

Unidade Curricular	Saúde e bem-estar I	Área Científica	-
CTeSP em	Estética, Cosmética e Bem-Estar	Escola	Escola Superior de Saúde de Bragança
Ano Letivo	2023/2024	Ano Curricular	1
Tipo	Semestral	Semestre	1
Horas totais de trabalho	135	Horas de Contacto	T - TP - PL - TC - S - E - OT 75 O 60
		Nível	0-1
		Créditos ECTS	5.0
		Código	4092-805-1105-00-23

T - Ensino Teórico; TP - Teórico Prático; PL - Prático e Laboratorial; TC - Trabalho de Campo; S - Seminário; E - Estágio; OT - Orientação Tutoria; O - Outra

Nome(s) do(s) docente(s) Andreia Ricardo Rodrigues

Resultados da aprendizagem e competências

No fim da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:

1. Compreender e aplicar conceitos da área da Saúde e do Bem-estar.
2. Compreender a importância e promover a reflexão e o espírito crítico sobre a fundamentação da bioética, da deontologia e do direito no exercício do profissional dos cuidados de beleza.
3. Identificar e analisar a legislação aplicável aos locais de prestação de serviço ao nível dos cuidados de beleza.
4. Analisar e implementar normas e sistemas de qualidade.
5. Praticar aconselhamento das terapêuticas alternativas com vista ao relaxamento e bem-estar.
6. Reconhecer as vantagens, indicações, contraindicações e limites dos diferentes tipos de procedimentos e das terapêuticas alternativas.
7. Aconselhar produtos naturais e outros com a finalidade terapêutica e de estética.

Pré-requisitos

Antes da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:
Nenhum.

Conteúdo da unidade curricular

A Saúde.
A Saúde em Portugal.
O bem-estar.
Bioética e Deontologia nos cuidados de beleza.
Normas e sistemas de qualidade.
Terapias Naturais e Complementares aplicadas à saúde, estética e bem-estar.
Produtos aplicados na saúde, estética e bem-estar.

Conteúdo da unidade curricular (versão detalhada)

1. Saúde.
 - Conceitos de Saúde e Doença.
 - Saúde Pública (promoção da saúde, prevenção da doença e prolongamento da vida saudável).
 - Literacia em saúde.
2. A saúde em Portugal.
 - Sistema Nacional de Saúde.
 - Plano Nacional de Saúde.
3. Bem-estar.
 - Bem estar em Portugal: importância, conceitos e evolução Histórica, formação e regulamentação.
 - Cuidados de beleza: importância, conceitos, evolução histórica, formação e regulamentação.
 - Terapêuticas convencionais vs Terapêuticas Não Convencionais
 - Regulamentação das terapêuticas não convencionais
4. Bioética e Deontologia nos cuidados de beleza.
 - Ética.
 - Valores éticos.
 - Ética e responsabilidade social e ambiental.
 - Ética vs moral
 - Ética profissional.
 - Deontologia .
 - Deveres e conduta profissional ao nível técnico e de formação.
 - Profissões associadas às áreas de cuidados de beleza.
5. Normas e sistemas de qualidade.
 - Sistemas de qualidade e aplicabilidade das normas de qualidade.
 - Normas e sistemas de Qualidade mais aplicáveis em Portugal.
6. Terapias Naturais e Complementares aplicadas à saúde, à estética e ao bem-estar
 - Naturopatia: Princípios gerais, indicações, contraindicações e evidência científica.
 - Fitoterapia: Princípios gerais, indicações, contraindicações e evidência científica.
 - Aromaterapia: Princípios gerais, indicações, contraindicações e evidência científica.
 - Homeopatia: Princípios gerais, indicações, contraindicações e evidência científica.
 - Oligoterapia: Princípios gerais, indicações, contraindicações e evidência científica.
7. Produtos aplicados na saúde, estética e bem-estar.
 - Suplementos alimentares.
 - Cosméticos.

Bibliografia recomendada

1. Archer, L., Biscaia, J. & Osswald, W. (2001). Novos Desafios à Bioética. Porto: Porto Editora, Lda.
2. Norma Portuguesa EN ISO 9001 (2008) Instituto Português da Qualidade Leitão, J. Sistemas de gestão da qualidade. Requisitos (2015)
3. National Center for Complementary and Integrative Health <https://www.hhs.gov/>
4. Diário da República Eletrónico www.dre.pt

Métodos de ensino e de aprendizagem

A unidade curricular será lecionada com aulas expositivas de forma interativa entre docente e aluno, com debate e participação ativa do estudante no processo de aprendizagem, pesquisa bibliográfica (livros, artigos científicos, etc) e resolução de casos clínicos com recurso a produtos, cosméticos e suplementos alimentares.

Alternativas de avaliação

1. Final - (Ordinário, Trabalhador) (Final)
 - Apresentações - 15%
 - Prova Intercalar Escrita - 35%
 - Trabalhos Práticos - 20%
 - Exame Final Escrito - 30%
2. Final Trabalhador - (Trabalhador) (Final)
 - Exame Final Escrito - 100% (Avaliação teórico-prática.)
3. Recurso - (Ordinário, Trabalhador) (Recurso)
 - Exame Final Escrito - 100% (Avaliação teórico-prática.)
4. Especial - (Trabalhador) (Especial)
 - Exame Final Escrito - 100% (Avaliação teórico-prática.)

Língua em que é ministrada

Português

Validação Eletrónica

Andreia Ricardo Rodrigues	Olívia Rodrigues Pereira	Luis Migue Fernandes Nascimento	Adília Maria Pires da Silva Fernandes
26-11-2023	27-11-2023	27-11-2023	28-11-2023