



PROFISSIONAIS DOS
CUIDADOS DE
BELEZA



INSTITUTO DO EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL



*As designações profissionais,
embora utilizadas no masculino,
referem-se, indistintamente, a
homens e mulheres.*

ÍNDICE

▶ Introdução	2
▶ Cabeleireiro	3
▶ Esteticista - Cosmetologista	4
▶ Manicura - Pedicura	5
▶ Massagista de Estética	6
▶ Competências	7
▶ Exercício da Actividade	8



INTRODUÇÃO

A atenção dada à aparência remonta aos primórdios da Humanidade. Ao longo dos séculos os cuidados com o cabelo, com o rosto e o corpo estiveram sempre presentes, assumindo funções diversas em diferentes momentos: agradar aos Deuses, embelezamento pessoal e bem-estar.

A disponibilização deste tipo de cuidados, embora com frequência assumida pelos próprios utilizadores, foi sendo também proporcionada por profissionais, dos quais, o primeiro a constituir-se como tal foi o cabeleireiro. É contudo no século XX, com as suas grandes transformações sociais e técnicas, que a prestação de cuidados de beleza se generaliza aos diferentes grupos populacionais e estratos sociais.

A valorização de um aspecto jovem e saudável e do bem-estar, a par com os avanços tecnológicos que permitiram a emergência de técnicas e produtos mais eficazes conduzem a uma procura crescente de cabeleireiros, esteticistas, manicuras/pedicuras e massagistas de estética. A forte influência da televisão, do cinema e da publicidade e a maior participação das mulheres no mercado de trabalho condicionam, também, o aumento da utilização dos serviços prestados por este tipo de profissionais. Não apenas as mulheres, mas também os homens aderem aos cuidados de embelezamento, justificando o aparecimento de profissionais e de tratamentos que lhe são especificamente dirigidos.

Verifica-se, de facto, uma procura e uma oferta crescentes de profissionais da área dos Cuidados de Beleza, embora se constate que as actividades nela enquadradas estão estreitamente ligadas às variações do nível de vida das populações e, conseqüentemente, da economia em geral. Os cuidados com o cabelo, com o corpo e o rosto são, pois, uma variável económica e social.

Investir na formação e na permanente actualização dos saberes é uma mais-valia que concorre para a qualidade e diversidade dos serviços prestados, sendo uma forma de fazer face à competitividade.

CABELEIREIRO

Efectua o embelezamento e tratamento de cabelos e procede ao corte da barba.

ACTIVIDADES

- ▶ Atende os clientes, recolhe informações sobre o serviço pretendido e aconselha-os sobre o tratamento e embelezamento mais adequado, de acordo com as características dos clientes
- ▶ Efectua a lavagem do cabelo, colorações e descolorações, permanentes e desfrizagens, aplicando os produtos adequados a cada tipo de cabelo e ao processo realizado
- ▶ Executa massagens do couro cabeludo, por processos manuais ou mecânicos
- ▶ Efectua cortes de cabelo, talha barbas e apara bigodes
- ▶ Executa mises e *brushings*, em cabelos naturais, em postições e em cabeleiras
- ▶ Aplica extensões de cabelo, cabeleiras e postições, fixando-os sobre o cabelo natural
- ▶ Efectua penteados de noite e de fantasia
- ▶ Factura os serviços prestados e cobra as despesas aos clientes
- ▶ Assegura a gestão de stocks, requisitando os produtos e equipamentos necessários à actividade
- ▶ Efectua a limpeza e arrumação dos equipamentos e a lavagem, desinfectação e esterilização dos utensílios



ESTETICISTA COSMETOLOGISTA

Executa cuidados estéticos do rosto, do corpo, das mãos e dos pés, por processos manuais e mecânicos.

ACTIVIDADES

- ▶ Atende os clientes e aconselha-os sobre o tipo de cuidados estéticos a aplicar
- ▶ Indica cuidados a seguir e produtos de cosmética a utilizar que previnam ou corrijam alterações diagnosticadas
- ▶ Efectua massagens de estética do rosto e do corpo (anticelulíticas, hiperelementes, relaxantes, drenantes) utilizando processos manuais e equipamento eléctrico
- ▶ Efectua tratamentos estéticos do rosto, tais como limpeza profunda da superfície cutânea, esfoliações e desincrustações da pele, vaporizações e pulverizações, massagens e máscaras faciais, cuidando da pele desidratada ou desvitalizada, com rugas ou acne
- ▶ Efectua tratamentos estéticos do corpo para a celulite, estrias ou emagrecimento, tais como *peelings*, máscaras, envoltivos quentes e hipocalóricos, massagens, hidroterapia e talassoterapia
- ▶ Orienta sessões de bronzamento e prepara a pele para a exposição solar
- ▶ Efectua epilações com cera e eléctricas, depilações, colorações e descolorações de pêlos
- ▶ Efectua maquilhagens de rosto e corpo, tendo em conta as circunstâncias de utilização (noite, dia, festas) e as características do cliente
- ▶ Procede, por vezes, a tratamentos e embelezamentos das mãos, pés e unhas
- ▶ Factura os serviços prestados e os produtos cosméticos comercializados
- ▶ Efectua a gestão do stock, requisitando os produtos e equipamentos necessários à actividade
- ▶ Verifica e prepara as condições de utilização, limpeza e desinfecção dos espaços, equipamentos e utensílios



MANICURA PEDICURA

Trata e embeleza as mãos, pés e unhas dos clientes.

ACTIVIDADES

- ▶ Acolhe os clientes, examina as zonas da pele e unhas a cuidar e aconselha-os sobre os cuidados estéticos a efectuar
- ▶ Procede à limpeza e amaciamento das unhas, bem como ao seu corte, limagem, desbaste, massagem e pintura
- ▶ Efectua embelezamentos específicos das unhas, como correcção, escultura, pinturas artísticas e aplicação de unhas postiças
- ▶ Executa a limpeza e o tratamento da pele desidratada e desvitalizada das mãos e dos pés
- ▶ Efectua massagens das mãos e dos pés, nomeadamente, activantes, relaxantes e drenantes
- ▶ Executa o tratamento de calosidades e espessamentos da pele dos pés
- ▶ Factura os serviços prestados e os produtos cosméticos comercializados
- ▶ Controla os stocks, requisita produtos e equipamentos
- ▶ Assegura a limpeza e desinfecção dos equipamentos e instrumentos utilizados e as condições de higiene do local onde exerce a actividade



MASSAGISTA DE ESTÉTICA

Efectua massagens de estética, do corpo e do rosto, por processos manuais.

ACTIVIDADES

- ▶ Recolhe informações sobre o serviço pretendido e preenche fichas de dados pessoais
- ▶ Examina as zonas da pele a cuidar e adequa os cuidados estéticos a prestar, indicando os procedimentos a adoptar e os produtos de cosmética a utilizar, de forma a prevenir e corrigir alterações diagnosticadas
- ▶ Efectua massagens de estética quer de rosto, quer de corpo, nomeadamente, anticelulíticas, hiperemientes, relaxantes e drenantes, através de processos manuais
- ▶ Efectua massagens das mãos, dos pés e do couro cabeludo
- ▶ Efectua, por vezes, epilações com cera, depilações, colorações e descoloração de pêlos
- ▶ Factura os serviços prestados e os produtos cosméticos comercializados, cobrando a despesa aos clientes
- ▶ Assegura a gestão de stocks, requisitando os produtos e equipamentos necessários
- ▶ Verifica e prepara as condições de utilização, limpeza e desinfectação dos espaços, equipamentos e utensílios





COMPETÊNCIAS

Os profissionais da área de Cuidados de Beleza, além das respectivas competências técnicas específicas, devem possuir capacidade de relacionamento interpessoal, de forma a criarem um clima de confiança que permita responder adequadamente às necessidades e solicitações dos clientes, num compromisso constante com a qualidade do serviço prestado.

O sentido estético e a criatividade são, ainda, competências relevantes para o sucesso destes profissionais, sobretudo para o Cabeleireiro, o Esteticista-Cosmetologista e o Manicura-Pedicura.

No caso do Esteticista-Cosmetologista e do Massagista de Estética, conhecimentos básicos de anatomia e fisiologia, constituem-se, ainda, como saberes indispensáveis para o desenvolvimento da actividade profissional.



EXERCÍCIO DA ACTIVIDADE

O exercício de qualquer uma destas profissões exige a posse de Carteira Profissional emitida pela Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT), mediante apresentação de documento emitido, ou devidamente reconhecido, pelo Instituto do Emprego e Formação Profissional (IEFP), www.iefp.pt, após uma prova de avaliação perante júri.

No caso da profissão de **Cabeleireiro**, o acesso à certificação é permitido a quem possua a escolaridade obrigatória ou equivalente, e um dos seguintes requisitos:

- Curso de formação homologado pelo IEFP
- 1 a 3 anos de experiência profissional dependendo da categoria pretendida – Ajudante, Praticante ou Oficial

O acesso à certificação como **Esteticista** é permitido a quem possua um dos seguintes requisitos:

- Curso secundário completo e curso de formação homologado pelo IEFP
- 9.º ano de escolaridade e 3 anos de experiência profissional

A certificação como **Massagista de Estética** e **Manicura–Pedicura** é acessível a quem possua a escolaridade obrigatória ou equivalente, e um dos seguintes requisitos:

- Curso de formação homologado pelo IEFP
- 1 a 3 anos de experiência profissional

Estes profissionais podem desenvolver a sua actividade por conta de outrem ou por conta própria. Os locais de trabalho em que a podem exercer são diversificados, tais como:

Salões de cabeleireiro

Centros/Gabinetes de estética

Institutos de beleza

SPA

Ginásios

Hotéis

Lares de terceira idade e hospitais

Estúdios de gravação e estúdios fotográficos

Espaços/Lojas nos Centros Comerciais

Domicílio do cliente



FICHA TÉCNICA

Editor

INSTITUTO DO EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL, I.P.

Concepção e Elaboração

DEPARTAMENTO DE EMPREGO

Direcção de Serviços de Informação e Orientação Profissional

Direcção Editorial

GABINETE DE COMUNICAÇÃO

Núcleo de Imagem e Marketing

Design de Comunicação

Susana Carvalho/WHO

Ilustração

Miguel Alves/WHO

Impressão

Santos e Oliveira

Acabamento

Capa

Creator silk de 300 grs

Miolo

Creator silk de 150 grs

Caracteres

Conduit ITC

Hermes

Deposito Legal

303359/09

ISBN

978-989-638-038-0

Tiragem

2.500 exemplares

Edição

Dezembro 2010

Instituto do Emprego e Formação Profissional, I.P.

R. de Xabregas, 52

1949-003 Lisboa

Tel.: 218 614 100

Fax.: 218 614 634

email: inf.iefp@iefp.pt

www.iefp.pt



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu



QUADRO
DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL
2007-2013



PROGRAMA OPERACIONAL DE
ASSISTÊNCIA TÉCNICA
FUNDO SOCIAL EUROPEU



GOVERNO DA REPÚBLICA
PORTUGUESA