

## Referencial de Formação ESTETICISTA - COSMETOLOGISTA (NS / N3)

### UFCD complementar (50 h) BRONZEAMENTO ARTIFICIAL

5579

Bronzeamento Artificial

Carga horária  
50 horas

#### Objectivo(s)

- Identificar os diferentes tipos de Radiação Ultra Violeta, efeitos benéficos e adversos e consequências no organismo.
- Identificar os grupos de risco ou interditos bem como outras condições limitadoras da exposição à RUV.
- Determinar o protocolo de bronzeamento mais adequado para o cliente, tendo em conta o seu fototipo de pele
- Reproduzir e aplicar os parâmetros dos equipamentos de acordo com as especificações técnicas e ficha ou esquema de bronzeamento do cliente, respeitando os espectros de radiação e os diferentes tipos de intensidade luminosa a aplicar segundo a legislação vigente.
- Garantir as condições de segurança, higiene e saúde, de acordo com o protocolo pré-definido.
- Reconhecer e aplicar os principais mecanismos de prevenção primária e secundária de forma a precaver ou actuar em situações de emergência.

#### Conteúdos

- Introdução à temática do bronzeamento artificial: Contextualização. Os aspectos psico-sociológicos da exposição à RUV
  - Perspectiva histórica das tendências de bronzeamento
  - Aspectos culturais/moda
  - Aspectos psicológicos. Percepção de benefícios
  - A exposição à radiação UV como comportamento aditivo
  - Dados sobre o cancro de pele e bronzeamento artificial
  - Aspectos económicos
  - Tendências de mercado
- A Anatomia da pele e os fototipos cutâneos
  - Anatomia e fisiologia da pele
  - Cor da pele. Fisiopatologia da melanogénese. Pigmentação melânica constitucional e facultativa
  - Fototipos. Limitações da classificação em fototipos.
  - Mecanismos biológicos de defesa à radiação UV. Fotoprotecção natural (melanina, camada córnea, pilosidade –couro cabeludo, carotenóides, sistemas de eliminação de radicais livres, mecanismos de reparação do ADN)
  - Anatomia do olho humano
- As radiações UV
  - Radiação electromagnética. Conceitos
  - Caracterização da radiação ultravioleta
  - O índice UV
  - Dosimetria da radiação UV: limitações
  - Factores que influenciam os níveis de RUV solar (latitude, ângulo solar, efeitos sazonais, cobertura de nuvens
  - Ozono, dispersão atmosférica, ambiente físico, altitude).
- Os efeitos biológicos da RUV
  - Efeitos benéficos da RUV
    - . Sensação de bem-estar
    - . Síntese de Vitamina D3
    - . Utilização terapêutica da radiação UV (apenas em unidades de saúde e sob supervisão médica)

- 
- Efeitos Adversos da RUV
    - . Foto-envelhecimento
    - . Fotodermatoses
    - . Cancro de pele
    - . Fotossensibilidade (Dermatoses fotossensíveis / fotogravadas, fotossensibilidade exógena, medicamentosa / outra, fotoalergia e fototoxicidade)
    - . Efeitos oculares
    - . Efeitos sobre o sistema imunitário
    - . Grupos de risco
  - O cancro de pele
    - Epidemiologia do cancro de pele
    - Os principais tipos de cancro de pele. Clínica e prognóstico
    - Prevenção primária. Fotoprotecção / fotoeducação
    - Papel na prevenção secundária
  - Os aparelhos de bronzamento artificial: características e manipulação
    - Tipos e características dos equipamentos
    - Número e disposição de lâmpadas
    - Espectro de irradiação. Limitações legais
    - Intensidade luminosa. Limitações legais
    - Manipulação dos equipamentos de acordo com as indicações do fabricante
    - Manutenção / substituição dos tubos UV
  - A operação dos aparelhos de bronzamento artificial: procedimentos de segurança
    - Identificação e análise crítica das indicações do fabricante
    - Determinação de protocolos. Frequência e tempos de exposição
    - Identificação de grupos interditos ou de risco
    - Identificação de outras condições potencialmente limitadoras da exposição
    - Equipamento de protecção
    - Precauções especiais em caso de aparelhos *self-service*
    - Procedimentos de sanitização do equipamento
    - Procedimentos em situações de emergência
  - Os aspectos regulamentares da prestação de serviço de bronzamento artificial
    - A obrigação de permanência
    - O consentimento informado: declaração de consentimento. Validade
    - A ficha pessoal. Preenchimento e informações a prestar ao cliente. Arquivo
    - A segurança no trabalho
    - As proibições
    - A limitação de publicidade
    - O material de exposição / disponibilização para consulta:
      - . Letreiros informativos
      - . Ficha de manutenção periódica
      - . Rotulagem dos aparelhos / advertências
      - . Diplomas do pessoal técnico
    - A legislação vigente que regula a actividade
    - A defesa dos direitos dos consumidores
    - A responsabilidade civil
-