



EMEC | ETG

ESCOLA DE TECNOLOGIA
E GESTÃO DE BARCELOS

ESCOLA DE TECNOLOGIA E GESTÃO DE BARCELOS

Ano letivo 2025/2026

Cursos de Educação e Formação

(Despacho conjunto n.º 453/04 de 27 de julho; Dec. Lei n.º 176/2012 e Retificação n.º 1673/2004)

Matriz da Prova de Avaliação Final (PAF)

Assistente de Cuidados de Beleza

(CEF – Tipo 3)

Área de Formação

815 – Assistente de Cuidados de Beleza

Código e Designação de Qualificação

815342 – Assistente de Cuidados de Beleza

Saída Profissional

Auxiliar na execução dos cuidados de beleza, massagem e embelezamento das mãos, pés, unhas e rosto, utilizando os produtos e técnicas de cuidados de bem-estar, obedecendo às normas de ambiente, segurança e saúde. Auxiliar na execução dos cuidados de epilação e descoloração do pelo, em institutos, salões de cabeleireiro e outros estabelecimentos similares.

Percurso – Tipo 3

Nível – 2

Descrição Geral do Perfil de Saída

O Assistente de Cuidados de Beleza é o profissional que, identifica e aplicar técnicas de embelezamento das mãos, pés, unhas e rosto; utiliza produtos cosméticos adequados aos diferentes tipos de pele e necessidades dos clientes; conhece normas de higiene, segurança e saúde no trabalho; desenvolve um atendimento de excelência e técnicas de receção ao cliente; aplica princípios éticos e deontológicos na área dos cuidados de beleza.

Atividades Principais:

Colaborar na gestão corrente de aprovisionamento do estabelecimento, controlando os stocks e requisitando os produtos e equipamentos necessários.

Verificar e preparar as condições de utilização e limpeza dos equipamentos, utensílios e espaços do serviço. Atender clientes e aconselhá-los sobre o tipo de cuidado estético a efetuar.

Efetuar massagens de estética, utilizando processos manuais aplicando as técnicas adequadas.

Efetuar epilações com cera, colorações e descolorações de pelos, utilizando as técnicas adequadas, os utensílios e os produtos apropriados.

Proceder a cuidados estéticos das mãos, dos pés e das unhas, utilizando as técnicas adequadas e selecionando os equipamentos, os utensílios e os produtos apropriados.

Efetuar maquilhagens básicas de rosto utilizando as técnicas adequadas e selecionando os utensílios e os produtos apropriados.

Faturar os serviços prestados e os produtos cosméticos comercializados, efetuando os cálculos necessários e cobrando a despesa aos clientes.

Atender reclamações de clientes tendo em conta a necessidade de assegurar um bom clima relacional.

**ESCOLA DE TECNOLOGIA E GESTÃO DE BARCELOS**

Ano letivo 2025/2026

Tipo de Prova

- Prática e Teórica
- Individual

Estrutura da Prova

A prova é classificada de 0 a 200 pontos com a seguinte ponderação:

Unidades de formação	Tarefa	Tipo de Prova	Pontos
9107 – Técnicas de autoaplicação de cosméticos no embelezamento facial e corporal.	Tarefa 1	Prática e Teórica	45 pontos
9111 – Técnicas de Manicure 9115 – Técnicas diferenciadas de embelezamento de unhas	Tarefa 2	Prática	45 pontos
9110 – Técnicas de epilação e coloração do pelo 9117 – Epilação com fio	Tarefa 3	Prática e Teórica	45 pontos
9119 – Manobras de massagem corporal	Tarefa 4	Prática	65 pontos
Total			200 pontos

No final far-se-á a conversão para níveis de 1 a 5.**Duração:** 8 horas**Objetivos**

- Realizar um diagnóstico adequado e executar as técnicas de autoaplicação de cosméticos e os procedimentos de manicure tradicional, cumprindo as normas de higiene e segurança;
- Aplicar técnicas avançadas e diferenciadas de embelezamento de unhas (como gel, acrílico, verniz gel ou *nail art*), utilizando corretamente os equipamentos e produtos específicos para o efeito;
- Executar de forma eficaz e segura técnicas de epilação (tradicional e com fio) e de coloração do pelo, selecionando os materiais e métodos mais adequados às características da pele e do pelo;
- Demonstrar domínio na execução das manobras de massagem corporal, adaptando a pressão, o ritmo e as técnicas às necessidades físicas e de bem-estar do(a) cliente;

Critérios gerais de correção

1. Domínio técnico-profissional (conhecimento e aplicação prática das competências do curso)
2. Planeamento e organização do trabalho (gestão do tempo, métodos, recursos)
3. Autonomia e iniciativa (capacidade de resolver problemas, propor soluções)
4. Relação interpessoal e comunicação (com colegas, formadores, clientes, público)



TAREFA 1

TÉCNICAS DE AUTO APLICAÇÃO DE COSMÉTICOS

Duração: 1 hora e 30 minutos	Material Permitido: Bata/Farda, Equipamento de Proteção Individual (EPI), kit completo de manicure, cosméticos de rosto e corpo, toalhas, esferográfica azul ou preta.
Tipo de Prova: Prática e Teórica	Critério Geral de Correção: Componente teórica realizada num formulário e realização de uma rotina de autoaplicação de cosméticos
Cotação da Prova: 45 Pontos	Salas: 1 e 2 Bloco 5

Objetivos	Conteúdos	Estrutura (cotação)
<ul style="list-style-type: none">Identificar os diferentes tipos de pele;Selecionar e aplicar os produtos cosméticos adequados ao embelezamento facial e corporal;Aplicar as normas de higiene, segurança e saúde no espaço de trabalho.	<ul style="list-style-type: none">Higienização, tonificação e hidratação da pele;Identificação e seleção de cosméticos;Técnicas e manobras de autoaplicação.	<p>Pontos: 45</p> <p>Parte Prática (35 pontos): O(a) aluno(a) deverá demonstrar uma rotina de autoaplicação de cosméticos de rosto (preparação e hidratação), cumprindo as normas de higiene e segurança perante o/a cliente/modelo.</p> <p>Parte Teórica (10 pontos): O(a) aluno(a) deverá preencher uma ficha de anamnese (diagnóstico) e responder a um pequeno questionário escrito de identificação da função de três cosméticos ou equipamentos utilizados na prática.</p>



TAREFA 2

TÉCNICAS DE MANICURE E TÉCNICAS DIFERENCIADAS DE EMBELEZAMENTO DE UNHAS

Duração: 1 hora e 30 minutos	Material Permitido: Bata/Farda, Equipamento de Proteção Individual (EPI), kit de unhas (gel, acrílico ou verniz gel), catalisador UV/LED, limas, broca (opcional), esferográfica.
Tipo de Prova: Prática	Critério Geral de Correção: Parte prática visual
Cotação da Prova: 45 Pontos	Salas: Bloco 4 sala 1 e 2

Objetivos	Conteúdos	Estrutura (cotação)
<ul style="list-style-type: none">Preparar corretamente a placa ungueal natural;Aplicar técnicas de alongamento ou revestimento de unhas (ex: gel, acrílico ou verniz gel);Demonstrar noções de criatividade e precisão técnica;Executar com destreza os procedimentos de uma manicure clássica;Cumprir rigorosamente as normas de higiene e segurança aplicáveis ao serviço.	<ul style="list-style-type: none">Desinfecção e preparação das mãos e unhas;Corte, limagem e tratamento de cutículas;Massagem específica da mão;Maquilhagem da unha (aplicação de verniz cor/francesa).	<p>Pontos: 45 pontos</p> <p>O(a) aluno(a) deverá executar uma aplicação completa de técnica diferenciada (ex: verniz gel ou unhas de gel) numa unha modelo.</p> <p>Crítérios:</p> <ul style="list-style-type: none">Preparação da unha (10 pts);Aplicação do produto e catalisação (20 pts);Acabamento / Nail art simples (15 pts).



ESCOLA DE TECNOLOGIA E GESTÃO DE BARCELOS
Ano letivo 2025/2026

TAREFA 3

TÉCNICAS DE EPILAÇÃO E COLORAÇÃO DO PELO / EPILAÇÃO COM FIO	
Duração: 1 hora e 30 minutos	Material Permitido: Bata/Farda, EPI, ceras (quente/fria), bandas, pinças, linha de algodão (fio), produtos para coloração de pelo, esferográfica azul ou preta.
Tipo de Prova: Prática e Teórica	Critério Geral de Correção: Execução de epilação numa zona corporal e registo da escolha do tipo de cera ou técnica
Cotação da Prova: 45 Pontos	Salas: 1 e 2 Bloco 5

Objetivos	Conteúdos	Estrutura (cotação)
<ul style="list-style-type: none">Identificar as características do pelo e da pele para selecionar o método adequado;Executar a epilação com cera em zonas corporais;Executar a epilação com fio (<i>threading</i>) em zonas faciais;Preparar e aplicar coloração no pelo (ex: sobrancelhas).	<ul style="list-style-type: none">Fisiologia do pelo e da pele;Epilação a cera (fria e quente);Coloração e descoloração de pelos (preparação da mistura e tempos de pose).Técnica do "oito" / <i>Threading</i> no rosto (sobrancelhas/buço);Cuidados pré e pós-epilação.	<p>Parte Prática (35 pontos):</p> <p>O(a) aluno(a) deverá executar a epilação de uma zona corporal a cera, o design de sobrancelhas/buço com fio e a coloração da sobrancelha na modelo.</p> <p>Parte Teórica (10 pontos):</p> <p>Preenchimento da ficha de cliente, identificando contra-indicações locais e justificando, de forma escrita, a escolha da cera utilizada e o tempo de pose da coloração.</p>



ESCOLA DE TECNOLOGIA E GESTÃO DE BARCELOS
Ano letivo 2025/2026

TAREFA 4

MANOBRAS DE MASSAGEM CORPORAL	
Duração: 3 horas e 30 minutos	Material Permitido: Bata/Farda, calçado adequado, marquesa, toalhas, lençóis de papel descartável, óleos ou cremes de massagem, espátulas.
Tipo de Prova: Prática	Critério Geral de Correção: Execução de uma massagem corporal de relaxamento.
Cotação da Prova: 65 Pontos	Salas: Bloco 5, sala 1

Objetivos	Conteúdos	Estrutura (cotação)
<ul style="list-style-type: none">Preparar o ambiente de trabalho promovendo o relaxamento do cliente;Adotar uma postura ergonómica correta durante o atendimento;Executar as manobras fundamentais de massagem corporal;Adaptar o ritmo, a pressão e a fluidez às necessidades fisiológicas do cliente.	<ul style="list-style-type: none">Indicações e contraindicações da massagem;Ergonomia e ginástica do profissional;Manobras fundamentais (deslizamento, amassamento, fricção, percussão, vibração);Sequência e ritmo da massagem de relaxamento.	<p>Execução de uma massagem corporal de relaxamento.</p> <p>Crítérios de avaliação:</p> <ul style="list-style-type: none">Preparação do gabinete e higiene (10 pts);Postura corporal/ergonomia do(a) aluno(a) (15 pts);Domínio técnico das manobras (20 pts);Pressão, ritmo, fluidez e empatia com o(a) modelo (20 pts).