

REFERENCIAL DE RVCC PROFISSIONAL

Área de educação e formação: 815 - Cuidados de Beleza

Qualificação: 815343 - Técnico/a de Massagem de Estética e Bem-Estar

Nível de Qualificação do QNQ: 4

Nível de Qualificação do QEQ: 4

Data de entrada em vigor do referencial de formação associado: 29 de fevereiro de 2020

Unidades de Competência (UC) PRÉ-DEFINIDAS*

| Tarefas | Conhecimentos e saberes sociais e relacionais | Ponderação** (1 a 5) |
|--|---|-------------------------|
| UC 1 - Executar Massagem Corporal | | |
| UFCD 3642 - Massagem corporal | | |
| 1.1 - Prepara o local de trabalho para a execução de uma massagem corporal | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 3642); Preparação do posto de trabalho (UFCD 3642); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 1.2 - Instala o cliente para a massagem corporal | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 3642); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Normas de instalação do cliente (UFCD 3642); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 1.3 - Realiza as manobras de massagem | Manobras de base (UFCD 3642); Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103). | 5 |
| 1.4 - Realiza uma massagem corporal sedante ou relaxante | Massagem sedante ou relaxante (UFCD 3642); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103). | 4 |
| 1.5 - Realiza uma massagem corporal anticelulítica | Massagem anticelulítica (UFCD 3642); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Hormonas e regulação hormonal (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103); Execução da massagem corporal (UFCD 3642); Nutrição e dietética em cuidados de beleza (UFCD 9138). | 4 |
| 1.6 - Realiza uma massagem corporal drenante | Massagem drenante (UFCD 3642); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema urinário (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103). | 4 |
| UC 2 - Proceder à execução dos tratamentos de drenagem linfática manual | | |
| UFCD 9152 - Técnicas de drenagem linfática manual | | |
| 2.1 - Prepara o local de trabalho para a realização dos tratamentos de drenagem linfática manual | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9152); Preparação do posto de trabalho (UFCD 9152); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 2.2 - Instala o cliente para o tratamento de drenagem linfática manual | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9152); Preparação do/a profissional para a atividade a efetuar (UFCD 9152); Normas de instalação do cliente (UFCD 9152); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 2.3 - Executa as manobras de drenagem linfática manual no corpo | Correntes de DLM (UFCD 9152); Noções de líquidos biológicos (UFCD 9152); Noções de linfa e sistema circulatório (UFCD 9152); Indicações, contra indicações da DLM e patologias associadas (UFCD 9152); Manobras de DLM (UFCD 9152); Sistema venoso (UFCD 9137); Sistema linfático (UFCD 9137). | 5 |
| UC 3 - Proceder à execução de massagem desportiva | | |
| UFCD 9169 - Técnicas de massagem desportiva | | |
| 3.1 - Prepara o local de trabalho para a massagem desportiva | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9169); Preparação do posto de trabalho (UFCD 9169); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 3.2 - Instala o cliente para a massagem desportiva | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9169); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Normas de instalação do cliente (UFCD 9104); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 3.3 - Realiza a massagem desportiva | Manobras de base (UFCD 3642); Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Saúde e higiene no quotidiano (UFCD 9103); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Nutrição e dietética em cuidados de beleza (UFCD 9138). | 5 |

| UC 4 - Executar tratamentos de Reflexologia | | |
|---|---|---|
| UFCD 9154 - Reflexologia | | |
| 4.1 - Prepara o local de trabalho para a realização dos tratamentos de reflexologia | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9154); Preparação do posto de trabalho (UFCD 9154); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 4.2 - Instala o cliente para o tratamento de reflexologia | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9154); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Normas de instalação do cliente (UFCD 9154); Preparação do/a profissional para a atividade a efetuar (UFCD 9154); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 4.3 - Executa uma massagem energética podal | Aparelho e sistemas (UFCD 9154); Topografia do corpo (UFCD 9154); Cartografia do pé (UFCD 9154); Diagnóstico estético (UFCD 9154); Dosagem da pressão da massagem (UFCD 9154); Tempo, ritmo e sequência das secções (UFCD 9154); Pontos reflexos (UFCD 9154). | 4 |
| 4.4 - Executa uma massagem reflexa à mão | Aparelho e sistemas (UFCD 9154); Cartografia da mão (UFCD 9154); Pontos reflexos (UFCD 9154); Diagnóstico estético (UFCD 9154); Pressão, tempo, ritmo e sequência das secções (UFCD 9154). | 4 |
| 4.5 - Executa uma massagem reflexa à orelha | Aparelho e sistemas (UFCD 9154); Cartografia da orelha (UFCD 9154); Pontos reflexos (UFCD 9154); Diagnóstico estético (UFCD 9154); Pressão, tempo, ritmo e sequência das secções (UFCD 9154). | 4 |
| UC 5 - Executar Massagem Californiana | | |
| UFCD 9156 - Massagem californiana | | |
| 5.1 - Prepara o local de trabalho para a realização da massagem californiana | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9156); Preparação do posto de trabalho (UFCD 9115); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 5.2 - Instala o cliente para a massagem californiana | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9156); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Normas de instalação do cliente (UFCD 9156); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 5.3 - Executa a massagem californiana | Manobras de base (UFCD 3642); Massagem em decúbito dorsal e ventral (UFCD 9156); Massagem do ventre (UFCD 9156); Massagem da nuca e do dorso (UFCD 9156); Estiramento do dorso (UFCD 9156); Envolvimentos globais (UFCD 9156); Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema urinário (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103). | 4 |
| UC 6 - Executar massagens em públicos diferenciados | | |
| UFCD 9170 - Massagem em públicos diferenciados | | |
| 6.1 - Prepara o local de trabalho para a execução de uma massagem em públicos diferenciados (idoso, pessoa com necessidades especiais ou grávida) | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9170); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 6.2 - Instala o cliente (idoso, pessoa com necessidades especiais ou grávida) para a massagem | Comportamento psíquico e físico do idoso e da pessoa com necessidades especiais (UFCD 9170); Protocolo de instalação do cliente idoso, com necessidades especiais e grávidas (UFCD 9170); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 6.3 - Realiza as manobras de massagem do corpo e do rosto ao idoso, à pessoa com necessidades especiais ou à grávida | Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Massagens de corpo e rosto do idoso, das pessoa com necessidades especiais e da grávida (UFCD 1970); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103); Normas e sistemas da qualidade (UFCD 9101); Nutrição e dietética em cuidados de beleza (UFCD 9138). | 4 |
| 6.4 - Realiza tratamentos vários de estética do corpo e do rosto ao idoso, à pessoa com necessidades especiais ou à grávida | Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103); Cosméticos- princípios ativos para os tratamentos corporais (UFCD 3638); Normas e sistemas da qualidade (UFCD 9101). | 4 |
| UC 7 - Executar técnicas de Massagem Shiatsu | | |
| UFCD 9171 - Técnicas de massagem Shiatsu | | |
| 7.1 - Prepara o local de trabalho para a execução da massagem shiatsu | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9171); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 3 |

| | | |
|---|--|---|
| 7.2 - Instala o cliente para a massagem shiatsu | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9171); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 7.3 - Executa a massagem Shiatsu | Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Preparação da profissional para aa atividade a efetuar (UFCD 9171); Segurança no trabalho (UFCD 9103); Medicina tradicional chinesa (UFCD 9150); Terapias orientais e sua aplicação aos cuidados de beleza (UFCD 9150); Conceitos subjacentes à massagem Shiatsu (UFCD 9171); Metodologia comportamental da relaxação (UFCD 9171); Movimentos da massagem Shiatsu (UFCD 9171); Normas e sistemas da qualidade (UFCD 9101). | 5 |
| UC 8 - Executar técnicas de massagem ayurvédica UFCD 9172 - Técnicas de massagem Ayurvedica | | |
| 8.1 - Prepara o local de trabalho para execução da massagem Ayurvédica | Organização física do espaço de trabalho para a aplicação da reflexologia (UFCD 9172); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 8.2 - Instala o cliente para a massagem Ayurvédica | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9172); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 8.3 - Executa uma massagem Ayurvédica | Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103); Medicina tradicional chinesa (UFCD 9150); Terapias orientais (UFCD 9150); Aromaterapia (UFCD 9149); Fitoterapia (UFCD 9149); Conceitos subjacentes à Massagem Ayurvedica (UFCD 9172); Movimentos de massagem Ayurvedica (UFCD 9172); Normas e sistemas da qualidade (UFCD 9101). | 5 |
| UC 9 - Executar tratamentos de Hidroterapia UFCD 9147 - Técnicas de hidroterapia | | |
| 9.1 - Prepara o local de trabalho para a realização dos tratamentos de Hidroterapia | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9147); Preparação do posto de trabalho (UFCD 9147); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 9.2 - Instala o cliente para o tratamento de Hidroterapia num espaço de saúde e bem-estar | Turismo de Saúde e Bem-Estar (UFCD 9147); Espaços de Saúde e Bem-Estar (UFCD 9147); Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9147); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Normas de instalação do cliente (UFCD 9147); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 9.3 - Realiza um tratamento de Hidroterapia | Hidroterapia (UFCD 9147); Técnicas e tratamentos de Hidroterapia (UFCD 9147); Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Fisiologia dos sistemas (UFCD 9135); Matérias-primas para produtos cosméticos - princípios ativos, excipientes e adjuvantes (UFCD 3638); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103). | 4 |
| UC 10 - Executar massagem Lomi-Lomi UFCD 9173 - Técnicas de massagem Lomi-Lomi | | |
| 10.1 - Prepara o local de trabalho para a realização da massagem lomi-lomi | Organização física do espaço de trabalho para a aplicação da reflexologia (UFCD9173); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 10.2 - Instala o cliente para a massagem lomi-lomi | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9173); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 10.3 - Realiza uma massagem lomi-lomi | Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103); Aromaterapia (UFCD 9149); Fitoterapia (UFCD 9149); Preparação da profissional para a atividade (UFCD 9173); Movimentos da Massagem Lomi-Lomi (UFCD 9173); Rotina da massagem Havaiana (UFCD 9173); Normas e sistemas da qualidade (UFCD 9101). | 5 |
| UC 11 - Executar envoltimentos corporais UFCD 9174 - Envoltimentos corporais | | |
| 11.1 - Prepara o local de trabalho para a realização dos envoltimentos corporais | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9174); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 11.2 - Instala o cliente para os envoltimentos corporais | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9174); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 11.3 - Realiza envoltimentos corporais | Envoltimentos corporais (UFCD 9174); Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Preparação da profissional par a atividade (UFCD 9174); Segurança no trabalho (UFCD 9103); Noções de Aromaterapia (UFCD 9149); Fitoterapia (UFCD 9149); Cosméticos-princípios ativos para os tratamentos corporais; (UFCD 3638); Procedimentos de aplicação dos envoltimentos corporais (UFCD 9174); Normas e sistemas da qualidade (UFCD 9101). | 4 |

| UC 12 - Executar massagem geotermal | | |
|---|--|---|
| UFCD 9175 - Massagem geotermal | | |
| 12.1 - Prepara o local de trabalho para a realização da massagem geotermal | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9175); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 12.2 - Instala o cliente para a massagem geotermal | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9175); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 12.3 - Executa a massagem geotermal | Massagem geotermal (UFCD 9175); Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103); Aromaterapia (UFCD 9149); Fitoterapia (UFCD 9149); Normas de aplicação das pedras no corpo (UFCD 9175); Rotina de massagem geotermal (UFCD 9175); | 5 |
| UC 13 - Executar Massagem no pré e pós cirúrgico | | |
| UFCD 9157 - Massagem no pré e pós cirúrgico | | |
| 13.1 - Prepara o local de trabalho para a realização da massagem no pré e pós-cirúrgico | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9157); Preparação do posto de trabalho (UFCD 9157); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 3 |
| 13.2 - Instala o cliente para a massagem no pré e pós-cirúrgico | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9157); Normas de instalação do cliente (UFCD 9157); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 13.3 - Executa a massagem no pré e pós cirúrgico | Manobras de base (UFCD 3642); Processo de cicatrização-cuidados específicos (UFCD 9158); Estímulo do reforço muscular (UFCD 9157); Estímulo da circulação sanguínea e linfática (UFCD 9157); Massagem de relaxamento (UFCD 9157); Cuidados pós – cirurgia (UFCD 9157); Massagem periférica (UFCD 9157); Técnicas complementares (UFCD 9157); Técnicas inovadoras (UFCD 9157); Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema urinário (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103). | 5 |
| UC 14 - Utilizar a língua Inglesa, a nível do utilizador independente, nos cuidados de estética e bem-estar | | |
| UFCD 9146 - Língua inglesa - cuidados de estética e bem-estar | | |
| 14.1 - Acolhe e instala o cliente para um tratamento estético comunicando em língua inglesa, a nível do utilizador independente | Funcionamento da língua inglesa (UFCD 9146); Vocabulário técnico (UFCD 9146); Funções da linguagem (UFCD 9146). | 2 |
| 14.2 - Executa um tratamento estético utilizando a língua inglesa, a nível do utilizador independente, como via de comunicação | Funcionamento da língua inglesa (UFCD 9146); Vocabulário técnico (UFCD 9146); Funções da linguagem (UFCD 9146). | 3 |
| 14.3 - Aconselha o cliente quanto à aplicação de cosméticos utilizando a língua inglesa, a nível do comunicador independente | Funcionamento da língua inglesa (UFCD 9146); Vocabulário técnico (UFCD 9146); Funções da linguagem (UFCD 9146). | 3 |
| 14.4 - Despede-se do cliente utilizando o inglês, a nível do utilizador independente | Funcionamento da língua inglesa (UFCD 9146); Vocabulário técnico (UFCD 9146); Funções da linguagem (UFCD 9146). | 2 |

UNIDADES DE COMPETÊNCIA (UC) DA BOLSA ***

- Deverão ser seleccionadas 2 UC da área Área A e 1 UC da área Área B -

Área - Área A

- Deverão ser selecionadas 2 UC -

| Tarefas | Conhecimentos e saberes sociais e relacionais | Ponderação** (1 a 5) |
|---|--|-------------------------|
| UC 15 - Executar massagem na cadeira UFCD 9120 - Massagem na cadeira | | |
| 15.1 - Prepara o local de trabalho para a realização da massagem na cadeira | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9120); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 15.2 - Instala o cliente para a massagem na cadeira | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9120); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Normas de instalação do cliente (UFCD 9120); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 15.3 - Executa a massagem na cadeira | Manobras de base (UFCD 3642); Manobras mais usadas (UFCD 9120); Pressões digitais (UFCD 9120); Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema urinário (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103). | 3 |
| UC 16 - Executar massagem indiana à cabeça (Indian Head Massage) UFCD 9121 - Massagem indiana à cabeça (Hindian Head Massage) | | |
| 16.1 - Prepara o local de trabalho para a realização da massagem indiana à cabeça | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9121); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Gestão de stocks (UFCD 9139). | 2 |
| 16.2 - Instala o cliente para a massagem indiana à cabeça | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9121); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 16.3 - Executa a massagem indiana à cabeça | Indicações e contra-indicações da massagem indiana à cabeça (UFCD 9121); Energias subtis (UFCD 9121) Chakras superiores (UFCD 9121); Principais pontos de pressão marma (UFCD 9121); Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema urinário (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103); Técnicas de higienização (UFCD 3629); Noções de aromaterapia e fitoterapia (UFCD 9149); Massagem Indiana à cabeça (UFCD 9121); Introdução às terapias orientais (UFCD 9150). | 4 |
| UC 17 - Executar Massagem TUI NA UFCD 9176 - Técnicas de massagem TUI NA | | |
| 17.1 - Prepara o local de trabalho para a realização da massagem TUI NA | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9120); Preparação do posto de trabalho (UFCD 9115); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Equipamento em gabinetes de estética (UFCD 3629); Espaço do gabinete (UFCD 3629); Gestão de stocks (UFCD 9139); Técnicas de armazenagem (UFCD 3629). | 2 |
| 17.2 - Instala o cliente para a massagem TUI NA | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9120); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Normas de instalação do cliente (UFCD 9120); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 17.3 - Executa a massagem TUI NA | Manobras de base (UFCD 3642); Manobras mais usadas (UFCD 9120); Pressões digitais (UFCD 9120); Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema urinário (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103); Técnicas de higienização (UFCD 3629). Introdução às terapias Orientais (UFCD 9150) Massagem TUI NA (UFCD 9176) | 4 |
| UC 18 - Executar massagem Tailandesa UFCD 9177 - Técnicas de massagem tailandesa | | |

| | | |
|---|--|---|
| 18.1 - Prepara o local de trabalho para a realização da massagem Tailandesa | Organização física do espaço de trabalho (UFCD 9157); Preparação do posto de trabalho (UFCD 9115); Normas e sistemas de qualidade (UFCD 9101); Higiene na profissão de esteticismo (UFCD 9103); Equipamento em gabinetes de estética (UFCD 3629); Espaço do gabinete (UFCD 3629); Gestão de stocks (UFCD 9139); Técnicas de armazenagem (UFCD 3629). | 2 |
| 18.2 - Instala o cliente para a massagem Tailandesa | Protocolo de instalação do cliente (UFCD 9157); Comunicação com o cliente (UFCD 9104); Normas de instalação do cliente (UFCD 9157); Ética e deontologia (UFCD 9100); Vendas (UFCD 9139). | 3 |
| 18.3 - Executa a Massagem Tailandesa | Manobras de base (UFCD 3642); Manobras mais usadas (UFCD 9120); Pressões digitais (UFCD 9120); Anatomia da pele (UFCD 3623); Anatomia miológica do corpo e membros (UFCD 9134); Macro morfologia do sistema nervoso central, periférico e vegetativo (UFCD 9135); Macro morfologia do sistema cardíaco (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema respiratório (UFCD 9135); Macro e micro morfologia do sistema urinário (UFCD 9135); Ergonomia (UFCD 9103); Segurança no trabalho (UFCD 9103); Técnicas de higienização (UFCD 3629). Introdução às terapias Orientais (UFCD 9150) Massagem tailandesa (UFCD 9177) | 4 |

Área - Área B

- Deverão ser selecionadas 1 UC -

| Tarefas | Conhecimentos e saberes sociais e relacionais | Ponderação** (1 a 5) |
|--|---|-------------------------|
| UC 19 - Utilizar a língua francesa a nível do utilizador independente, nos cuidados de estética e bem-estar | | |
| UFCD 9159 - Língua francesa - cuidados de estética e bem estar | | |
| 19.1 - Acolhe e instala o cliente para um tratamento estético comunicando em língua francesa, a nível do utilizador independente | Funcionamento da língua francesa (UFCD 9159); Vocabulário técnico (UFCD 9159); Funções da linguagem (UFCD 9159). | 2 |
| 19.2 - Executa um tratamento estético utilizando a língua francesa, a nível do utilizador independente, como via de comunicação | Funcionamento da língua francesa (UFCD 9159); Vocabulário técnico (UFCD 9159); Funções da linguagem (UFCD 9159). | 3 |
| 19.3 - Aconselha o cliente quanto à aplicação de cosméticos utilizando a língua francesa, a nível do comunicador independente | Funcionamento da língua francesa (UFCD 9159); Vocabulário técnico (UFCD 9159); Funções da linguagem (UFCD 9159). | 3 |
| 19.4 - Despede-se do cliente utilizando o francês, a nível do utilizador independente | Funcionamento da língua francesa (UFCD 9159); Vocabulário técnico (UFCD 9159); Funções da linguagem (UFCD 9159). | 2 |
| UC 20 - Utilizar a língua italiana a nível do utilizador elementar, nos cuidados de estética e bem-estar | | |
| UFCD 9160 - Língua italiana - cuidados de estética e bem estar | | |
| 20.1 - Acolhe e instala o cliente para um tratamento estético comunicando em língua italiana, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua italiana (UFCD 9160); Vocabulário técnico (UFCD 9160); Funções da linguagem (UFCD 9160). | 2 |
| 20.2 - Executa um tratamento estético utilizando a língua italiana, a nível do utilizador elementar, como via de comunicação | Funcionamento da língua italiana (UFCD 9160); Vocabulário técnico (UFCD 9160); Funções da linguagem (UFCD 9160). | 3 |
| 20.3 - Aconselha o cliente quanto à aplicação de cosméticos utilizando a língua italiana, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua italiana (UFCD 9160); Vocabulário técnico (UFCD 9160); Funções da linguagem (UFCD 9160). | 3 |
| 20.4 - Despede-se do cliente utilizando o italiano, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua italiana (UFCD 9160); Vocabulário técnico (UFCD 9160); Funções da linguagem (UFCD 9160). | 2 |
| UC 21 - Utilizar a língua alemã a nível do utilizador independente, nos cuidados de estética e bem-estar | | |
| UFCD 9161 - Língua alemã - cuidados de estética e bem-estar | | |
| 21.1 - Acolhe e instala o cliente para um tratamento estético comunicando em língua alemã a nível do utilizador independente | Funcionamento da língua alemã (UFCD 9161); Vocabulário técnico (UFCD 9161); Funções da linguagem (UFCD 9161). | 2 |
| 21.2 - Executa um tratamento estético utilizando a língua alemã, a nível do utilizador independente, como via de comunicação | Funcionamento da língua alemã (UFCD 9161); Vocabulário técnico (UFCD 9161); Funções da linguagem (UFCD 9161). | 3 |
| 21.3 - Aconselha o cliente quanto à aplicação de cosméticos utilizando a língua alemã, a nível do comunicador independente | Funcionamento da língua alemã (UFCD 9161); Vocabulário técnico (UFCD 9161); Funções da linguagem (UFCD 9161). | 3 |
| 21.4 - Despede-se do cliente utilizando o alemão, a nível do utilizador independente | Funcionamento da língua alemã (UFCD 9161); Vocabulário técnico (UFCD 9161); Funções da linguagem (UFCD 9161). | 2 |
| UC 22 - Utilizar a língua espanhola a nível do utilizador independente, nos cuidados de estética e bem-estar | | |
| UFCD 9162 - Língua espanhola - cuidados de estética e bem-estar | | |
| 22.1 - Acolhe e instala o cliente para um tratamento estético comunicando em língua espanhola a nível do utilizador independente | Funcionamento da língua espanhola (UFCD 9162); Vocabulário técnico (UFCD 9162); Funções da linguagem (UFCD 9162). | 2 |
| 22.2 - Executa um tratamento estético utilizando a língua espanhola a nível do utilizador independente, como via de comunicação | Funcionamento da língua espanhola (UFCD 9162); Vocabulário técnico (UFCD 9162); Funções da linguagem (UFCD 9162). | 3 |
| 22.3 - Aconselha o cliente quanto à aplicação de cosméticos utilizando a língua espanhola, a nível do comunicador independente | Funcionamento da língua espanhola (UFCD 9162); Vocabulário técnico (UFCD 9162); Funções da linguagem (UFCD 9162). | 3 |
| 22.4 - Despede-se do cliente utilizando o espanhol, a nível do utilizador independente | Funcionamento da língua espanhola (UFCD 9162); Vocabulário técnico (UFCD 9162); Funções da linguagem (UFCD 9162). | 2 |
| UC 23 - Utilizar a língua holandesa a nível do utilizador elementar, nos cuidados de estética e bem-estar | | |
| UFCD 9163 - Língua holandesa - cuidados de estética e bem estar | | |
| 23.1 - Acolhe e instala o cliente para um tratamento estético comunicando em língua holandesa, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua holandesa (UFCD 9163); Vocabulário técnico (UFCD 9163); Funções da linguagem (UFCD 9163). | 2 |

| | | |
|---|--|---|
| 23.2 - Executa um tratamento estético utilizando a língua holandesa, a nível do utilizador elementar, como via de comunicação | Funcionamento da língua holandesa (UFCD 9163); Vocabulário técnico (UFCD 9163); Funções da linguagem (UFCD 9163). | 3 |
| 23.3 - Aconselha o cliente quanto à aplicação de cosméticos utilizando a língua holandesa, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua holandesa (UFCD 9163); Vocabulário técnico (UFCD 9163); Funções da linguagem (UFCD 9163). | 3 |
| 23.4 - Despede-se do cliente utilizando o holandês, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua holandesa (UFCD 9163); Vocabulário técnico (UFCD 9163); Funções da linguagem (UFCD 9163). | 2 |
| UC 24 - Utilizar a língua finlandesa a nível do utilizador elementar, nos cuidados de estética e bem-estar | | |
| UFCD 9164 - Língua finlandesa - cuidados de estética e bem-estar | | |
| 24.1 - Acolhe e instala o cliente para um tratamento estético comunicando em língua finlandesa, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua finlandesa (UFCD 9164); Vocabulário técnico (UFCD 9164); Funções da linguagem (UFCD 9164). | 2 |
| 24.2 - Executa um tratamento estético utilizando a língua finlandesa, a nível do utilizador elementar, como via de comunicação | Funcionamento da língua finlandesa (UFCD 9164); Vocabulário técnico (UFCD 9164); Funções da linguagem (UFCD 9164). | 3 |
| 24.3 - Aconselha o cliente quanto à aplicação de cosméticos utilizando a língua finlandesa, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua finlandesa (UFCD 9164); Vocabulário técnico (UFCD 9164); Funções da linguagem (UFCD 9164). | 3 |
| 24.4 - Despede-se do cliente utilizando o finlandês, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua finlandesa (UFCD 9164); Vocabulário técnico (UFCD 9164); Funções da linguagem (UFCD 9164). | 2 |
| UC 25 - Utilizar a língua norueguesa a nível do utilizador elementar, nos cuidados de estética e bem-estar | | |
| UFCD 9165 - Língua norueguesa - cuidados de estética e bem-estar | | |
| 25.1 - Acolhe e instala o cliente para um tratamento estético comunicando em língua norueguesa, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua norueguesa (UFCD 9165); Vocabulário técnico (UFCD 9165); Funções da linguagem (UFCD 9165). | 2 |
| 25.2 - Executa um tratamento estético utilizando a língua norueguesa a nível do utilizador elementar, como via de comunicação | Funcionamento da língua norueguesa (UFCD 9165); Vocabulário técnico (UFCD 9165); Funções da linguagem (UFCD 9165). | 3 |
| 25.3 - Aconselha o cliente quanto à aplicação de cosméticos utilizando a língua norueguesa, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua norueguesa (UFCD 9165); Vocabulário técnico (UFCD 9165); Funções da linguagem (UFCD 9165). | 3 |
| 25.4 - Despede-se do cliente utilizando o norueguês, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua norueguesa (UFCD 9165); Vocabulário técnico (UFCD 9165); Funções da linguagem (UFCD 9165). | 2 |
| UC 26 - Utilizar a língua sueca a nível do utilizador elementar, nos cuidados de estética e bem-estar | | |
| UFCD 9166 - Língua sueca - cuidados de estética e bem-estar | | |
| 26.1 - Acolhe e instala o cliente para um tratamento estético comunicando em língua sueca, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua sueca (UFCD 9166); Vocabulário técnico (UFCD 9166); Funções da linguagem (UFCD 9166). | 2 |
| 26.2 - Executa um tratamento estético utilizando a língua sueca a nível do utilizador elementar, como via de comunicação | Funcionamento da língua sueca (UFCD 9166); Vocabulário técnico (UFCD 9166); Funções da linguagem (UFCD 9166). | 3 |
| 26.3 - Aconselha o cliente quanto à aplicação de cosméticos utilizando a língua sueca, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua sueca (UFCD 9166); Vocabulário técnico (UFCD 9166); Funções da linguagem (UFCD 9166). | 3 |
| 26.4 - Despede-se do cliente utilizando o sueco, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua sueca (UFCD 9166); Vocabulário técnico (UFCD 9166); Funções da linguagem (UFCD 9166). | 2 |
| UC 27 - Utilizar a língua chinesa a nível do utilizador elementar, nos cuidados de estética e bem-estar | | |
| UFCD 9167 - Língua chinesa - cuidados de estética e bem-estar | | |
| 27.1 - Acolhe e instala o cliente para um tratamento estético comunicando em mandarim, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua chinesa (UFCD 9167); Vocabulário técnico (UFCD 9167); Funções da linguagem (UFCD 9167). | 2 |
| 27.2 - Executa um tratamento estético utilizando o mandarim a nível do utilizador elementar, como via de comunicação | Funcionamento da língua chinesa (UFCD 9167); Vocabulário técnico (UFCD 9167); Funções da linguagem (UFCD 9167). | 3 |
| 27.3 - Aconselha o cliente quanto à aplicação de cosméticos utilizando o mandarim, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua chinesa (UFCD 9167); Vocabulário técnico (UFCD 9167); Funções da linguagem (UFCD 9167). | 3 |
| 27.4 - Despede-se do cliente utilizando o mandarim, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua chinesa (UFCD 9167); Vocabulário técnico (UFCD 9167); Funções da linguagem (UFCD 9167). | 2 |
| UC 28 - Utilizar a língua russa a nível do utilizador elementar, nos cuidados de estética e bem-estar | | |
| UFCD 9168 - Língua russa - cuidados de estética e bem-estar | | |
| 28.1 - Acolhe e instala o cliente para um tratamento estético comunicando em língua russa, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua russa (UFCD 9168); Vocabulário técnico (UFCD 9168); Funções da linguagem (UFCD 9168). | 2 |
| 28.2 - Executa um tratamento estético utilizando a língua russa a nível do utilizador elementar, como via de comunicação | Funcionamento da língua russa (UFCD 9168); Vocabulário técnico (UFCD 9168); Funções da linguagem (UFCD 9168). | 3 |
| 28.3 - Aconselha o cliente quanto à aplicação de cosméticos utilizando a língua russa, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua russa (UFCD 9168); Vocabulário técnico (UFCD 9168); Funções da linguagem (UFCD 9168). | 3 |
| 28.4 - Despede-se do cliente utilizando o russo, a nível do utilizador elementar | Funcionamento da língua russa (UFCD 9168); Vocabulário técnico (UFCD 9168); Funções da linguagem (UFCD 9168). | 2 |

Notas:

* - Unidades elementares que integram a qualificação e, como tal, constituem unidades de validação e certificação obrigatórias.

** - A ponderação traduz o grau de importância de cada uma das tarefas no âmbito da UC respetiva. As tarefas com ponderação 5, consideradas fundamentais e imprescindíveis no âmbito da UC, assumem um caráter eliminatório para a sua validação.

*** - Unidades opcionais que apesar de não constituírem o essencial da qualificação, são necessárias para perfazer a qualificação. Para a obtenção da certificação é fixado um número de UC a selecionar da bolsa.