

## ÁREA DE FORMAÇÃO: 729. SERVIÇOS DE SAÚDE

### CURSO DE TÉCNICAS AVANÇADAS DE CORPO

A busca pelo bem-estar e saúde do corpo está em crescente expansão. O exercício físico aliado a uma alimentação equilibrada e a realização de tratamentos não invasivos têm demonstrado resultados duradouros para o equilíbrio do corpo.

Neste curso de Técnicas Avançadas de Corpo serão fornecidas as ferramentas para o diagnóstico, o desenvolvimento de um tratamento e o plano de manutenção para um corpo saudável. Esta formação foca patologias corporais mais comuns e como proceder perante cada uma delas com técnicas cosméticas e manuais.

#### CARGA HORÁRIA

80 horas de Curso

#### DESTINATÁRIOS

Profissionais de massagem

#### SAÍDAS PROFISSIONAIS

Alguns sectores onde se insere esta Profissão:

- Centros de medicina física e de reabilitação
- Clínicas e centros de medicina natural
- Centros de estética e beleza
- Consultórios privados
- Cruzeiros
- Hotéis e resorts
- Day spas

- Health clubs
- Clubes desportivos
- Apoio domiciliário
- Entre outros

### OBJETIVOS:

- Reconhecer as várias alterações corporais que podemos encontrar.
- Saber como proceder mediante cada alteração corporal.
- Princípios activos mais utilizados para cada tipo de alteração corporal.
- Esfoliantes; envoltivos; mascarar; sérums e creme final: efeitos, indicações e contra-indicações.
- Conhecer os diferentes tipos de graus de celulite.
- Conhecer os princípios ativos mais utilizados para cada tipo de celulite.
- Reconhecer as técnicas de massagem adequadas a cada tipo de celulite.
- Saber diagnosticar e aconselhar um plano em gabinete e domiciliário.
- Aconselhar o cliente com vista à manutenção ou reencontro do seu peso ideal.
- Aplicar tratamentos corporais.
- Drenagem linfática na bacia e glúteos: circulação; sequência.
- Drenagem linfática nos membros inferiores: circulação; sequência.
- Drenagem linfática no abdómen: circulação; sequência.

### CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS:

#### Tratamentos Corporais

---

- Anatomofisiologia da pele
- Sistemas: circulatório; linfático; endócrino e nervoso

- Morfologia corporal
- Alterações corporais (celulite; gordura localizada; flacidez; estrias; alterações circulatórias)
- Cosmética mais utilizada para as diferentes alterações corporais
- Técnicas manuais e cosméticas de tratamento corporal
- Peeling/exfoliante: caseiro, enzimático, ácidos e creme
- Envolvimentos quentes: algas, vegetais moídos, parafinas, lamas marinhas e lamas vulcânicas
- Indicações, contra indicações e uso da manta de sudção
- Máscaras: indicações e contra indicações
- Envolvimentos frios: bandas frias, indicações e contra indicações
- Planos de tratamento
- Análise e diagnóstico das alterações corporais
- Sequência de tratamento de corpo

### **Massagem anti-celulite**

---

- Generalidades da higiene, saúde e segurança no trabalho
- Regras de conduta segura no local de trabalho
- Fatores de risco ligados à atividade profissional
- Utilização de EPI's (Equipamentos de Proteção Individual)
- Introdução às patologias infeto-contagiosas e meios de prevenção
- Cuidados com as mãos – higienização e exercícios dirigidos

### **Drenagem linfática manual (membros inferiores, glúteos e abdómen)**

---

- Fisiopatologia
- Sistema circulatório



Feel

FORMAÇÃO  
PROFISSIONAL



- Sistema linfático
- Drenagem linfática manual: técnicas terapêuticas
- Análise e diagnóstico
- Ficha de anamnese
- Preparação do espaço
- Sequência de drenagem linfática manual

## Nutrição

---

### VALOR

70€ de inscrição + 700€ de curso

Isento de Iva ao abrigo da certificação

### MODALIDADES DE PAGAMENTO

Pronto Pagamento: 700€ de curso

Mensalidade I: 5 x 150€ de curso

Informe-se conosco do Valor na vertente de Curso Personalizado.

### FREQUÊNCIA À FORMAÇÃO

Os alunos da área de saúde deverão apresentar-se às aulas com Farda de cor branca. A mesma pode ser substituída por calças e t-shirt da mesma cor.

## NOTA

A primeira mensalidade deve ser efectuada à altura da inscrição, sendo que as restantes serão efectuadas directamente no centro de formação ou por transferência bancária através do **IBAN PT50 0007 0000 0040 5635 47423** no início do mês, até dia 08.

Sempre que a opção seja pronto-pagamento, deverá ser efectuado pagamento de 20% à data de inscrição e o restante no início do curso. A ficha de inscrição deverá ser preenchida em conformidade. Todo o formando só paga uma vez o valor da inscrição.

## CERTIFICAÇÃO

O Certificado de Formação Profissional é emitido ao abrigo da Portaria 474/2010 de 8 de julho, através do Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO).

## CONTACTOS

Feel Formação Lda - Rua Teresa Jesus Pereira, loja 29A 2560-364 Torres Vedras

261 338 392 | 969 284 188 | [geral@feel-fp.com](mailto:geral@feel-fp.com) | [www.facebook.com/feel.formacao/](http://www.facebook.com/feel.formacao/)