



Academia
Portuguesa
de Estética

Limpeza de Pele

Curso Master

Teórico-Prático

1ª edição

Introdução

Este curso surge com o objetivo de redefinir o conceito de **Limpeza de Pele**, promovendo uma abordagem integrada, baseada na evidência científica, no raciocínio clínico e nas boas práticas de biossegurança, permitindo aos profissionais atuar de forma mais segura, eficaz e diferenciada.

Com a evolução da cosmética e do entendimento dermatológico, tornou-se evidente que a limpeza de pele deve ser abordada como uma intervenção funcional sobre a fisiologia cutânea, com impacto direto na integridade da barreira, no microbioma, na inflamação e na evolução de diversas disfunções estéticas, como acne, rosácea ou envelhecimento cutâneo.

O profissional irá compreender os mecanismos que levam à formação de comedões, identificar padrões de queratinização, avaliar a pele com rigor clínico e aplicar técnicas de extração seguras e precisas. São abordados temas como fisiopatologia, técnicas de preparação, extração e reparação tecidual bem como a integração da limpeza de pele em planos terapêuticos completos.

Contamos com a sua tão importante presença!

“Aprenda com quem faz acontecer.”

Academia Portuguesa de Estética





Programa

REVISÃO DOS FUNDAMENTOS DA PELE

- Estrutura e funcionamento
- Função barreira e equilíbrio cutâneo
- Filme hidrolipídico e microbioma

BIÓTIPOS E ALTERAÇÕES CUTÂNEAS

- Identificação dos diferentes biótipos e condições cutâneas
- Comedões abertos e fechados e filamentos sebáceos
- Pápulas e pústulas
- Miliuns e diferenciação de outras alterações cutâneas

O PAPEL DA LIMPEZA DE PELE COMO TRATAMENTO ESTÉTICO

- Objetivos, indicações e erros a evitar
- Integração da limpeza de pele no plano terapêutico
- Periodicidade dos tratamentos baseada na fisiologia
- Integração com peelings químicos e microneedling
- Protocolos para acne e envelhecimento cutâneo
- Estratégias de acompanhamento e fidelização

PRODUTOS, PREPARAÇÃO CUTÂNEA E EQUIPAMENTOS

Cosméticos utilizados na limpeza de pele

- Adequação dos produtos de limpeza e desinfecção
- Esfoliação mecânica, química e enzimática
- Produtos emolientes e queratolíticos

Preparação da pele para extração

- Técnicas de preparação cutânea
- Vaporização: indicações, contraindicações e limitações
- Métodos alternativos à vaporização



Programa

Equipamentos utilizados na limpeza de pele

- Vaporizador
- Peeling ultrassónico
- Microdermoabrasão
- Hidrodermoabrasão
- Alta frequência
- Critérios de utilização e integração no protocolo

Instrumentos de extração

- Dedeiras e compressas
- Curetas e extratores
- Agulhas esterilizadas para microabertura superficial

TÉCNICAS DE EXTRAÇÃO E RECUPERAÇÃO CUTÂNEA

Extração de alterações cutâneas

- Extração manual
- Extração com recurso a instrumentos específicos
- Direção, controlo da pressão e gestão do desconforto
- Técnicas de microabertura e extração segura
- Redução da inflamação e do trauma
- Segurança e limites clínicos da extração

Recuperação cutânea e homecare

- Máscaras e soluções calmantes
- Ingredientes reparadores e antioxidantes
- Proteção da barreira cutânea
- Recomendações pós-procedimento
- Protocolo domiciliário

BIOSSEGURANÇA E PRÁTICA CLÍNICA

- Higiene, desinfecção e esterilização de instrumentos
- Prevenção de infeção cruzada e gestão de resíduos
- Uso correto de EPI





Programa

DEMONSTRAÇÃO E PRÁTICA CLÍNICA EM PACIENTES REAIS

Demonstração prática

- Organização da área de trabalho
- Seleção de produtos, equipamentos e instrumentos
- Utilização prática de todos os equipamentos abordados durante o curso
- Execução completa do protocolo passo a passo
- Técnicas de preparação cutânea
- Técnicas de extração de comedões e miliuns
- Adaptação do procedimento às diferentes condições cutâneas
- Raciocínio clínico em Limpeza de Pele
- Erros frequentes na limpeza de pele profissional e respetiva correção

ATIVIDADES PRÁTICAS EM PACIENTES VOLUNTÁRIOS

Os alunos serão organizados em grupos de trabalho, com acesso a pacientes reais por grupo, permitindo executar diferentes protocolos de limpeza de pele e aplicar as várias técnicas abordadas durante o curso, sempre com acompanhamento permanente das formadoras.



Corpo Docente



MARIANA SERRA

- | Esteticista-Cosmetologista pela Escola Europeia de Estética.
- | MBA em Cosmetologia e Master em Estética Avançada pela APE.
- | Master em Microagulhamento e Peelings Químicos pela APE.
- | Formadora na Escola Europeia de Estética.
- | Fundadora e responsável clínica do espaço Mariana Serra Estética Avançada.



SARA SOARES

- | Licenciada em Farmácia pela Escola Superior de Saúde do Porto.
- | MBA em Cosmetologia e Master em Estética Avançada pela APE.
- | Experiência clínica no tratamento de Acne, Rosácea e Melasma.
- | Cofundadora da LYSkin Love Your Skin.
- | Experiência em formação, orientação de estágios e participação como oradora em contexto académico.



Objetivos, Metodologia e Certificados

OBJETIVOS GERAIS

- Capacitar os formandos para a realização de procedimentos de limpeza de pele com base científica
- Promover uma abordagem clínica, segura e personalizada
- Elevar o nível técnico e conceptual da prática profissional

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Compreender a fisiologia cutânea e a função barreira
- Identificar diferentes alterações cutâneas
- Selecionar produtos de limpeza de acordo com critérios científicos
- Aplicar técnicas de esfoliação de forma segura e adequada
- Executar extração de comedões minimizando risco inflamatório
- Reconhecer contraindicações e sinais de alerta clínico
- Integrar a limpeza de pele em planos terapêuticos globais
- Ajustar protocolos às necessidades específicas de cada pele

METODOLOGIA

- Sistema de formação presencial e online assíncrona, lecionada em Português.
- Componente teórica explicativa, componente demonstrativa e componente prática.
- Processo de avaliação realizado através de apreciação das intervenções orais e/ou teste escrito, e atividades práticas.
- Frequência mínima obrigatória de 75% da carga horária do Curso.

CERTIFICADO

No final do Curso será entregue um Diploma referente à participação no “Curso Master em Limpeza de Pele”, onde constará informação sobre o aproveitamento e carga horária. Será igualmente emitido um certificado de formação profissional na Plataforma SIGO, com certificação DGERT.



Destinatários, Vagas, Datas, Horário e Local

DESTINATÁRIOS E VAGAS

- Profissionais de Estética, Cosmética e Bem-estar.
- Enfermeiros, Farmacêuticos, Fisioterapeutas, Médicos e Médicos Dentistas.

20 Vagas

DATAS

Aula online assíncrona: 06 de novembro 2026*

Aulas presenciais: 15 e 16 de novembro 2026

*A aula online assíncrona será disponibilizada dia 06 de novembro 2026 e ficará disponível até ao último dia do curso.

HORÁRIOS

Manhã: 09.30 – 13.00h

Tarde: 14.30 – 19.00h

Carga horária total: 18 horas

LOCAL

ACADEMIA PORTUGUESA DE ESTÉTICA

Rua Tomás Ribeiro, nº 160 - R/C B

4200-505 Porto



Inscrição

PRAZO DE INSCRIÇÃO

VALOR

Antecipado
até 15/10/2026

550€

Normal
de 16/10/2026 a 10/11/2026

600€

DESCONTOS

- Inscrição a pronto pagamento: 5% desconto extra.
- Inscrição em grupo: 5% desconto extra para conjunto de 2 ou mais inscrições.

MODO DE PAGAMENTO PRESTACIONAL

Nº PRESTAÇÕES

VALOR DA MENSALIDADE

Prazo de inscrição antecipado

VALOR DA MENSALIDADE

Prazo de inscrição normal

2

275€

300€

4

150€

165€

CONDIÇÕES DE PAGAMENTO PRESTACIONAL

- A 1ª mensalidade é paga no momento da inscrição, sendo que as restantes prestações são liquidadas nos meses subsequentes. Pagamentos por transferência bancária.
- O modo de pagamento prestacional é válido em qualquer período de inscrição, desde que o valor total esteja completamente liquidado até à data de início do Curso.
- Para outros prazos ou prestações, por favor contacte-nos.

INCLUÍDO NO CURSO

- Manual do Curso impresso a cores.
- Materiais diversos de atividades práticas.
- Grupo de estudo online para acompanhamento durante e após o Curso.
- Diploma e Certificado.
- Coffee Breaks.



Inscrição

PROCESSO DE INSCRIÇÃO

INSCREVA-SE AQUI!

- Preenchimento do formulário.
- Documentos necessários:
 - Cartão de cidadão/passaporte;
 - Comprovativo de formação/profissão;
 - Comprovativo de pagamento.

DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO: 10/11/2026

NOTA: Após a realização da inscrição, caso reúna todas as condições de admissão, receberá um e-mail com a confirmação da sua inscrição e com todos os detalhes finais da sua participação no Curso.

OBSERVAÇÕES

- Dado que as vagas são limitadas, as inscrições serão aceites por ordem de chegada.
- A realização deste Curso está dependente do nº mínimo de inscrições. Por motivos logísticos e académicos, o programa pode sofrer alterações sem aviso prévio.
- Não é permitida a gravação de qualquer tipo de vídeo ou fotografia durante o Curso.
- Ao inscrever-se neste Curso, autoriza automaticamente a captação de imagens durante a formação por parte da organização. Caso não autorize a sua divulgação (site, redes sociais, etc.) solicitamos que efetue o pedido por e-mail.
- A inscrição nesta formação pressupõe a aceitação do Regulamento de Formação da Academia Portuguesa de Estética, consultar através do nosso site em: www.apestetica.com







**Academia
Portuguesa
de Estética**

**Rua Tomás Ribeiro, nº 160 - R/C B
4200-505 Porto**

Tel: 912 864 663

(chamada para rede móvel nacional)

geral@apestetica.com



www.apestetica.com