

3-027 - Manual da Manicure e Pedicure

Plano de Aula - 12 Aulas (Aulas de 1 hora)



Aula 1

Capítulo 1 - A Profissão

1. A Profissão.....	17
1.1. A Visão Sobre “Fazer as Unhas”	21
1.2. Conceitos Básicos na Profissão de Manicure.....	22
1.3. Ética Profissional.....	22
1.4. Materiais Indispensáveis para Trabalhar como Manicure.....	24
1.5. Materiais Descartáveis.....	26

Aula 2

Capítulo 2 - Anatomia das Unhas

2. Anatomia das Unhas.....	31
2.1. Função das Unhas.....	33
2.2. Divisões e Partes da Unha.....	33
2.3. Regeneração.....	34
2.4. Formatos de Dedos e Unhas.....	35

Aula 3

Capítulo 3 - Cuidando das Mãos

3. Cuidando das Mãos.....	39
3.1. Spa das Mãos	41
3.2. Manicure Passo a Passo	43
3.2.1. Remover o Esmalte Antigo.....	44
3.2.2. Acertar o Tamanho e Formato das Unhas.....	46
3.2.2.1. Formatos das Unhas.....	47
3.2.2.2. Cortar as Unhas	48
3.2.2.3. Lixar as Unhas.....	49
3.2.2.4. Polir as Unhas	49
3.2.3. Remover as Cutículas.....	51
3.2.3.1. Amolecer as Cutículas.....	52
3.2.3.2. Empurrar as Cutículas	54
3.2.3.3. Retirar as Cutículas	54

Aula 4

Capítulo 3 - Cuidando das Mãos

3.2.4. Hidratação das Mãos.....	56
3.2.5. Esmaltação	57
3.2.5.1. Aplicação da Base.....	58
3.2.5.2. Aplicação do Esmalte.....	59
3.2.6. Limpar o Excesso de Esmalte.....	61
3.2.7. Finalização.....	62

Aula 5

Capítulo 4 - Cuidando dos Pés

4. Cuidando dos Pés	67
4.1. Conhecendo os Pés.....	69
4.2. Cuidados para os Pés.....	70
4.3. Spa dos Pés	71
4.4. Pedicure Passo a Passo.....	73
4.4.1. Remover o Esmalte Antigo	74
4.4.2. Acertar o Tamanho e Formato das Unhas.....	75
4.4.2.1. Lixar as Unhas	77
4.4.2.2. Polir as Unhas	77

4.4.3. Remover as Cutículas	78
4.4.3.1. Amolecer as Cutículas.....	79
4.4.3.2. Empurrar as Cutículas.....	80
4.4.3.3. Retirar as Cutículas	81

Aula 6

Capítulo 4 - Cuidando do Pés

4.4.4. Lixando e Hidratando os pés	82
4.4.5. Esmaltação	84
4.4.5.1. Aplicação da Base.....	86
4.4.5.2. Aplicação do Esmalte	86
4.4.6. Limpar o Excesso de Esmalte	88
4.4.7. Finalização	88
4.5. Reflexologia Podal.....	90
4.6. Pedicure em Unhas com Patologias	92

Aula 7

Capítulo 5 - Esmaltes

5. Esmaltes.....	97
5.1. Escolhendo uma Gama de Esmaltes para sua Prateleira	100
5.2. Alergia ao Esmalte	101
5.3. Tipos de Alongamento de Unhas	102
5.3.1. Unhas Postiças.....	103
5.3.2. Unhas em Gel	105
5.3.3. Unhas de Fibra.....	107

Aula 8

Capítulo 5 - Esmaltes

5.4. Unhas Decoradas	110
5.4.1. Unhas Decoradas com Tinta	110
5.4.2. Unhas Marmorizadas	113
5.4.3. Unhas com Pedrarias.....	114
5.5. Francesinha	115
5.6. Técnicas para o Esmalte Durar Mais.....	116

Aula 9

Capítulo 6 - Unhas Masculinas

6. Unhas Masculinas	121
6.1. Cuidados com as Mãos Masculinas.....	123
6.2. Manicure Masculina	124
6.3. Pedicure Masculina	127

Aula 10

Capítulo 7 - Biossegurança

7. Biossegurança	135
7.1. Higiene.....	138
7.2. Riscos no Ambiente de Trabalho.....	139
7.3. Como Identificar Doenças nas Unhas.....	140
7.3.1. Onicólise	141
7.3.2. Micose Ungueal.....	141
7.3.3. Onicocriptose	141
7.4. Doenças Transmissíveis por Material Contaminado.....	143
7.4.1. Hepatite.....	143
7.4.2. HIV.....	144
7.5. Ergonomia.....	145
7.6. Esterilização dos Materiais	146
7.6.1. Esterilização em Autoclave	147
7.6.2. Esterilização em Estufa	148
7.7. Atendimento ao Cliente Diabético.....	148

Aula 11

Capítulo 8 - Colocando as Ideias no Papel

8. Colocando as Ideias no Papel	153
8.1. Parcerias de Sucesso.....	155
8.2. Trabalhando em Salão de Beleza.....	156

8.3. Como Montar um Salão em Casa.....	157
8.4. Usando as Redes Sociais de Maneira Eficiente	159
8.5. Segredos para uma Agenda Cheia.....	160
8.6. Como Fidelizar Clientes.....	161
8.7. Como Agilizar seu Trabalho.....	162
8.8. Manicure a Domicílio.....	164
8.9. Saiba Por que a Opinião do Cliente Importa	166
8.10. A Melhor Propaganda do Mundo.....	167
8.11. Transforme seu Sonho em uma Empresa de Lucros.....	168
8.11.1. Planejamento Financeiro para Manicure	170

Aula 12

Capítulo 9 - Exigências Legais

9. Exigências Legais	175
9.1. Regulamentação, Normas e Alvará de Funcionamento	177
9.1.1. Alvará de Funcionamento.....	178
9.1.2. Alvará Sanitário.....	179
9.1.3. Alvará do Corpo de Bombeiros.....	179
9.2. MEI - Microempreendedor Individual.....	180