



FACULDADE LABORO
COORDENADORIA DA CLÍNICA ESCOLA DE ESTÉTICA
COORDENADORIA DO CURSO DE ESTÉTICA

MIRIELY AGUIAR PEREIRA

RELATÓRIO FINAL DE PRÁTICAS SUPERVISIONADAS II DA CLÍNICA
ESCOLA DE ESTÉTICA DA FACULDADE LABORO

SÃO LUÍS

2022

MIRIELY AGUIAR PEREIRA

**RELATÓRIO FINAL DE PRÁTICAS SUPERVISIONADAS II DA CLÍNICA
ESCOLA DE ESTÉTICA DA FACULDADE LABORO**

Relatório Final de Práticas supervisionadas II
da Clínica Escola de Estética, do Curso de
Tecnólogo em Estética e Cosmetologia da
Faculdade Laboro.

Supervisor Docente: Prof.^a Leandra Soraya P. do Nascimento

SÃO LUÍS

2022

SUMÁRIO

1. Dados gerais	4
1.1 Identificação do estagiário	4
1.2 Identificação do campo de estágio.....	4
2. Introdução.....	5
3. Objetivo.....	7
4. Fundamentação teórica.....	7
4.1 Caso clínico em massoterapia.....	7
5. Evolução clínica e pesquisa realizada do estudo de caso.....	9
6. Resultado da pesquisa.....	12
7. Caracterização do estudo de caso.....	13
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	15
ANEXOS.....	16
REFERÊNCIAS	17

1.DADOS GERAIS

1.1 Identificação do estagiário

NOME DO ALUNO: Miriely Aguiar Pereira

CURSO: Tecnólogo em Estética

PERIODO DO CURSO: 5º

TURMA: II

CÓDIGO DE MATRICULA: 105560

ENDEREÇO: Estrada de Ribamar

Condomínio Vitória São Luís

CIDADE: São Luís- MA

TELEFONE FIXO / Celular: (98) 98418-9239

E-mail: miriely.aguiar@gmail.com

1.2 identificação do campo de estágio

1.2.1 NOME COMPLETO: Clínica Escola de Estética- Faculdade Laboro

1.2.2 ENDEREÇO POSTAL:

1.2.3 TELEFONE DO SETOR DO ESTAGIÁRIO:

1.2.4 RAMO DE ATIVIDADE: Estética na Clínica Escola

1.2.5 DIRIGENTES LOCAIS: Leandra Nascimento CARGO: Coordenadora da Clínica

1.2.6 SUPERVISOR TÉCNICO RESPONSÁVEL: Leandra Nascimento

CARGO: Professora

SUPERVISOR DOCENTE: Leandra Soraya P. do Nascimento

COORDENAÇÃO DE CURSO: Ana Ruth de Castro

2. INTRODUÇÃO

O relatório em questão no qual tem o intuito de descrever as Práticas Supervisionadas em Estética é de suma importância na área assim como em outros cursos, no qual deve estar presente na formação do indivíduo para melhor de adaptar aos procedimentos, atendimento ao público e principalmente está sendo preparado para o mercado de trabalho para melhor exercer a sua profissão.

Sabemos que a estética está presente a todo o tempo em nosso dia-a-dia e tem diversos benefícios a serem oferecidos através de produtos profissionais, equipamentos, tratamentos personalizados e principalmente pelas técnicas manuais que nos entregam resultados incríveis e surpreendentes e que incentivam tanto o profissional quanto ao pacientes que sim, as técnicas manuais utilizadas dentro da estética podem devolver a auto-estima de um indivíduo e também pode ajudar mentalmente.

Segundo SILVA E SANTOS (2018) a ansiedade é um sentimento livre e impermitente de apavoramento, preocupação é caracterizada por pensamentos inversos ou misturas de muitas informações, preocupação ou até mesmo precipitação de afazeres, está é vista em um contexto popular quando se está em um momento ou passando por alguma coisa decorrente da excessiva excitação do sistema nervoso central, conseqüentemente a interpretação de uma situação de angústia, sendo o grande sintomas de características psicológicas. Diante disto a importância de ter alguém por perto para apoiar é primordial para o alívio da crise no momento, trazendo tranquilidade, confiança e segurança em si mesma!

Para diagnosticar a ansiedade recomenda-se a observância de seis dos seguintes sintomas, quando frequentemente presentes, quais sejam: tremores ou sensação de fraqueza, tensão ou dor muscular, inquietação, fadiga fácil, falta de ar ou sensação de fôlego curto, palpitações, sudorese, mãos frias e úmidas, boca seca, vertigens e tonturas, náuseas e diarreias, rubor ou calafrios, polaciúria (aumento do numero de urinadas), bolo na garganta, impaciência, resposta exagerada a surpresa, dificuldade de concentração ou memória prejudicada, dificuldade de conciliar e manter o sono e irritabilidade (BATISTA et al , 2005). A importância de observamos a nós mesmos tendo o conhecimento de assuntos importantes podem nos ajudar em um diagnóstico inicial e assim conseguir controlar em primeira instância e procurar a devida ajuda.

De acordo com a pesquisa realizada sobre o assunto obtive um resultado que alguns motivos que podem está criando gatilhos é o trabalho, família, ciclo de amizade trazendo o desenvolvimento de pensamentos negativos e assim contribuindo para o desenvolvimento de crises.

De acordo SOUZA E SILVA et al (2014) a massagem pode melhorar a sensação de acolhimento, bem estar e diminuir a carência emocional, tendo efeito calmante. A massagem pode amenizar a dor e ansiedade, diminuir a estafa, o estresse, insônia, dores de cabeça, ansiedade e depressão. A liberação de endorfinas, durante a massagem associada ao toque terapêutico, pode melhorar os sintomas.

A ansiedade é algo que afeta milhares de brasileiros e que inicialmente não procuram tratamento e acaba avançando os sintomas, e hoje os tratamentos para esse tipo de patologia só vem aumentando e ficando mais conhecida como as técnicas manuais dentro da estética, como: massagem relaxante, bambuterapia, ventosaterapia e também com auxílio de óleos essenciais, cromoterapia, aromaterapia, musicoterapia e dentre outros protocolos personalizados que podem ser criados especialmente para o indivíduo que está passando por esse momento de crise.

Há várias terapias para ter o controle da ansiedade com meios naturais, mas sempre utilizando com cuidado e auxílio de um profissional para que não haja exageros no uso para evitar alergias, intoxicação e entre outros malefícios.

De acordo com SANTONTONIO et al., (2009), há um exemplo importante desse tipo de terapia é a aromaterapia, que consiste na aplicação terapêutica de óleos essenciais no que se refere a estresse e ansiedade, estudos mostraram a utilidade da aromaterapia, obtendo redução dos níveis de ansiedade e estresse após terapias com óleos essenciais em diversos grupos sociais. Um dos óleos mais utilizados em questão é o de Lavanda, Laranja doce e melaleuca que entrega um aroma bom, tranquilo, calmante e dentre outros benefícios que podem ajudar no momento da terapia como forma de inalação.

A estética além de entregar a beleza e autoestima de um indivíduo tem o poder de ajudar no controle do psicológico associando assim ao seu tratamento junto ao psicólogo e também com a ajuda de pessoas que convivem com quem tem ansiedade, seja ela leve, média ou elevada levando em consideração que alguns casos devem ser acompanhados com mais cuidados, que são aqueles mais severos.

Dentre todas as terapias que há hoje para oferecer ajuda e benefícios a pessoas que necessitam de acompanhamento muitas não organizam seus horários, financeiro e até mesmo não dão importância ao assunto que aparentemente seja leigo e chato, porém afeta diversas pessoas ao nosso redor e não percebemos!

3. OBJETIVOS

- Preparar o indivíduo para o mercado de trabalho;
- Avanço do universitário durante a graduação;
- Desenvolvimento de protocolos personalizados;
- Treinamento e conhecimento de técnicas manuais e com aparelhos;
- Desenvolver o profissionalismo para convívio com o cliente;
- Execução de procedimentos corporais, faciais e capilares para melhor desenvolvimento de tratamentos e entregar resultados satisfatório.

4. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

4.1 Caso clínico em massoterapia

Data da avaliação: 15/02/2022

Nome: A.M.D.S

Data de nascimento: 03/12/1995

Estado Civil: Casada

Sexo: Feminino

Profissão: Cabeleireira

Idade: 26 anos

Queixa principal: Dores de cabeça, tensão, dores nas pernas, estresse e insegurança.

Objetivo: Devolver o bem-estar, trazendo mais segurança em si mesmo e proporcionando momentos de spa para melhor relaxamento e alívio de tensões.

AVALIAÇÃO FÍSICA INICIAL

Observou-se que a cliente estava em momentos de tensões tendo conseqüentemente stresses, falta de concentração, falta de ar quando estava em crise e a pele ressecada

PROGRAMA DE TRATAMENTO PERSONALIZADO

Massagem relaxante, bambuterapia, ventosaterapia, esfoliação corporal, aromaterapia, cromoterapia e musicoterapia

DESENVOLVIMENTO DO PROTOCOLO

Após o processo de avaliação por ficha de anamnese pude observar o quadro da cliente no qual fechamos em 5 sessões inicialmente para o tratamento e também foi indicado para que a mesma tivesse acomanhamento com o psicólogo para assim fazer a associação a dar o melhor resultado ao quadro clínico, todas as sessões de massoterapia foram realizadas uma vez por semana!

Tendo em vista que a 1º sessão foi utilizada a técnica de massagem relaxante juntamente com a bambuterapia, utilizando óleo neutro com algumas gotas de óleo essencial para que assim a cliente já obtivesse uma adaptação e até mesmo já observasse uma melhora no caso clínico dela, pois a mesma estava em crise de ansiedade no momento da sessão, foram 60 minutos dedicado a ela e executado em todo o corpo, essa técnica foi realizada 3 vezes intercalando entre outras sessões que foram associadas a outras terapias.

Deu-se início a 2º sessão com associação da Ventosaterapia com massagem relaxante e utilização de creme + óleo de semente de Uva, de maneira que o ambiente ficasse mais calmo foi utilizado a musicoterapia fazendo todo o procedimento em 49 minutos com o intuito de retirar tensões e fazer a liberação de toxinas do corpo e entre tantos outros benefícios que a Ventosaterapia para proporcionar. Seguimos assim com a 3º sessão em uma outra semana com a técnica de bambuterapia + massagem relaxante com duração de 30 minutos.

Na semana seguinte foi realizada a 4º sessão e foi observado o ressecamento e despelando a pele da mesma, optamos por realizar uma esfoliação corporal para que na massagem relaxante o creme utilizado também entregasse o benefício de hidratação da pele e também o relaxamento da cliente com duração de 60 minutos e para finalizar as 5 sessões no protocolo realizado foi utilizado a massagem relaxante com a técnica de aloha e também massagem principalmente no na parte frontal e laterais da cabeça com o intuito de aliviar enxaqueca com duração de aproximadamente 40 minutos!

As sessões se encerraram no dia 06/05/2022 com 80% de aproveitamento pois a mesma não conseguia se concentrar em algumas sessões, sendo que para o melhor resultado necessita ser realizado a técnica mais vezes durante a semana!

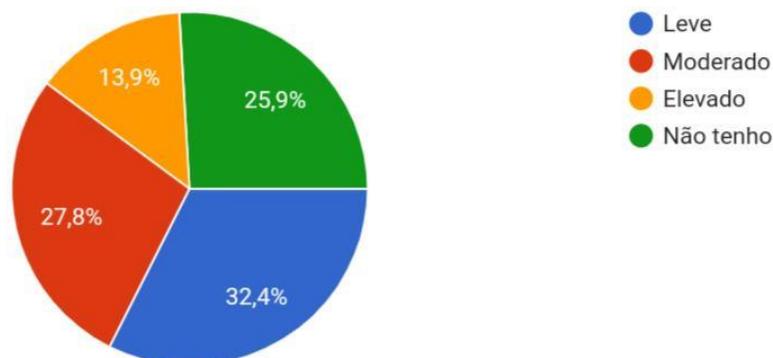
5. EVOLUÇÃO CLÍNICA E PESQUISA REALIZADA DO ESTUDO DE CASO

O protocolo realizado no tratamento sobre o controle da ansiedade utilizando as técnicas manuais que a estética proporciona, houve pesquisas baseada em artigos científicos, encontrados no SciELO e Google Acadêmico para melhor conhecer sobre o assuntos e também sobre os tratamentos utilizados, fazendo assim um levantamento de dados para conhecer o quantos essa patologia atinge a sociedade.

O presente relatório que tem como abordagem sobre a a técnicas manuais dentro da estética, aplicada para o controle da ansiedade, obteve um levantamento de pesquisa no qual foi atingido o número de 108 pessoas, respondendo 10 perguntas, sendo 9 alternativas e 1 objetiva, utilizando assim o Google forms para o formulário e assim coletar os dados para realização do meu estudo!

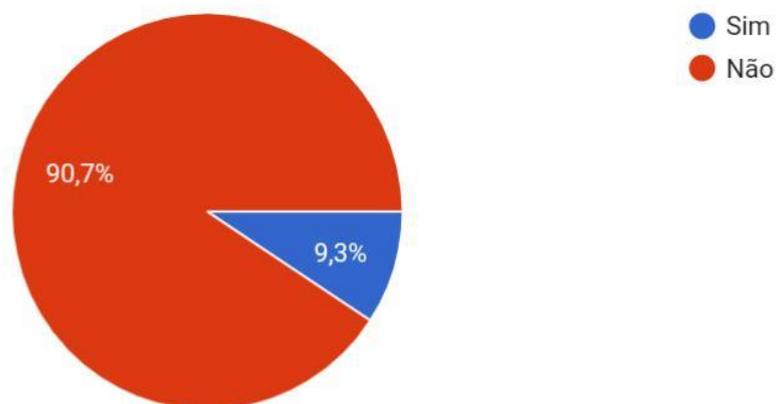
Você tem ansiedade? Se sim, qual o nível?

108 respostas



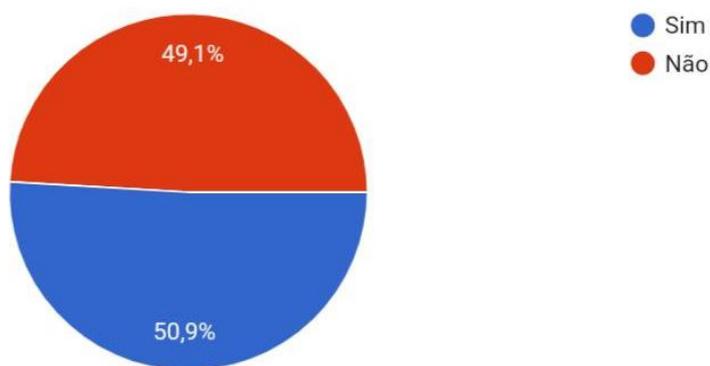
Faz algum tipo de tratamento?

108 respostas



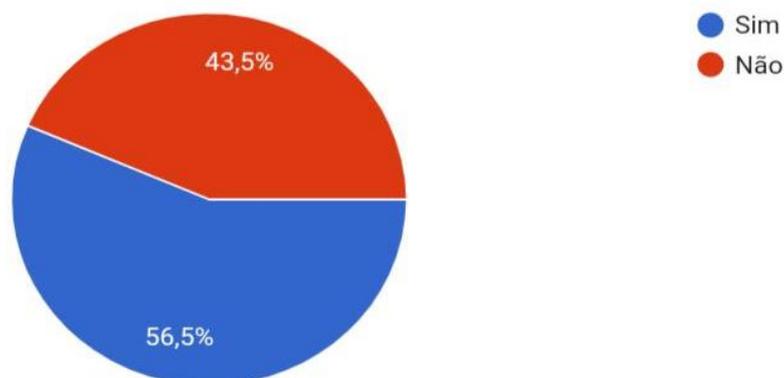
Você sabia que existem técnicas dentro da estética que pode ajudar no controle da ansiedade?

108 respostas



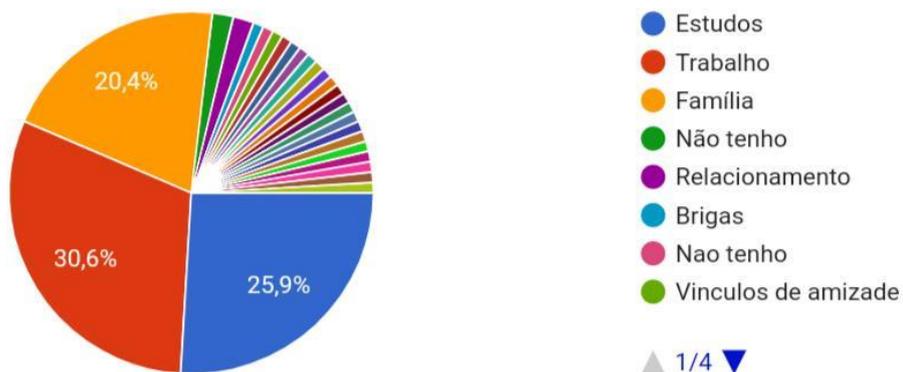
Já recebeu alguma técnica de massagem manual?

108 respostas



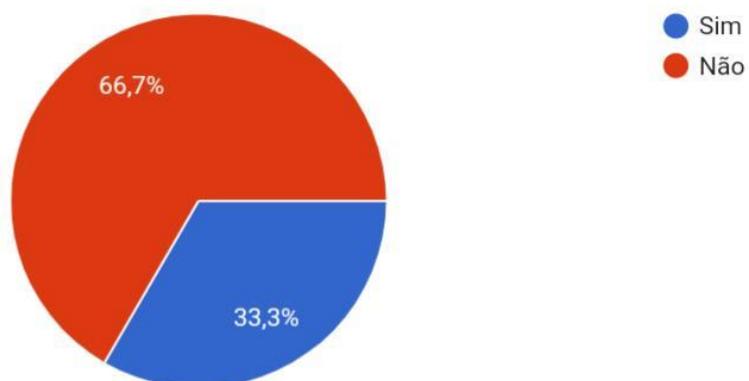
Qual seu maior gatilho para ter crises?

108 respostas



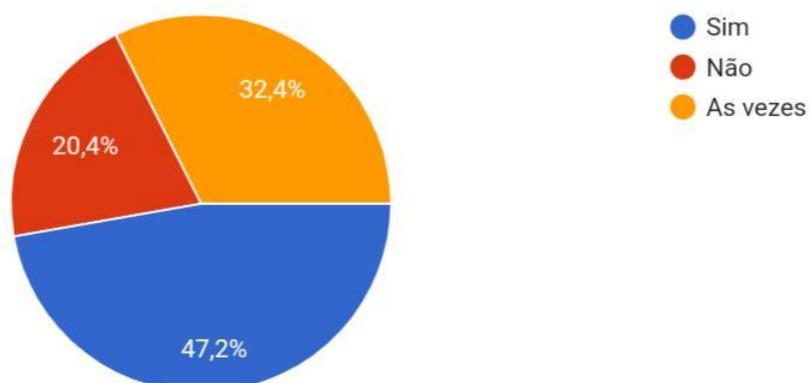
Conhece os benefícios dos óleos essenciais para o contro da ansiedade?

108 respostas



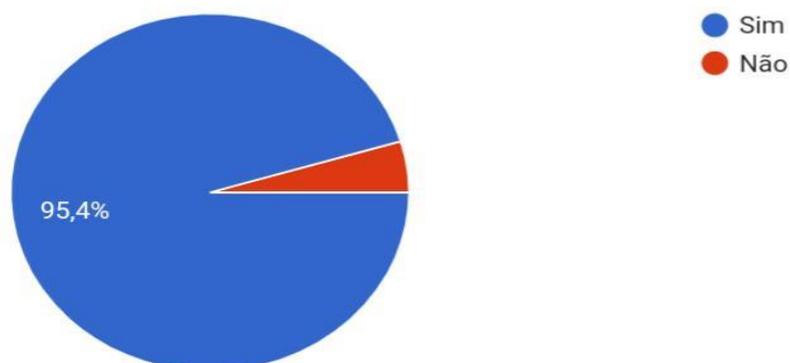
A ansiedade influênci na sua autoestima?

108 respostas



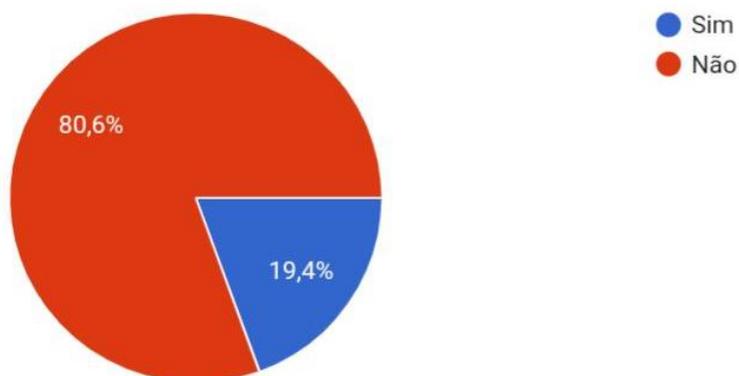
Você acredita que uma massagem pode aliviar sua crise de ansiedade?

108 respostas



Já conversou com alguém da área da estética sobre o assunto abordado?

108 respostas



O que te impede de visitar um profissional da saúde para tratar o assunto abordado, ou seja, a ansiedade?

108 respostas

Tempo
Nada
Dinheiro
Dinheiro
Falta de tempo
Ainda não achei que fosse necessário.

6. RESULTADOS DA PESQUISA

Diante de toda a pesquisa realizada através do questionário desenvolvido e distribuído via WhatsApp e Instagram obtive o resultado de dados de 108 pessoas acima de 15 anos que sofre ou não de ansiedade sendo que 35 delas tem o nível leve, 35 moderado, 28 pessoas não tem e 15 pessoas em modo elevado! Sendo que dentre esses indivíduos 98 não fazem tratamento com nenhum profissional!

Sabemos que quem sofre de ansiedade está sempre com um gatilho quase ativado para que haja uma crise, sendo que o ambiente de trabalho atinge 33 pessoas dentre os pesquisados, 28 pessoas pelo estudo e 22 pela família, no qual esses 3 gatilhos está em alta e o restante de 25 pessoas tem

outros motivos.

A estética hoje está se abrangendo e levando mais conhecimentos a sociedade no qual pode ser associado em tratamentos psicológicos acompanhado por um profissional da área e o esteticista sendo um complemento para a melhoria destes pacientes, no entanto o índice de conhecimento sobre as técnicas manuais ainda está alto, sendo que 53 pessoas não sabiam destas técnicas dentro da área da estética para o controle da ansiedade, no qual utilizamos associações que nos ajudam no tratamento, como os óleos essenciais e 72 pessoas não sabiam desta informação, sendo que 36 dos pesquisadores estão cientes dos benefícios que nos trás, uma das técnicas mais utilizadas e a massagem relaxante, porém por ser uma técnica “fácil” muitas pessoas ainda não receberam, somente 61 delas já obtiveram a experiência e 45 pessoas nunca apreciaram! As técnicas manuais tem o poder de dar o benefício de relaxamento, ameniza o stress, dor de cabeça e dentre outros e a maioria responderam que sim, uma boa massagem pode ajudar em uma crise de ansiedade dando no total surpreendente de 103 respostas positivas!

As crises de ansiedade tende a deixar as pessoas mais retraídas e no seu canto, deixando o cuidado da sua aparência de lado e diante disto observei através do meu levantamento que isso se confirma, deixando 51 pessoas com a auto-estima baixa, 35 pessoas somente as vezes são afetadas e 22 não são influenciadas! Sabemos que o nosso mercado está cheio de profissionais competentes a ajudar nesta área e conseqüentemente diminuir os casos em nosso meio, mas muitos nunca obtiveram um contato com um profissional para conversar sobre o assunto abordado na pesquisa realizada, sendo que somente 21 pessoas já retrataram sobre o assunto com um profissional e o alto índice de 87 pessoas não tiveram o contato para relatar sobre.

Em nosso país sabemos que as condições não estão muito acessíveis para muitas pessoas, a falta de emprego e a correria do dia-a-dia, faz com que as pessoas acabem deixando o seu alto cuidado, tanto aparente quanto o psicológico de lado, e diante dos resultados a falta de tempo e de dinheiro foi o que mais foi respondido, sendo que 24 pessoas não arrumam um tempo para cuidar de si e 17 delas por falta de capital e o total de 67 dos pesquisados tem outros motivos que impede de procurar um profissional para ajudá-lo!

7. CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO DE CASO

Procedimentos Faciais

1. Limpeza de pele

1.1 Aparelhos: Vapor de Ozônio (Dermostem), Alta Frequência (Ibramed).

1.2 Cosméticos: Sabonete a base de ácido glicólico a 10%, esfoliante de abacaxi, tônico calmante, emoliente, máscara hidratante Rubi, vitamina C, protetor solar.

1.3 Materiais: Extrator, algodão, gaze, luva, cubeta, espátula, borrifador com água, toca.

2. Hidratação facial

2.1 Cosméticos: Sabonete neutro, esfoliante de abacaxi, tônico adstringente, máscara hidratante Rubi, vitamina C, protetor solar.

2.2 Materiais: Luva, toca, gaze, algodão, borrifador com água, espátula, cubeta.

3. Rejuvenescimento Facial

3.1 Aparelhos: Laser (HTM).

3.2 Cosméticos: Sabonete neutro, máscara ágata verde, vitamina C, protetor solar.

3.3 Materiais: Luva, toca, borrifador com água, algodão, gaze, espátula, cubeta.

4. Peeling de Diamante

4.1 Aparelhos: Dermotonus (Ibramed).

4.2 Cosméticos: Sabonete neutro, máscara hidratante Rubi, vitamina C, protetor solar.

4.3 Materiais: Luva, algodão, gaze, toca, borrifador com água, espátula, cubeta.

Procedimentos Corporais

1. Massagem relaxante

1.1 Cosméticos: Creme para massagem relaxante com óleo de semente de Uva.

1.2 Materiais: Cubeta, espátula, algodão, gaze, borrifador com água, toalha.

2. Bambuterapia

2.1 Cosméticos: Óleo corporal neutro, óleo essencial de melaleuca.

2.2 Materiais: Difusor de ambiente, cubeta, toca, toalha, algodão, gaze.

2.3 Equipamento: Bambus.

3. Ventosaterapia

3.1 Cosméticos: Óleo corporal neutro, óleo essencial de lavanda.

3.2 Materiais: Cubeta, algodão, gaze, toalha, difusor de ambiente.

3.3 Equipamento: Ventosas em acrílico.

4. Esfoliação Corporal e massagem relaxante

4.1 Cosméticos: Esfoliante corporal, creme para massagem com óleo de semente de uvas.

4.2 Materiais: Algodão, cubeta, gaze, espátula, toalha, borrifador com água.

5. Drenagem linfática pós operatório associado a ILIB

5.1 Aparelho: Laser (HTM).

5.2 Procedimento: Manual.

Procedimentos Capilares

1. Hidratação Capilar

1.1 Aparelhos: Vapor de Ozônio (Dermostem), secador.

1.2 Cosméticos: Shampoo a base de mentol, condicionador, creme de hidratação, óleo essencial de lavanda.

1.3 Materiais: Tolha, pente.

2. Controle dermatite seborreica

2.1 Aparelho: Alta Frequência (Ibramed).

2.2 Cosméticos: Argila verde, óleo essencial de melaleuca, shampoo a base de mentou, condicionador.

2.3 Materiais: Pincel, cubeta, pente, espátula, toalha.

3. Controle de queda

3.1 Aparelhos: Laser (HTM), Alta frequência (Ibramed)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista todo o aprendizado durante a vida universitária, executando assim as boas práticas laboratoriais aprimorando o conhecimento e técnicas aplicadas em protocolos para tratamentos estéticos, ajudou os conhecimentos e técnicas dentro do mercado da beleza e como se portar diante de um cliente!

Durante todo o período de estágio exigido obrigatoriamente 100 horas, obtive várias experiências no qual me permitiu observar e aprender novas técnicas que eu não tinha segurança em proceder e executar, no qual o mercado de trabalho exige profissionalismo e comprometimento e durante todo o meu processo universitário pude contar com a ajuda da minha Coordenadora de Estágio Leandra Soraya e Ana Ruth Coordenadora do Curso de Estética e todos os outros professores que acompanharam o meu processo de perto e posso dizer que aprendi a desenvolver o meu profissional com excelência!

O desenvolvimento do Estágio II realizado na Clínica Escola foram aplicadas técnicas faciais, corporais e capilares com o acompanhamento de supervisão da Prof^o Leandra Soraya, desenvolvendo a melhoria de habilidade e como saber ouvir ao cliente sobre queixas e o resultado que almeja alcançar, e isso faz com que mostre a importância do papel do Esteticista no acompanhamento ao tratamento, observando todo o processo e vendo o resultado positivo evoluir a cada dia, mostrando o sucesso de um bom serviço!

Conclui-se que, no estágio o universitário tende a aprender e concertar erros possíveis, obtendo várias experiências que vão colaborar para o seu crescimento profissional no mercado de trabalho, associando assim a parte teórica e prática que andam lado a lado e faz com que essa relação torne-se mais proveitosa e traga resultados incríveis!

ANEXOS



REFERÊNCIA

BATISTA, Marcos Antonio; OLIVEIRA, Sandra Maria da Silva Sales. **Sintomas de ansiedade mais comuns em adolescentes**. Psic, São Paulo , v. 6, n. 2, p. 43-50, dez. 2005 . Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1676-73142005000200006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 13 jun. 2022.

SOUSA, Bruno Fernandes; SILVA, Luana Rosa; ROSATO, Elisete Rick; FELTRIN, José Otávio; SORATTO, Maria Tereza. **A massoterapia como promotora da qualidade de vida dos profissionais de enfermagem que utilizam antidepressivo s**. 12. Jun. 2014. Disponível em: <https://periodicos.uniarp.edu.br/index.php/ries/article/download/225/248/1480#:~:text=A%20massagem%20pode%20amenizar%20a,SEUBERT%3B%20VERONESE%2C%202008>). Acesso em: 01 Jun. 2022

SANTANTÔNIO, Cassandra de Lyra; SAYURI, Larissa Nakai; PASQUAL, Amélia Marwue. **Eficácia da Aromaterapia na redução de níveis de estresse em alunos de graduação da área de saúde: estudo preliminar**. Dez. 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fp/a/B6dQHXR4YVbvdvLzPXRf3jN/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 01. Jun. 2022

SILVA, Keyla Crystina Pereira Lopes; SANTOS, Walquíria Lene. **Transtorno de ansiedade**. Rev Inic Cient Ext. 2018; 1(1): 45-50. Disponível em: <https://revistasfasesa.senaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/47/14>. Acesso em: 13. Jun. 2022.

