

CURSO PROFISSIONAL DE AROMATERAPIA CIENTÍFICA

DOCENTE: Liliana Roque, licenciada em História, variante de Arqueologia; Formada em Aromaterapia científica e Oficinas galénicas, pelo Colégio internacional Dominique Baudoux, na Bélgica; Fundadora e formadora da Aromacare; Formadora Pranarom em Portugal; Aromaterapeuta, Massagista.

CARGA HORÁRIA: 120 horas lectivas (síncronas e assíncronas) + 60 h não lectivas.

LOCAL FORMAÇÃO: O curso irá realizar-se sob regime de ensino à distância, através da plataforma Zoom, contudo será atribuída a oportunidade **opcional** ao aluno de se inscrever em regime presencial aquando a realização das aulas de formulação prática galénica (consultar cronograma abaixo).

HORÁRIO: pós-laboral, durante 10 meses, desde outubro de 2023 até julho de 2024, das 19h30-22h30.

POPULAÇÃO ALVO: Estudantes; Profissionais de Saúde; Técnicos de Medicina Natural; Farmacêuticos; jovens e adultos à procura do 1º emprego

PRÉ-REQUISITOS: 12ºano

ENQUADRAMENTO DO CURSO

O curso visa dar respostas medicinais complementares na resolução de condições patológicas humanas, dentro de uma abordagem 100% orgânica e isenta de produtos sintéticos. Permite ainda ir de encontro a novas necessidades de empregabilidade, no sentido de formar novos profissionais que consigam responder a uma crescente procura da população pelas terapêuticas não convencionais.

OBJECTIVOS GERAIS

Pretende-se com esta formação fomentar os benefícios medicinais dos óleos essenciais e viabilizar o desenvolvimento de competências teórico-práticas na aplicação terapêutica e segura dos óleos essenciais em diversas condições patológicas do ser humano.

Após a conclusão da formação, o aluno ficará habilitado a assumir a função de Aromaterapeuta, dentro da vertente de aconselhamento clínico.

MODOS DE PAGAMENTO:

O curso poderá ser pago em 2 modalidades tendo em conta a disponibilidade e interesse de cada aluno:

1. **Pagamento único – 540€ (valor sem IVA)**, até ao dia 8 de outubro de 2023
2. **Pagamento mensal de 60€ (valor sem IVA)**, desde outubro 2023 até julho 2024, até ao dia 10 de cada mês.

NOTA: Em caso de necessidade de emissão de factura, terá que se acrescentar 23% IVA aos valores apresentados.

O interessado deverá formalizar a sua inscrição através do pagamento da 1ª mensalidade até ao dia 8 outubro 2023, por transferência bancária para o **NIB: PT50 003502060000866910092**, cujo titular é Liliana Alexandra Silva Roque.

A validação da inscrição é feita após o envio do comprovativo da transferência, para o email aromacare.maia@gmail.com

CRONOGRAMA – CONTEÚDO PROGRAMÁTICO DESENVOLVIDO

AULA	CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	HORÁRIO / Duração	DATA
1 Aula online direto	Apresentação do Formador, Formandos, Programa e Método de Avaliação Introdução à Aromoterapia – definição História da Aromoterapia - Aromoterapia na antiguidade e Aromoterapia na atualidade – as várias escolas de Aromaterapia; Fontes bibliográficas; Pubmed – base de consulta de estudos científicos com óleos essenciais	19h30-22h30	9/10/23
2 Aula teórica gravada vídeo	Definições técnicas - hidrolato, óleo essencial, essência Propriedades físicas dos óleos essenciais	1h30	16/10/23
3 Aula teórica gravada vídeo	Vias de Absorção dos óleos essenciais: olfativa, oral, sublingual, tópica, retal, vaginal - exemplos de utilização A difusão ambiental – tipos de difusor	1h	23/10/23
4 Aula teórica gravada vídeo	Os métodos de extração dos óleos essenciais: destilação a vapor, prensagem a frio, enfleurage, dióxido de carbono supercrítico, extração por solventes orgânicos – vantagens e desvantagens As famílias botânicas aromáticas	1h	30/10/23
5 Aula online direto	CrITÉRIOS de qualidade na escolha dos óleos essenciais: origem orgânica, pureza, certificação biológica, integridade e leitura do quimiotipo. Como interpretar o rótulo de um óleo essencial Legislação Esclarecimento de dúvidas	19h30-22h30	6/11/23
6 Aula teórica gravada vídeo	Precauções de utilização dos óleos essenciais Toxicidade dos óleos essenciais – hepatotoxicidade, fotossensibilidade, nefrotoxicidade, neurotoxicidade, dermocausticidade, carcinogenicidade.	2h	13/11/23
7 Aula teórica gravada vídeo	As bases vegetais: óleos vegetais, manteigas, hidrolatos, mel, aloé vera	1h	20/11/23
8 Aula online direto	Elaboração de ficha de trabalho com revisão da matéria dada. Esclarecimento de dúvidas	19h30-22h30	27/11/23
9 Aula teórica gravada vídeo	Dosagens, % de diluição dos óleos essenciais de acordo com a via de absorção selecionada, idade, condição sintomática e histórico clínico do utente. Interações medicamentosas dos óleos essenciais; Exposição dos óleos essenciais não aconselhados em determinadas condições clínicas.	1h	4/12/23
10	Ações dos óleos essenciais no organismo: fisiológica, psicoemocional e vibracional.	1h	11/12/23

Aula teórica gravada vídeo	Explicação do meio de atuação e absorção dos óleos essenciais via sistema olfativo e via derme – as diferentes rotas metabólicas		
11 Aula online direto	Estrutura e funções químicas dos óleos essenciais: ésteres, éteres, cetonas, cumarinas, aldeídos terpênicos, aldeídos aromáticos, álcoois, óxidos, lactonas, monoterpenos, sesquiterpenos Referencial bioelétrico dos óleos essenciais Leitura do perfil cromatográfico do óleo essencial	19h30-22h30	18/12/23
12 Aula teórica gravada vídeo	Os temperamentos hipocráticos: sanguíneo, bilioso, nervoso e linfático – descrição física, psicoemocional e energética. Exposição dos óleos essenciais adequados para o equilíbrio de cada temperamento	1h	25/12/23
13 Aula teórica gravada vídeo	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Árvore do chá, Niaouli, Eucalipto radiata, Eucalipto globulus, Ravintsara – exposição da estrutura química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas	1h30	1/1/24
14 Aula online direto	Aconselhamento clínico – exposição da ficha de anamnese e dos passos protocolares de atendimento aroma terapêutico. Esclarecimento de dúvidas, debate de casos práticos	19h30-22h30	8/1/24
15 Aula teórica gravada vídeo	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Oregão, Cravinho, Canela, Tomilho qt timol, Pinho - exposição da estrutura química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas	1h30	15/1/24
16 Aula teórica gravada vídeo	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Tomilho, qt tujanol, Khella, Alecrim, qt cineol, Cipreste, Hortelã-pimenta - exposição da estrutura química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas	1h30	22/1/24
17 Aula teórica gravada vídeo	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Camomila romana, Camomila alemã, Manjerona, Tomilho, qt linalol Hissopo decumbens - exposição da estrutura química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas	1h30	29/1/24
18 Aula online direto	Protocolos de tratamento de patologias respiratórias, ORL Resolução de casos práticos e esclarecimento de dúvidas Glossário de doenças respiratórias Guia da formulação passo a passo	1h30	5/2/24
19 Aula teórica gravada vídeo	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Limão, Bergamota, Laranja doce, Tangerina, Toranja - exposição da estrutura química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas	19h30-22h30	12/2/24
20 Aula teórica gravada vídeo	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Manjerição exótico, Estragão, Funcho doce, Melissa, Alecrim, qt verbenona - exposição da estrutura química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas	1h30	19/2/24
21	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Cenoura, Lentisco, Pimenta preta, Esteva, Perpétua - exposição da estrutura	1h30	26/2/24

Aula teórica gravada vídeo	química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas		
22 Aula online direto	Exposição de protocolos de tratamento de patologias digestivas e de desintoxicação hepática e intestinal Glossário de distúrbios digestivos Resolução de casos práticos e esclarecimento de dúvidas	19h30-22h30	4/3/24
23 Aula teórica gravada vídeo	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Sândalo, Cedro, Patchouli, Zimbro, Vetiver - exposição da estrutura química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas	1h30	11/3/24
24 Aula teórica gravada vídeo	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Gaultéria, Alecrim cânfora, Eucalipto citriodora, Gengibre, Erva limão - exposição da estrutura química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas	1h	18/3/24
25 Aula teórica gravada vídeo	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Lavanda super, Lavanda latifolia, Lavanda angustifolia, Palmarosa, Gerânio - exposição da estrutura química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas	1h30	25/3/24
26 Aula online direto	Exposição de protocolos de tratamento de distúrbios circulatórios e musculo esqueléticos. Resolução de casos práticos e esclarecimento de dúvidas	19h30-22h30	1/4/24
27 Aula teórica gravada vídeo	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Neroli, Rosa, Jasmim, Salva sclarea, Ylang-ylang - exposição da estrutura química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas	1h30	8/4/24
28 Aula teórica gravada vídeo	Fichas técnicas dos óleos essenciais de Mirra, Incenso, Nardo indiano, Copaíba, Abeto negro - exposição da estrutura química, propriedades e indicações terapêuticas, dosagens de acordo com a idade e vias de absorção selecionadas	1h	15/4/24
29 Aula online Direto	Aromaterapia nas enfermidades dermatológicas - exposição de protocolos de tratamento dos diferentes tipos e estados de pele Glossário de distúrbios da pele Resolução de casos práticos e esclarecimento de dúvidas	19h30-22h30	22/4/24
30 Aula teórica gravada vídeo	Aromaterapia na saúde psico- emocional Protocolos de tratamento dos distúrbios do sistema nervoso central: ansiedade, ataques de pânico, stress, histeria, insônia, obsessões/compulsões, Parkinson, epilepsia; Os estados emocionais: raiva, culpa, agressividade, medos, depressão, tristeza, trauma, falta de autoestima, insegurança; Os estados psíquicos: Alzheimer, esquizofrenia, autismo, demência, perda de memória, fadiga/ esgotamento mental, falta de foco/concentração; As adições: tabaco, álcool, drogas	3h	29/4/24
31 Aula teórica gravada vídeo	Aromaterapia nos cuidados pediátricos: higiene do bebê; cólicas do bebê, bronquiolite, otite, angina, tosse, varicela, crosta láctea, dermatite fralda; dores crescimento dentes, eczema, <i>moluscum contagiosum</i> , hematomas, pediculose, hiperatividade infantil, etc	19h30-22h30	6/5/24

	Exposição de protocolos de tratamento das disfunções hormonais e de patologias génito-urinárias. Glossário de distúrbios hormonais e genito-urinários Resolução de casos práticos e esclarecimento de dúvidas		
32 Aula teórica gravada vídeo	Aromaterapia na gravidez, parto e pós-parto: imunidade da grávida, enjoos, obstipação, hemorróidas, estrias, hipertensão, hipotensão, edema linfático, distúrbios do sono, infeções génito-urinárias, episiotomia, alívio da dor no parto, indutor do parto, depressão pós-parto, mastite, fissuras do mamilo, etc.	3h	13/5/24
33 Aula online Direto	Exposição de protocolos de tratamento das disfunções hormonais e de patologias génito-urinárias. Glossário de distúrbios hormonais e genito-urinários Resolução de casos práticos e esclarecimento de dúvidas	3h	20/5/24
34 Aula prática gravada vídeo	Oficina galénica respiratória: elaboração prática de spray nasal, spray garganta, xarope para a tosse e bálsamo respiratório (ver opção presencial)	2h	27/5/24
35 Aula prática gravada vídeo	Oficina galénica oral: elaboração prática de cápsulas sólidas e óleo cápsulas para ingestão (ver opção presencial)	1h	3/6/24
AULA 36 Aula prática gravada vídeo	Oficina galénica circulatória e musculo esquelética: elaboração prática de um bálsamo tópico para dores musculares e articulares, gel circulatório para pernas pesadas, stick anti hematomas. (ver opção presencial)	19h30-22h30	10/6/24
37 Aula online Direto	Descodificação psicoemocional das doenças Relação causal(simbólica) entre os estados emocionais, as experiências traumáticas, as crenças limitativas e os padrões mentais na génese da doença física.	2h	17/6/24
38 Aula prática gravada vídeo	Oficina galénica dermatológica: elaboração prática de um creme diário para rosto de acordo com as necessidades específicas do tipo e estado de pele, talco para varicela e/ou sudorese excessiva e leite para tratamento de queimaduras e picadas de inseto. (ver opção presencial)	2h	24/6/24
39 Aula prática gravada vídeo	Oficina galénica vaginal: elaboração prática de um creme e óvulo para utilização intravaginal (ver opção presencial) Oficina galénica retal: elaboração prática de supositório anal para adulto e bebé – exemplos de aplicação prática (ver opção presencial)	2h	1/7/24
AULA 40 Aula vídeo - BÓNUS	Aromaterapia no cancro Exposição dos principais óleos essenciais avaliados em estudos científicos no tratamento preventivo do cancro e na ação inibitória da formação de células malignas. Abordagem da ação dos óleos essenciais nos cancros: mama, pele, próstata, estômago, fígado, pulmão, colo do útero, cérebro e cólon.	2h	8/7/24
AULA 41 Aula vídeo - BÓNUS	Aromaterapia nos cuidados paliativos: Protocolos de tratamento com óleos essenciais e óleos vegetais em: Dor ligeira, moderada e intensa; Úlceras de decúbito, escaras, feridas, radiodermites; Distúrbios circulatórios: edemas, estase venosa, hemorroidas	3h	

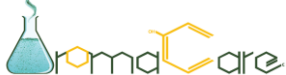
	Úlceras bucais, necrose bucal, hipossaliva, piorreia; Distúrbios digestivos: náuseas resultantes de quimioterapia, vômitos, diarreia, obstipação, oclusão intestinal Cistite, incontinência; Reforço da imunidade pós quimioterapia; Distúrbios psico-emocionais: angústia, ansiedade, insónias, depressão, acompanhamento em final de vida		
AULA 42 Aula online Direto	Esclarecimento de dúvidas Debate de casos práticos Cerimónia de encerramento do curso	19h30- 22h30	8/7/24

CRONOGRAMA GALÉNICAS REGIME PRESENCIAL OPCIONAL (Puro equilíbrio)

AULA	CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	HORÁRIO	DATAS
1	Oficina galénica respiratória: elaboração prática de spray nasal, spray garganta, xarope para a tosse e bálsamo respiratório	10h-18h	19/5/24
2	Oficina galénica circulatória e musculo esquelética: elaboração prática de um bálsamo tópico para dores musculares e articulares, gel circulatório para pernas pesadas Oficina galénica dermatológica: elaboração prática de um creme diário para rosto de acordo com as necessidades específicas do tipo e estado de pele, stick anti hematomas, talco para varicela e/ou sudorese excessiva e leite para tratamento de queimaduras e picadas de inseto.	10h-19h	16/6/24
3	Oficina galénica oral: elaboração prática de cápsulas sólidas e óleo cápsulas para ingestão Oficina galénica vaginal: elaboração prática de um creme e óvulo para utilização intravaginal Oficina galénica retal: elaboração prática de supositório anal para adulto e bebé – exemplos de aplicação prática	10h-18h	7/7/24
<p>NOTA: A turma presencial só poderá avançar com um nr mínimo de 8 inscritos, não podendo ultrapassar o número máximo de 12 inscritos. Dependendo do grau de adesão ao regime presencial, estamos na disposição de abrir mais turmas com outras datas. Cada inscrito levará para casa um exemplar de formulação feito em contexto prático de aula. A inscrição neste módulo presencial implica o pagamento extra de 140€.</p>			

SISTEMA DE AVALIAÇÃO

A avaliação é atribuída após a apresentação de um trabalho final individual baseado num estudo de caso escolhido pelo formando, pela elaboração de 4 fichas de trabalho e pela avaliação contínua baseada na presença obrigatória em 90% das aulas em direto.



APOIO DOCUMENTAL

O aluno terá disponível, via mail, os módulos em pdf de cada aula teórica e prática em video, bem como acesso às aulas em video e às gravações das aulas em directo durante o período de um ano.

CERTIFICAÇÃO

No final da formação será emitido um Certificado de Formação Profissional como previsto no SNQ – Sistema Nacional de Qualificações e Portaria nº 474 de 2010, de 08 junho registado na Plataforma SIGO – Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa

NOTA: Para inscrições e mais informações contatar o nr 910728803, o mail aromacare.maia@gmail.com ou o site www.aromacare.pt.