



CURSO DE INTRODUÇÃO À AROMATERAPIA E APLICAÇÃO À MASSAGEM

O Curso de Introdução à Aromaterapia e Aplicação à Massagem pretende habilitar profissionais e alunos de massagem, terapeutas das áreas das terapias alternativas e complementares e outros profissionais de saúde no uso dos óleos essenciais e vegetais de forma segura e funcional, ampliando os seus conhecimentos e efeito terapêutico, podendo criar óleos personalizados para cada atendente ou condição terapêutica.

Nesta formação pretende-se dotar o formando de conhecimentos teórico-práticos de iniciação ao uso seguro da Aromaterapia para questões comuns do dia-a-dia - dores de cabeça, problemas do sono, stress - assim óleos específicos que melhoram e amplificam o efeito terapêutico de cada tipo de massagem - anti-inflamatórios, desconstruturantes, relaxantes, óleos que melhoram a circulação sanguínea e linfática, entre outros. Nesta formação cada participante criará duas misturas de óleos personalizadas.

No final deste curso o formando estará apto a aplicar a Aromaterapia quer a título pessoal como na sua prática profissional.

CARGA HORÁRIA

6 horas

DESTINATÁRIOS

Massagistas, terapeutas de medicina chinesa, osteopatas, profissionais de estética e spa, fisioterapeutas, enfermeiros, médicos e outros profissionais de saúde.

APLICABILIDADE DA AROMATERAPIA

Alguns sectores onde se insere o uso da Aromaterapia

- Centros de estética e beleza;



- Spa's;
- Espaços de bem-estar e terapias alternativas e complementares;
- Clubes desportivos;
- Clínicas;
- Apoio domiciliário;
- Como terapia complementar em tratamentos de fisioterapia, médicos e de enfermagem;
- Em psicoterapia.

OBJETIVOS

- Adquirir conhecimentos teórico-práticos de forma a conseguir aplicar a Aromaterapia de forma segura em contexto pessoal/familiar e profissional no âmbito da massagem
- Adquirir conhecimentos teóricos sobre veículos e óleos essenciais para problemas comuns
- Adquirir conhecimentos teóricos sobre veículos e óleos essenciais a usar em cada tipo de massagem
- Conhecer e aplicar procedimentos para a formulação de misturas aroma terapêuticas seguras
- Conhecer as indicações, contraindicações e efeitos da aromaterapia

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Módulo 1: Introdução à Aromaterapia

- O que é Aromaterapia
- Definição de óleos essenciais
- História da Aromaterapia – terapia milenar usada em todo o mundo
- Métodos de extração dos óleos essenciais
- Conceitos básicos para aplicação segura da Aromaterapia



- Formas de aplicação e veículos de aplicação
- Formas de absorção
- KIT Base de Aromaterapia – óleos essenciais para problemas comuns do dia-a-dia – cefaleias, náuseas problemas do sono, stress, fadiga, alterações digestivas, sistema imunitário
- Precauções e segurança
- Contraindicações
- Sinergias

Atividade prática

- Formulação de uma mistura aromaterapêutica para uso pessoal

Módulo 2: Aromaterapia aplicada à Massagem

- Aromaterapia na massagem – benefícios e vantagens
- Aromaterapia na massagem - contra-indicações
- Óleos veículo e seus efeitos terapêuticos
- Óleos essenciais anti-inflamatórios, desconstruturantes, circulatórios sanguíneos e linfáticos, sedantes/relaxantes, tónicos
- Diluições e dosagens seguras
- Precauções e segurança
- Contraindicações
- Sinergias

Atividade prática

- Formulação de uma mistura aroma terapêutica para massagem

METODOLOGIA DE FORMAÇÃO

Serão expostos diapositivos de conteúdo teórico-prático com interação entre a formadora e os formandos, com apresentação dos respetivos óleos essenciais e veículos apresentados para que possam experimentar. Em cada módulo será possível ao



formando criar uma mistura terapêutica personalizada para uso pessoal e uma mistura terapêutica personalizada para uso profissional ambas de aplicação tópica.

RECURSOS PEDAGÓGICOS

Os participantes receberão digitalmente o manual do curso em pdf e será criado um grupo online de partilha de experiência e onde serão tiradas dúvidas.

RECURSOS MATERIAIS

Os formandos devem apresentar-se à formação com:

- Caderno ou bloco para escrever com caneta
- Roupa confortável

VALOR DO CURSO

80€ de curso

Transferência bancária através do IBAN: PT50 0007 0000 0040 5635 4742 3

Só será considerada válida a inscrição no curso de Aromaterapia Aplicada à Massagem após receção do respetivo pagamento.

CURSO INCLUI

- Dois manuais: Introdução ao uso da Aromaterapia e Aromaterapia aplicada à Massagem
- Formulação prática de 2 misturas de óleos essenciais
- Certificado reconhecido pela DGERT emitido pela plataforma SIGO e registo no Passaporte Qualifica

CONTACTOS

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

261 338 392 | 969 284 188 | geral@feel-fp.com | www.feelfp.pt