAULO: MANOLE, 1998. 159 P. ISBN 852040801-X.	-
BARROCO, CAROLINE DE ARAUJO. <b>TERAPIAS ALTERNATIVAS EM ESTÉTICA</b> . PORTO ALEGRE 2019	Minha Biblioteca <a href="https://integrada.minhabiblioteca.com.br/books/9788595027633">https://integrada.minhabiblioteca.com.br/books/9788595027633</a>

### Bibliografia Complementar

Referência	Biblioteca Online/Acervo Externo
PEREZ, ERIKA. <b>TÉCNICAS DE MASSAGENS OCIDENTAL E ORIENTAL</b> . SÃO PAULO 2014	Minha Biblioteca <a href="https://integrada.minhabiblioteca.com.br/books/9788536521411">https://integrada.minhabiblioteca.com.br/books/9788536521411</a>
DAVIS, MARTHA; ESHELMAN, ELISABETH ROBBINS; MICKAY, MATTHEW. <b>MANUAL DE RELAXAMENTO E REDUÇÃO DO ESTRESSE</b> . SÃO PAULO: ARTES MÉDICAS, 1996. 242 P. ISBN 85-323-0487-7.	-
MASSOTERAPIA ESTÉTICA E RELAXANTE. PORTO ALEGRE 2019	Minha Biblioteca <a href="https://integrada.minhabiblioteca.com.br/books/9788533500334">https://integrada.minhabiblioteca.com.br/books/9788533500334</a>
POWELL, TREVOR J.; ASSIS, BIA (TRAD.). <b>VIVENDO SEM STRESS</b> . SÃO PAULO: VITÓRIA RÉGIA, 2000. 144 P. ISBN 85-87500-13-9.	-
MARILDA NOVAES LIPP E COLABORADORES. <b>RELAXAMENTO PARA TODOS: CONTROLE O SEU STRESS</b> . PAPIRUS EDITORA, 2014. 116 P. ISBN 9788544900208.	Biblioteca Central

### Objetivos

Promover o direcionamento da aprendizagem em técnicas de relaxamento e spa visando a melhora do stress e relaxamento de condições de tensão.

## Conteúdo Programático

- Conceito e história do SPA
- Spa das mãos e pés
- Atuação em SPA
- Atuação em terapias complementares
- Novas tecnologias em estética
- Procedimentos estéticos para obesidade
- Cuidados da pele no pré e pós-operatório de cirurgias plásticas
- Atitude sustentável e colaborativa
- Produtos Cosméticos Aceladores do Bronzeamento, simuladores do Bronzeamento e Pós-Sol
- Produtos cosméticos para o cuidado das mãos, pés, pernas e unhas
- Prática de Led e Laser para o tratamento de disfunções faciais e corporais
- Cosméticos de massagem

## Instrumentos e Critérios de Avaliação

Para compor a Média Semestral da disciplina, leva-se em conta o desempenho atingido na avaliação formativa e na avaliação somativa, isto é, o engajamento do aluno ao longo da disciplina, a nota alcançada na atividade virtual e na prova, da seguinte forma:

Engajamento = 50%

- Entrada na Unidade de Aprendizagem - 10%
- Clique em todos os itens da Unidade de Aprendizagem - 15%
- Entrega do Desafio - 50%
- Entrega do Exercício - 25% (\*5 por questão realizada)

Atividade virtual = 25%

Prova = 25%

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.

Assim, se um aluno tirar 6 na Média Semestral e tiver 5 no Exame Final:  $MF = 6 + 5 / 2 = 5,5$  (Aprovado).