

Mestrado Próprio

Medicina Estética para Nutricionistas





Mestrado Próprio

Medicina Estética para Nutricionistas

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 meses
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 60 ECTS
- » Tempo Dedicado: 16 horas/semana
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Acesso ao site: www.techtitute.com/pt/escola-de-nutricao/mestrado-proprio/mestrado-proprio-medicina-estetica-nutricionistas

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Competências

pág. 14

04

Estrutura e conteúdo

pág. 18

05

Metodologia

pág. 24

06

Certificação

pág. 32

01

Apresentação

Uma pele saudável, brilhante e hidratada não depende apenas de fatores externos. Os fatores internos, incluindo a nutrição, desempenham um papel fundamental na aparência da pele. Por esta razão, e tendo em consideração a importância de uma dieta equilibrada para a manutenção de uma boa saúde, o TECH apresenta este programa no qual os nutricionistas aprenderão sobre as chaves biológicas, anatômicas e fisiológicas envolvidas no envelhecimento e estado da pele. No final do programa, o profissional será capaz de trazer para o seu centro os tratamentos mais avançados do setor, proporcionando aos seus pacientes as abordagens mais eficazes aos cuidados com a pele, mantendo uma pele e corpo saudáveis.



“

Graças a este Mestrado Próprio poderá oferecer aos seus pacientes os melhores tratamentos dermocosméticos e conselhos baseados nas bases fornecidas por uma boa nutrição"

Há muitos fatores externos que influenciam a aparência da pele. O stress, a poluição ambiental e as próprias patologias do paciente são apenas alguns dos fatores que podem levar a uma pele seca e com um aspeto pouco saudável. No entanto, o fator interno que tem um impacto direto na aparência da pele é sem dúvida a dieta. Dietas baseadas em alimentos ultraprocessados, excesso de sal ou açúcar e mesmo uma alimentação descontrolada podem causar lesões visíveis ou envelhecimento prematuro da pele.

Por esta razão, é crucial que os profissionais de nutrição tenham um conhecimento profundo de como a dieta influencia o estado da pele e, acima de tudo, como, através da dieta, danos, lesões ou patologias da pele podem ser revertidos. Neste sentido, este Mestrado Próprio fornece aos alunos as chaves para compreender o impacto da nutrição na pele, bem como os tratamentos e abordagens médico-estéticas mais apropriadas para cada caso.

Durante as 1.500 horas de educação intensiva incluídas no programa, o aluno aprenderá em profundidade tudo o que está relacionado com os chamados nutricosméticos *Antiaging* como um meio para melhorar e reverter os danos do envelhecimento da pele. Da mesma forma, também aprenderão sobre as alterações nutricionais mais frequentes relacionadas com a dermoestética, bem como as perturbações psicológicas mais comuns relacionadas com a alimentação e a pele.

Assim, após passarem as avaliações incluídas no Mestrado Próprio, os estudantes estarão preparados para adotar uma abordagem diferencial e inovadora na sua prática diária que terá um impacto positivo nos seus pacientes. Isto irá ajudá-los a posicionarem-se na vanguarda da profissão.

Este **Mestrado Próprio em Medicina Estética para Nutricionistas** conta com o conteúdo educacional mais completo e atualizado do mercado. As suas principais características são:

- O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em dermocosmética e nutrição
- O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático do livro fornece informações científicas e práticas sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação pode ser levado a cabo a fim de melhorar a aprendizagem
- A sua ênfase especial em metodologias inovadoras
- Palestras teóricas, perguntas ao especialista, fóruns de discussão sobre questões controversas e atividades de reflexão individual
- A disponibilidade de acesso ao conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à internet



Com este Mestrado Próprio não só conhecerá as chaves da nutrição e da sua relação com a pele, mas também os tratamentos estéticos mais adequados para cada caso"

“

Atinja os seus objetivos profissionais através do estudo de um programa que o torne fácil: 100% online e sem trabalho final”

O corpo docente do curso inclui profissionais do setor que trazem a sua experiência profissional para esta capacitação, para além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

O seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional aprender de uma forma contextual e situada. Ou seja, um ambiente simulado que proporcionará uma capacitação imersiva programada para treinar para situações reais.

A conceção deste programa baseia-se na Aprendizagem Baseada nos Problemas, através da qual o instrutor deve tentar resolver as diferentes situações da atividade profissional que surgem ao longo do curso académico. Para tal, contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas reconhecidos.

Com este Mestrado Próprio irá atualizar os seus conhecimentos de forma confortável e simples e poderá trazer para a sua clínica os tratamentos mais avançados do setor.

Graças a este Mestrado Próprio, será capaz de conceber dietas destinadas não só a perder peso ou ganhar saúde, mas também a melhorar a aparência da sua pele.



02 Objetivos

Com o objetivo de oferecer aos estudantes as chaves para compreender a importância da nutrição na condição da pele, este programa fornece o conhecimento mais completo e atualizado no campo dos nutricosméticos. Desta forma, e após completar o estudo, os profissionais serão capazes de incorporar os tratamentos e abordagens mais eficazes na sua prática diária em cada caso, não só melhorando o seu perfil profissional, mas também as suas perspectivas económicas.





“

A TECH ajuda-o a alcançar os seus objetivos profissionais. Não pense duas vezes e inscreva-se neste Mestrado Próprio”



Objetivos gerais

- ♦ Adquirir o conhecimento fundamental de todas as modalidades de antienvhecimento e os tratamentos estéticos, incorporando as ferramentas necessárias para exercer esta especialidade na prática diária
- ♦ Realizar uma gestão abrangente do paciente estético, sendo capaz de fazer um diagnóstico preciso e aplicar o tratamento mais apropriado
- ♦ Atualizar e reforçar os conhecimentos em dermatologia necessários para o cuidado correto dos doentes na clínica de nutrição
- ♦ Oferecer ao nutricionista as ferramentas e orientações necessárias para lidar eficientemente com as diferentes patologias dermatológicas
- ♦ Reforçar o papel do nutricionista no tratamento destas patologias
- ♦ Identificar o papel dos tratamentos na prevenção e tratamento das patologias dermatológicas
- ♦ Conhecer as características gerais da pele e a sua anatomia
- ♦ Saber como diferenciar e lidar com as patologias tópicas mais comuns hoje
- ♦ Conhecer as características básicas dos tratamentos dermoestéticos para o rosto
- ♦ Conhecer as características básicas dos tratamentos dermoestéticos para o corpo
- ♦ Discernir entre os tratamentos mais eficazes em cada caso
- ♦ Aprender em profundidade sobre os tratamentos mais eficazes para os cuidados capilares de hoje





Objetivos específicos

Módulo 1. Nutrição dermoestética

- Conhecer as noções básicas da nutrição dermoestética
- Saber como estruturar a organização da consulta de medicina dermoestética
- Gerir de forma correta os protocolos higiénicos e sanitários na prática da nutrição dermoestética
- Saber como gerir o tratamento dos resíduos dos cuidados de saúde
- Aprofundar nos aspetos legais que devem reger os cuidados de saúde na nutrição dermoestética

Módulo 2. Envelhecimento e avaliação cosmética em nutrição estética

- Apresentar os antecedentes históricos em que a medicina anti-envelhecimento se baseia
- Definir e familiarizar-se com os conceitos mais utilizados na medicina anti-envelhecimento
- Examinar as teorias mais amplamente aceites sobre o envelhecimento e inter-relacioná-las umas com as outras
- Compreender os mecanismos do envelhecimento associados às mitocôndrias
- Definir processos de envelhecimento relacionados com o telómero
- Estabelecer a relação entre a imunosenescência, o envelhecimento e o início da doença
- Analisar a importância dos ritmos circadianos no envelhecimento e adquirir as competências necessárias para lidar adequadamente com as suas alterações
- Avaliar a importância do expositor no envelhecimento e gerar canais para o adaptar às necessidades e expectativas do indivíduo

Módulo 3. O couro

- ♦ Conhecer a estrutura anatômica da pele
- ♦ Mergulhar noutras áreas relacionadas com a pele: cabelo, unhas, glândulas sebáceas e sudoríparas, etc
- ♦ Analisar as diferentes funções da pele
- ♦ Aprender sobre os diferentes cuidados com a pele de acordo com o estágio de vida do paciente
- ♦ Aprofundar o conhecimento dos efeitos da radiação solar sobre a pele e os diferentes meios de fotoproteção
- ♦ Compreender os diferentes tipos de pele
- ♦ Compreender as noções básicas de higiene facial
- ♦ Compreender as diferentes técnicas de hidratação da pele

Módulo 4. Patologias dermatológicas mais frequentes

- ♦ Atualizar os conhecimentos sobre as diferentes patologias susceptíveis de consulta nas farmácias comunitárias, analisando as diferentes abordagens terapêuticas existentes, tanto para o tratamento como para a prevenção
- ♦ Desenvolver uma proposta de protocolos de ação para cada patologia descrita
- ♦ Defina o que é conhecido como pele sensível ou reativa
- ♦ Analisar os diferentes tipos de acne e quais os que podem ser tratados pela farmácia comunitária
- ♦ Aprofundar no estudo da alopecia, as características diferenciais entre homens e mulheres e sua evolução
- ♦ Abordar o estudo da xerose sob o ponto de vista dermatológico, analisando as doenças ou tratamentos que mais costumam causá-la e os sintomas que apresentam
- ♦ Diferenciando os tratamentos existentes para hiperidrose
- ♦ Analisar os diferentes tipos de dermatites, as suas características diferenciais e a sua casuística particular

- ♦ Definir os diferentes transientes de pigmentação, seu tratamento e possíveis medidas de prevenção
- ♦ Analisar a rosácea e suas diferentes etapas, a fim de facilitar o reconhecimento e a sua correta indicação
- ♦ Aprofundar no estudo da psoríase, abordando todos os seus tipos e estágios, os diferentes tratamentos existentes e as medidas preventivas
- ♦ Abordar outras patologias com prurido, tais como urticária e angioedema
- ♦ Diferenciar os diversos tratamentos existentes para as condições de descamação do couro cabeludo
- ♦ Definir patologias menos frequentes, como toxicodermia ou hidrosadenite
- ♦ Analisar os diferentes tipos de lesões cutâneas que podem ser encontradas e como podem ser abordadas pela Farmácia Comunitária
- ♦ Estudar os diferentes tipos de patógenos causadores de infeções ou infestações cutâneas
- ♦ Listar as várias patologias dermatológicas causadas por agentes patogênicos
- ♦ Abordar as diferentes patologias que podem aparecer na cavidade oral
- ♦ Atualização sobre os diferentes tratamentos utilizados para as condições das unhas e da fanera

Módulo 5. Nutrição e depilação

- ♦ Aprofundar os aspetos, classificação e influência da depilação a laser
- ♦ Compreender os aspetos, classificação e influência da depilação por luz pulsada
- ♦ Compreender os objetivos da depilação a laser
- ♦ Saber programar e trabalhar com equipamento de depilação a laser
- ♦ Lidar com os procedimentos corretos e o consentimento informado para a realização da depilação a laser
- ♦ Conhecer as medidas de proteção tanto para profissionais como para clientes em procedimentos de depilação a laser

Módulo 6. Massagem estética em nutrição Estética

- ♦ Saber como aplicar massagens estéticas para efeitos imediatos
- ♦ Compreender a classificação das massagens
- ♦ Conhecer as manobras aplicadas à massagem estética corporal
- ♦ Saber mais sobre os diferentes tipos de massagens existentes, os seus efeitos e mecanismos de aplicação

Módulo 7. Peeling em dermocosmética

- ♦ Seleção adequada do paciente, preparação prévia da pele, assim como o correto acompanhamento e prescrição do tratamento *Post Peeling*, adaptado à evolução habitual após a utilização de cada agente químico ou combinação dos mesmos selecionados
- ♦ Conhecer os possíveis efeitos adversos do *peeling* e o seu tratamento
- ♦ Aprofundar-se nos tipos de *Peeling* e indicações habituais
- ♦ Examinar a pré-preparação adequada da pele
- ♦ Aprofundar os cuidados cosméticos de pele em geral
- ♦ Abordar patologias como a acne ou o envelhecimento

Módulo 8. Nutrição aplicada à dermoestética

- ♦ Estabelecer a contribuição dos micronutrientes para o estado nutricional normal
- ♦ Apresentar os diferentes tipos de alimentos funcionais, nutraceuticos, bem como as diferenças entre eles
- ♦ Examinar a contribuição dos prebióticos e probióticos para a saúde
- ♦ Identificar os diferentes aditivos alimentares e as suas funções nos alimentos
- ♦ Apresentar tipos específicos de dietas e a sua contribuição para melhorar as funções do organismo
- ♦ Aprofundar o conhecimento da microbiota intestinal como eixo principal da microbiota humana e a sua inter-relação com o resto do corpo, os seus métodos de estudo e as suas aplicações na prática clínica para manter um bom estado de saúde

Módulo 9. Atividade física. Estilos de vida sedentários e obesidade

- ♦ Examinar a resposta metabólica durante o exercício físico
- ♦ Determinar as diferentes técnicas de avaliação fisiológica do paciente
- ♦ Analisar os princípios básicos do treino desportivo para permitir o desenvolvimento de um plano de atividade física adaptado
- ♦ Compreender a importância da atividade física em certas patologias como o cancro, patologias músculo-esqueléticas, cardiovasculares e respiratórias
- ♦ Analisar as tendências para a recuperação e readaptação ao esforço físico
- ♦ Estabelecer como a obesidade e os estilos de vida sedentários contribuem para um envelhecimento acelerado
- ♦ Determinar as orientações e indicações para o tratamento farmacológico da obesidade

Módulo 10. Cuidados nutricionais noutros procedimentos e tratamentos

- ♦ Adquirir um conhecimento profundo de diferentes procedimentos e tratamentos, tais como cargas, toxina botulínica ou fios de suporte
- ♦ Saber mais sobre o uso do PRP (Plasma Rico em Plaquetas)
- ♦ Aprofundar no uso de carboxiterapia, rinomodelismo e mentoplastia



Cresça, de mãos dadas com os melhores profissionais, e conduza a sua carreira ao próximo nível"

03

Competências

No final das 1.500 horas incluídas no programa académico deste Mestrado Próprio, os alunos terão adquirido uma série de competências que lhes permitirão posicionar-se na vanguarda do mercado de dermocosméticos e nutricosméticos. Isto é único porque, para além de atualizarem os seus conhecimentos em tratamentos estéticos, aprenderão também sobre os mais recentes postulados na área da nutrição e da pele. Tudo isto lhe permitirá posicionar-se como um completo especialista na área, melhorando não só o seu nível profissional, mas também o seu nível pessoal e económico.





“

Ao estudar com a TECH você será capaz de atualizar as suas competências profissionais num setor que está em constante crescimento e que oferece cada vez mais oportunidades”



Competências gerais

- Ser capaz de aplicar as novas técnicas anti-envelhecimento e os tratamentos estéticos mais populares
- Poder prevenir, retardar e controlar os processos de envelhecimento dos pacientes
- Saber aplicar o conhecimento com a capacidade de resolver casos problemas em situações da prática diária
- Saber como aplicar os diferentes tratamentos dermoestéticos
- Definir a legislação e regulamentos básicos no campo da dermoestética
- Definir os principais protocolos de ação nas diferentes patologias dermatológicas
- Implementar o protocolo para encaminhamento a outros profissionais, se necessário
- Saiba como aplicar os medicamentos e dispositivos médicos utilizados na prevenção da patologia dermatológica
- Rever os diferentes cuidados com a pele nas variadas fases da vida, adaptando os tratamentos e a prevenção a cada caso específico
- Revisar conceitos anatômicos, fisiológicos e bioquímicos em relação à pele e aos apêndices
- Identificar fatores de risco para a patologia dermatológica e oferecer uma abordagem apropriada
- Tratar doentes oncológicos com base nos benefícios da dermoestética
- Saber e saber trabalhar com as diferentes patologias ginecológicas e saber como aplicar o tratamento dermoestético eficaz em cada caso





Competências específicas

- Compreender as implicações das diferentes questões éticas e legais subjacentes à atividade dermoestética
- Conhecer as novidades da dermoestética
- Dominar as diferentes teorias científicas sobre o envelhecimento
- Aplicar tratamentos anti-envelhecimento personalizados, atendendo às particularidades de cada paciente
- Compreender a anatomia da pele para ser capaz de detetar todos os tipos de patologias e aplicar o tratamento estético correspondente
- Saber quais são os tratamentos mais eficazes para os anexos cutâneos como o cabelo e as unhas
- Adaptar os diferentes tratamentos de acordo com o estágio de vida do paciente
- Conhecer as particularidades dermoestéticas de cada etapa da vida, para que os pacientes possam aplicar soluções preventivas
- Assimilar os processos de crescimento da pele, do cabelo e das unhas
- Aplicar técnicas de hidratação e limpeza da pele
- Identificar os melhores tratamentos de cuidados de pele, instruindo os doentes para prevenir os principais perigos que enfrentam
- Realizar diferentes massagens estéticas pertencentes ao campo da nutrição dermoestética
- Saber como aplicar diferentes técnicas de depilação, especialmente a depilação a laser
- Compreender os riscos pré e pós-depilação a fim de ser capaz de agir adequadamente em cada caso
- Dominar as ações nutricionais aplicadas a diferentes procedimentos dermoestéticos tais como *Peelings* químicos, toxina botulínica, rinomodelação ou carboxiterapia facial
- Compreender, de um ponto de vista dermoestético, várias questões relacionadas com a nutrição
- Observar os problemas associados aos distúrbios nutricionais de modo a poder aplicar cuidados nutricionais adequados
- Estar adequadamente preparado para responder aos vários desafios da estética ginecológica
- Abordagem da dermoestética ginecológica com as ferramentas certas para cada paciente
- Compreender o papel da nutrição dermocosmética nos cuidados oncológicos



Compreenderá como a nutrição tem um impacto direto na condição da pele e aprenderá a propor soluções terapêuticas para cada caso específico”

04

Estrutura e conteúdo

Durante este Mestrado Próprio, os alunos serão capazes de atualizar os seus conhecimentos sobre tratamentos dermocosméticos e nutrição. Um verdadeiro luxo que lhes permitirá pôr em prática diariamente os postulados mais avançados e as estratégias terapêuticas mais eficazes em cada caso. Além disso, conseguirá tudo isto através da metodologia académica mais premiada no panorama educacional atual, com a qual não terá de fazer nenhum trabalho final para obter o seu certificado





“

A TECH oferece-lhe o currículo mais completo e atualizado do mercado neste campo. É assim que o ajudamos a chegar mais longe”

Módulo 1. Nutrição dermoestética

- 1.1. Nutrição dermoestética: novos desenvolvimentos na profissão
- 1.2. Higiene numa consulta estética e antissépticos
 - 1.2.1. Antissépticos
 - 1.2.2. Higiene das mãos
 - 1.2.3. Higiene dos utensílios
 - 1.2.4. Gestão de resíduos de saúde
- 1.3. Organização da prática estética
 - 1.3.1. Agenda
 - 1.3.2. Recursos técnicos
 - 1.3.3. Recursos pessoais
 - 1.3.4. Materiais e equipamento
 - 1.3.5. Fornecimentos
- 1.4. O aspeto ético-jurídico da nutrição dermoestética e o consentimento informado do paciente
- 1.5. A urgência da prática de nutrição dermoestética
- 1.6. Complicações na nutrição dermoestética

Módulo 2. Envelhecimento e avaliação cosmética em nutrição estética

- 2.1. História da medicina de antienvhecimento
- 2.2. Teorias do envelhecimento. Fisiopatologia
- 2.3. Espécie e longevidade
- 2.4. Mecanismos do envelhecimento celular
- 2.5. Mitocôndrias
- 2.6. Cronobiologia I. Núcleo supraquiasmático pineal. Ritmo circadiano
- 2.7. Cronobiologia II Sono e vigília
- 2.8. Imunidade. Imunosenescência
- 2.9. Telómeros e telomerase
- 2.10. A exposição e o envelhecimento



Módulo 3. O couro

- 3.1. Anatomia e estrutura da pele
- 3.2. Apêndices da pele
 - 3.2.1. O cabelo
 - 3.2.2. Unhas
 - 3.2.3. Glândulas sebáceas
 - 3.2.4. Glândulas sudoríparas
- 3.3. Funções da pele e lesões elementares
 - 3.3.1. Proteção
 - 3.3.2. Metabólica
 - 3.3.3. Regulação da temperatura
 - 3.3.4. Sensorial
 - 3.3.5. Excretora
 - 3.3.6. Reserva energética
- 3.4. Cuidados com a pele em diferentes fases da vida: Neonatal, Pediátrica, Adolescente, Adulta, Geriátrica, Gravidez
 - 3.4.1. Neonatal
 - 3.4.2. Pediátrica
 - 3.4.3. Adolescente
 - 3.4.4. Adulta
 - 3.4.5. Geriátrica
 - 3.4.6. Gravidez
- 3.5. Embriologia da pele e apêndices cutâneos
 - 3.5.1. Desenvolvimento da pele
 - 3.5.2. Desenvolvimento do cabelo
 - 3.5.3. Desenvolvimento das unhas
 - 3.5.4. Desenvolvimento das glândulas da pele
- 3.6. Tipos de pele
 - 3.6.1. A espessura
 - 3.6.2. A emulsão cutânea
 - 3.6.3. Fotótiposcutâneos
 - 3.6.4. O estado

- 3.7. A higiene da pele
- 3.8. Hidratação da pele
 - 3.8.1. Técnicas manuais
 - 3.8.2. Materiais e meios técnicos
 - 3.8.3. Cosméticos específicos
 - 3.8.4. Equipamentos

Módulo 4. Patologias dermatológicas mais frequentes

- 4.1. Acne
- 4.2. Rosácea
- 4.3. Dermatite seborreica
- 4.4. Dermatite atópica
- 4.5. Dermatite de contacto
- 4.6. Perturbações da pigmentação. Hiperpigmentação
- 4.7. Perturbações da pigmentação. Hipopigmentação
- 4.8. Psoríase
- 4.9. Infecções e infestações cutâneas causadas por agentes patogénicos: bactérias
- 4.10. Infecções e infestações cutâneas causadas por agentes patogénicos: vírus
- 4.11. Ictiose
- 4.12. Urticária e angioedema
- 4.13. Cicatrizes
- 4.14. Condições das unhas e das faneras
- 4.15. Distúrbios da mucosa oral: Gengivite, aftas, fungos
- 4.16. Lesões cutâneas Lesões
- 4.17. Lesões cutâneas: Queimaduras

Módulo 5. Nutrição e depilação

- 5.1. Depilação a laser e fatores de influência
- 5.2. Fotodepilação intensa de luz pulsada e fatores de influência
- 5.3. Objetivos da depilação com laser e IPL
- 5.4. Procedimento para realizar a depilação por laser e IPL

- 5.5. Primeira visita
 - 5.5.1. Informação do cliente
 - 5.5.2. Dados no ficheiro técnico e de monitorização
 - 5.5.3. Consentimento informado
- 5.6. Procedimento da técnica
 - 5.6.1. Limpeza, depilação e desinfeção
 - 5.6.2. Delimitação da área
 - 5.6.3. Proteção
 - 5.6.4. Aplicação do gel refrigerante
 - 5.6.5. Utilização do equipamento
 - 5.6.6. Remoção do gel e aplicação do produto descongestionante
- 5.7. Riscos e efeitos secundários
- 5.8. Precauções, cuidados pós depilação a laser e sessões de pós tratamento
- 5.9. Medidas de proteção para profissionais e clientes
 - 5.9.1. Vestuário
 - 5.9.2. Higiene postural recomendada no trabalho

Módulo 6. Massagem estética em nutrição Estética

- 6.1. A aplicação da massagem estética e os efeitos imediatos, retardados, locais e gerais da massagem sobre os vários órgãos e sistemas
- 6.2. Classificação das massagens de acordo com a sua ação e as diferentes técnicas aplicáveis
- 6.3. Efeitos, indicações, precauções e contra-indicações das manobras de massagem estética
- 6.4. Parâmetros de aplicação de manobras de massagem e critérios de seleção para manobras de massagem estética
- 6.5. Técnicas para a realização de manobras de massagem corporal estética
- 6.6. Massagem de zona: manobras específicas e tempo de execução
- 6.7. Massagem estética com equipamento mecânico
- 6.8. Equipamento de massagem estético com efeito mecânico
- 6.9. Técnicas de aplicação dos diferentes equipamentos
- 6.10. Indicações para a massagem estética mecânica

Módulo 7. Peeling em dermocosmética

- 7.1. Visão geral
- 7.2. Preparação prévia
- 7.3. *Peeling* superficial

- 7.4. *Peeling* médio
- 7.5. *Peeling* profundo
- 7.6. Cuidados *Post Peeling*. Efeitos adversos e tratamento
- 7.7. Introdução à dermocosmética.
- 7.8. Cuidados cosméticos gerais da pele
- 7.9. Cuidado cosmético específico

Módulo 8. Nutrição aplicada à dermoestética

- 8.1. Cuidados de enfermagem em nutricosméticos *Antiaging*
- 8.2. Dermocosmética ortomolecular
- 8.3. Microbiota
- 8.4. Prebióticos e probióticos
- 8.5. Nutrigenética Nutrigenómica
- 8.6. Suplementos
- 8.7. Aditivos alimentares
- 8.8. Alterações nutricionais mais frequentes relacionadas com a estética
- 8.9. Aspetos psicológicos do envelhecimento

Módulo 9. Atividade física. Estilos de vida sedentários e obesidade

- 9.1. Fisiologia da atividade física
- 9.2. Avaliação e interpretação fisiológica I
- 9.3. Avaliação e interpretação fisiológica II
- 9.4. Prescrição personalizada de atividade física em jovens adultos
- 9.5. Prescrição personalizada de atividade física no adulto mais velho
- 9.6. Atividade física, longevidade e qualidade de vida
- 9.7. Estratégias para a reabilitação e recuperação do esforço
- 9.8. Sedentarismo e obesidade
- 9.9. Tratamento farmacológico da obesidade. GLP1-Liraglutide
- 9.10. Suplemento alimentar

Módulo 10. Cuidados nutricionais noutros procedimentos e tratamentos

- 10.1. Preenchimentos ou fillers faciais
- 10.2. Bioplastia
- 10.3. Toxina botulínica
- 10.4. Os fios de apoio
- 10.5. Radiofrequência, tecnologia e efeitos biológicos
- 10.6. Rejuvenescimento facial
- 10.7. Rinomodelismo e mentoplastia
- 10.8. Carboxiterapia facial e corporal
- 10.9. PRP (Plasma Rico em Plaquetas)
- 10.10. Mesoterapia



Multiplique as suas hipóteses de sucesso ao atualizar os seus conhecimentos numa área do futuro: a dermocosmética aplicada à nutrição”

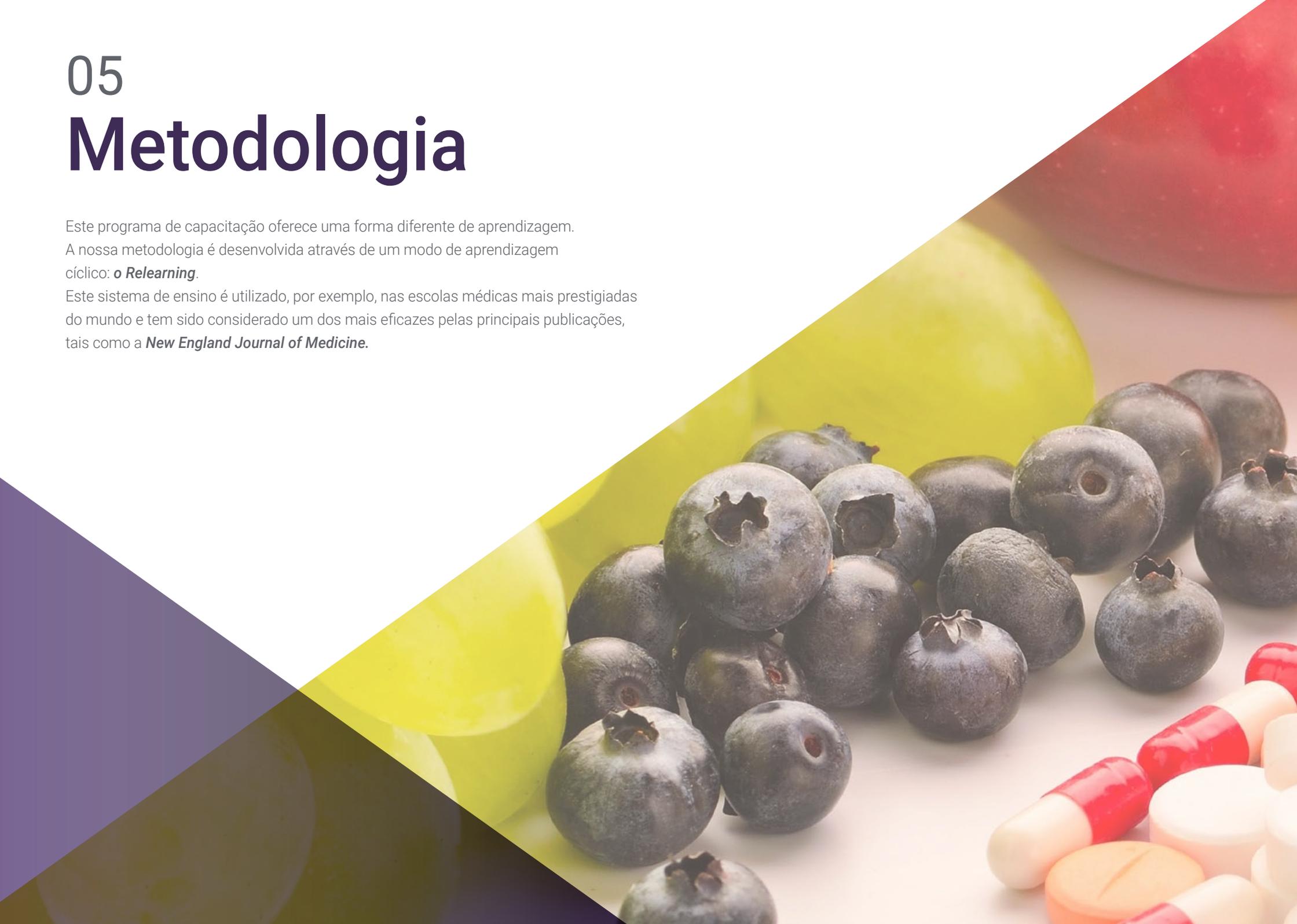
05

Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem.

A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: o **Relearning**.

Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a **New England Journal of Medicine**.



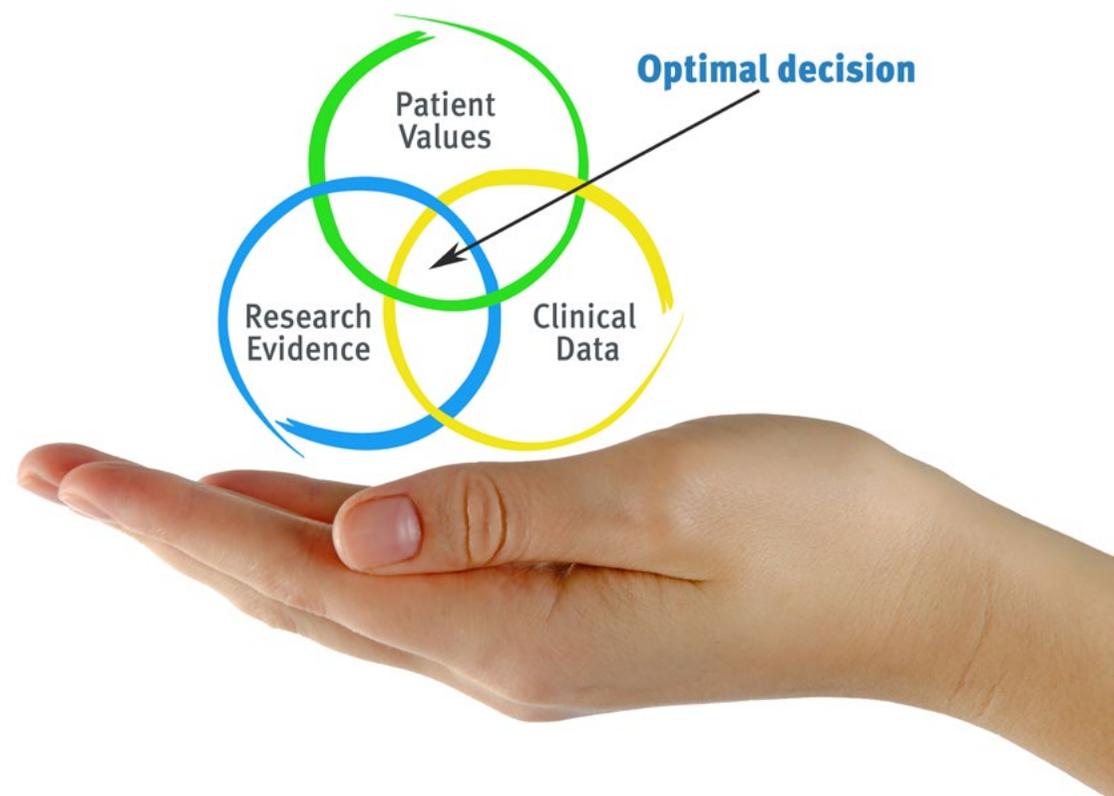
“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

Na TECH utilizamos o Método de Caso

Numa dada situação clínica, o que deve fazer um profissional? Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos clínicos simulados com base em pacientes reais nos quais terão de investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver a situação. Há abundantes provas científicas sobre a eficácia do método. Os especialistas aprendem melhor, mais depressa e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH o nutricionista experimenta uma forma de aprendizagem que abala as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação anotada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra alguma componente clínica peculiar, quer pelo seu poder de ensino, quer pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional actual, tentando recriar os constrangimentos reais na prática profissional da nutrição.

“

Sabia que este método foi desenvolvido em 1912 em Harvard para estudantes de direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais complexas para que tomassem decisões e justificassem a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro realizações fundamentais:

- 1 Nutricionistas que seguem este método não só conseguem a assimilação de conceitos, mas também desenvolvem a sua capacidade mental através de exercícios para avaliar situações reais e aplicar os seus conhecimentos.
- 2 A aprendizagem é solidamente traduzida em competências práticas que permitem ao educador integrar melhor o conhecimento na prática diária.
- 3 A assimilação de ideias e conceitos é facilitada e mais eficiente, graças à utilização de situações que surgiram a partir de um ensino real.
- 4 O sentimento de eficiência do esforço investido torna-se um estímulo muito importante para os estudantes, o que se traduz num maior interesse pela aprendizagem e num aumento do tempo passado a trabalhar no curso.



Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.



O nutricionista aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes de aprendizagem simulados. Estas simulações são desenvolvidas utilizando software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.

Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis globais de satisfação dos profissionais que concluem os seus estudos, no que diz respeito aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Utilizando esta metodologia, mais de 45.000 nutricionistas foram formados com sucesso sem precedentes em todas as especialidades clínicas, independentemente da carga cirúrgica. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica.

A pontuação global do nosso sistema de aprendizagem é de 8,01, de acordo com os mais elevados padrões internacionais.



Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:



Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



Técnicas e procedimentos nutricionais em vídeo

A TECH aproxima os estudantes das mais recentes técnicas, dos mais recentes avanços educacionais e da vanguarda das técnicas e procedimentos actuais de aconselhamento nutricional. Tudo isto, na primeira pessoa, com o máximo rigor, explicado e detalhado para a assimilação e compreensão do estudante. E o melhor de tudo, pode observá-los quantas vezes quiser.



Resumos interativos

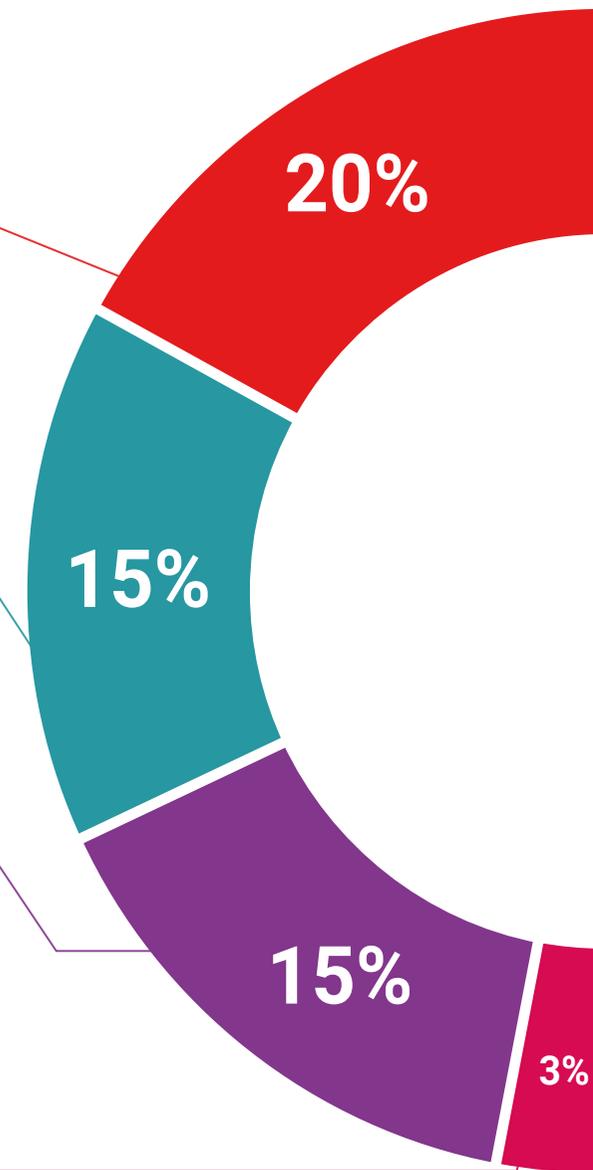
A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

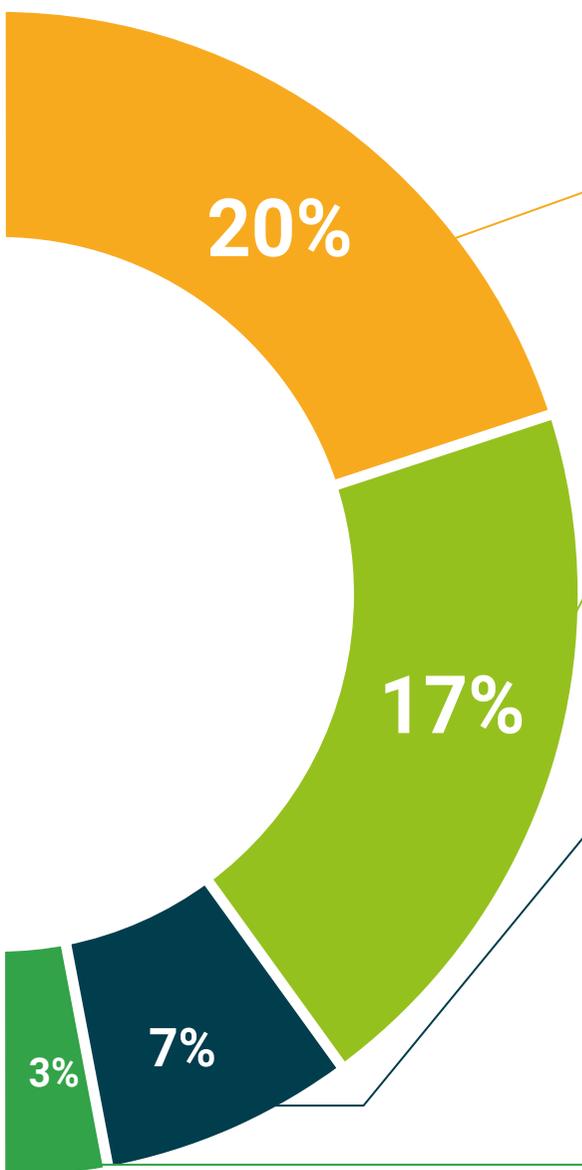
Este sistema para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu"



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que necessita para completar a sua capacitação





Análises de casos desenvolvidas e conduzidas por especialistas

A aprendizagem eficaz deve necessariamente ser contextual. Por esta razão, a TECH apresenta o desenvolvimento de casos reais nos quais o perito guiará o estudante através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.



Masterclasses

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializados. O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.



Guias rápidos de atuação

A TECH oferece os conteúdos mais relevantes do curso sob a forma de folhas de trabalho ou guias de ação rápida. Uma forma sintética, prática e eficaz de ajudar os estudantes a progredir na sua aprendizagem.



06

Certificação

O Mestrado Próprio em Medicina Estética para Nutricionistas garante, para além de um conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um grau de Mestre emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

Conclua este plano de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”

Este **Mestrado Próprio em Medicina Estética para Nutricionistas** conta com o conteúdo educacional mais completo e atualizado do mercado.

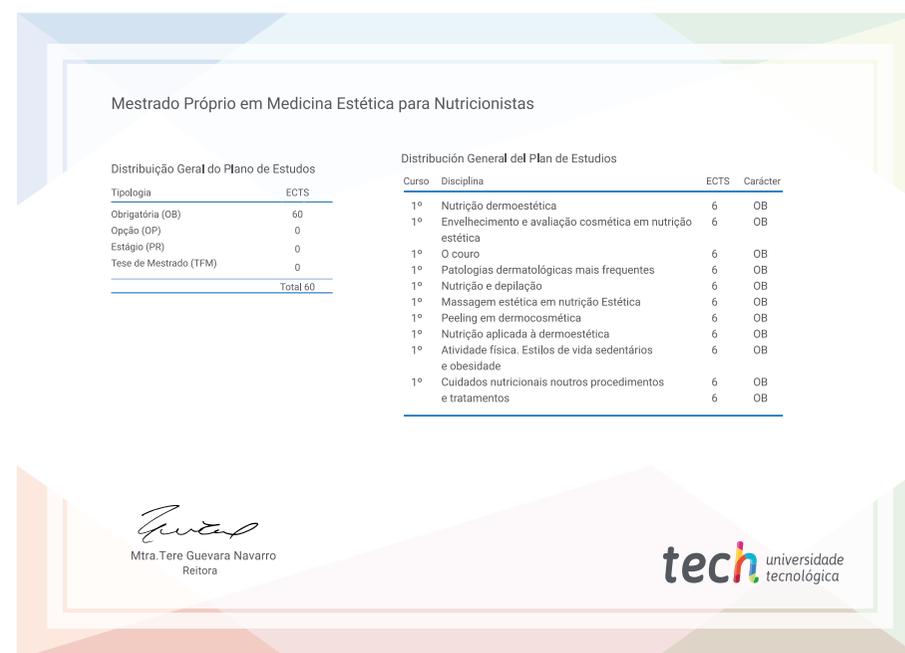
Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio, com aviso de receção, o certificado* correspondente ao título de **Mestrado Próprio** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Mestrado Próprio, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de emprego, concursos públicos e avaliação de carreiras profissionais.

Certificação: **Mestrado Próprio em Medicina Estética para Nutricionistas**

ECTS: **60**

Carga horária: **1.500 horas**



*Apostila de Haia Caso o aluno solicite que o seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo com um custo adicional.



Mestrado Próprio

Medicina Estética
para Nutricionistas

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 meses
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 60 ECTS
- » Tempo Dedicado: 16 horas/semana
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Mestrado Próprio

Medicina Estética para Nutricionistas

