

# FORMAÇÃO ANUAL

**REFLEXOLOGIA**

**INTEGRADA**

207 HORAS | 10 MESES | 1 F.D. SEMANA POR MÊS

## BIOLOGIA HUMANA

> COMPREENSÃO DO FUNCIONAMENTO DO CORPO HUMANO.

## TEORIA DE REFLEXOLOGIA

> COMPREENSÃO DA HISTÓRIA E TEORIAS QUE EXPLICAM COMO E PORQUE FUNCIONA A REFLEXOLOGIA.

## PRÁTICA DA REFLEXOLOGIA

> APRENDIZAGEM DE TODAS AS TÉCNICAS E MÉTODOS NECESSÁRIAS AO PROFISSIONAL DE REFLEXOLOGIA PARA LIDAR COM AS MAIS VARIADAS CONDIÇÕES E PATOLOGIAS.

## SAÚDE HOLÍSTICA E MTC

> APROFUNDAMENTO DA INTEGRAÇÃO DA REFLEXOLOGIA NO CONCEITO HOLÍSTICO E COMPREENSÃO DA REFLEXOLOGIA À LUZ DOS PRINCÍPIOS FUNDAMENTAIS DA MEDICINA T. CHINESA

## TRATAMENTOS E ESTUDOS

### DE CASO

> COMPONENTE PRÁTICA QUE PERMITE AO FORMANDO OBSERVAR OS EFEITOS DA REFLEXOLOGIA NO DIA-A-DIA DOS CLIENTES.

## ORIENTAÇÃO TUTORIAL

> PERMITE FAZER O ACOMPANHAMENTO NA COMPREENSÃO, AQUISIÇÃO E APLICAÇÃO DOS CONHECIMENTOS TEÓRICOS E PRÁTICOS.

No final do Curso, será atribuído ao formando, que complete a formação com êxito, um certificado emitido pelo SNQ - SISTEMA NACIONAL DE QUALIFICAÇÕES, através do SIGO - SISTEMA DE INFORMAÇÃO E GESTÃO DA OFERTA EDUCATIVA E FORMATIVA, conforme previsto pela Portaria nº 474 de 2010. Este reconhecimento permite também que os nossos alunos possam apresentar o investimento feito nos nossos cursos como uma despesa dedutível no IRS.

CERTIFICADO PELA:



**DATAS**

OUTUBRO 2021 A JULHO 2022

**AULAS**

SÁBADOS E DOMINGOS

**HORÁRIOS**

10H00 ÀS 13H00 - 14H00 ÀS 18H30

**CURSO ANUAL 2021/2022**



## A Reflexologia Integrada

A Reflexologia é uma terapia que se baseia no princípio da existência de reflexos nos pés e mãos relacionados com todos os órgãos, glândulas e membros do corpo. Ao estimular estes reflexos, através de técnicas específicas, o terapeuta de Reflexologia irá ajudar o corpo nos vários processos homeostáticos (de equilíbrio).

A Reflexologia relaxa o corpo, a mente e o espírito, normaliza as funções corporais, melhora a circulação sanguínea e a comunicação nervosa e aumenta as capacidades do sistema imunitário.

Esta terapia assume-se, cada vez mais, como uma saída profissional pelo interesse terapêutico intrínseco e pela implementação que está a ter no mercado.

O Terapeuta de Reflexologia como profissional poderá exercer a sua atividade de forma autónoma na área da saúde holística e do bem-estar, em clínicas e outras unidades de cuidados de saúde, spas, hotéis, estâncias turísticas, centros de bem-estar e terapias, cabeleiros, centros de estética, e outros.







## Destinatários e Condições de Admissão





Este curso destina-se a activos (empregados ou desempregados), com idade superior a 18 anos, com interesse em tornar-se terapeutas profissionais de reflexologia integrada. Os grupos de formação são limitados ao número máximo de 12 formandos, dando seguimento às recomendações da RIEN - Reflexology in Europe Network.

## Objectivos Gerais

No final do curso os formandos deverão ser capazes de aplicar as várias técnicas terapêuticas relativas à prática da Reflexologia Integrada. Para além da terapia são ensinados ainda métodos específicos para que os formandos sejam terapeutas reconhecidos pelo público e poderem assim dedicar-se a tempo inteiro à sua nova atividade profissional.

## Sequência dos Módulos/Temáticas a Desenvolver

 <p><b>09 E 10 OUT.</b> SÁB. E DOM. 10H00 - 18H30</p>	<p><b>MÓDULO I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Introdução à Reflexologia;</li> <li>&gt; Conceito Holismo;</li> <li>&gt; Processo cura natural;</li> <li>&gt; Paradigma clássico vs novo paradigma das ciências;</li> <li>&gt; Terapias complementares;</li> <li>&gt; Teorias explicativas do funcionamento da Reflexologia;</li> <li>&gt; História da Reflexologia;</li> <li>&gt; Tratamento em Reflexologia e seus efeitos;</li> <li>&gt; Planos anatómicos e termos direcionais do corpo humano;</li> <li>&gt; Anatomia e biomecânica do pé;</li> <li>&gt; Divisões longitudinais e transversais do pé</li> <li>&gt; As cavidades do corpo humano;</li> <li>&gt; Técnicas de relaxamento dos pés.</li> </ul>	<p>20 Horas</p>
 <p><b>06 E 07 NOV.</b> SÁB. E DOM. 10H00 - 18H30</p>	<p><b>MÓDULO II</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Localização dos reflexos nos pés;</li> <li>&gt; Tratamento completo de Reflexologia;</li> <li>&gt; Técnicas de pressão utilizadas em Reflexologia;</li> <li>&gt; Biologia Humana – Níveis de Organização, Homeostasia e Sistema Tegumentar.</li> </ul>	<p>20 Horas</p>
 <p><b>11 E 12 DEZ.</b> SÁB. E DOM. 10H00 - 18H30</p>	<p><b>MÓDULO III</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Ficha de cliente;</li> <li>&gt; Observação e análise dos aspetos morfológicos dos pés;</li> <li>&gt; Patologias dos pés;</li> <li>&gt; Precauções em Reflexologia;</li> <li>&gt; Ética em Reflexologia;</li> <li>&gt; Biologia Humana – Sistema Nervoso;</li> <li>&gt; Práticas de Reflexologia.</li> </ul>	<p>20 Horas</p>
 <p><b>08 E 09 JAN.</b> SÁB. E DOM. 10H00 - 18H30</p>	<p><b>MÓDULO IV</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; A importância da respiração;</li> <li>&gt; Introdução ao ciclo respiratório dos 5 elementos – ciclo de stress;</li> <li>&gt; Princípios básicos de florais de Bach;</li> <li>&gt; Técnica metamórfica;</li> <li>&gt; Biologia Humana – Sistema endócrino;</li> <li>&gt; Elementos observáveis nos pés;</li> <li>&gt; Práticas de Reflexologia.</li> </ul>	<p>20 Horas</p>
 <p><b>05 E 06 FEV.</b> SÁB. E DOM. 10H00 - 18H30</p>	<p><b>MÓDULO V</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Princípios básicos de Aromoterapia;</li> <li>&gt; Introdução ao estudo de caso;</li> <li>&gt; Técnicas avançadas;</li> <li>&gt; Técnicas específicas para patologias do pé;</li> <li>&gt; Relação coluna, vértebras, nervo raquidiano e órgãos;</li> <li>&gt; Biologia Humana – Sistema Músculo-esquelético;</li> <li>&gt; Práticas de Reflexologia;</li> </ul>	<p>20 Horas</p>
 <p><b>05 E 06 MAR.</b> SÁB. E DOM. 10H00 - 18H30</p>	<p><b>MÓDULO VI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Introdução à MTC;</li> <li>&gt; Ciclo de respiração dos 5 movimentos;</li> <li>&gt; Relações públicas e marketing;</li> <li>&gt; Biologia Humana – Sistema Respiratório e Sistema Digestivo;</li> <li>&gt; Práticas de Reflexologia.</li> </ul>	<p>20 Horas</p>

 <b>02 E 03 ABR.</b> SÁB. E DOM. 10H00 - 18H30	<b>MÓDULO VII</b> > Observação dinâmica dos Pés; > Terapia reflexa intensiva; > Reflexologia sinérgica zonal; > Áreas homólogas de referência e reflexos cruzados; > Biologia Humana – Sistema Cardiovascular e Sangue; > Práticas de Reflexologia.	20 Horas
 <b>07 E 08 MAI.</b> SÁB. E DOM. 10H00 - 18H30	<b>MÓDULO VIII</b> > Os meridianos em reflexologia; > Anatomia da mão e localização dos reflexos; > Biologia Humana – Sistema Linfático e Imunitário; > Drenagem linfática em Reflexologia; > Práticas de Reflexologia.	20 Horas
 <b>04 E 05 JUN.</b> SÁB. E DOM. 10H00 - 18H30	<b>MÓDULO IX</b> > Tratamento de reflexologia nas mãos; > Nervos cranianos com prática, pés e mãos; > Lei de Hering; > Biologia Humana – Sistema Urinário e Reprodutor; > Práticas de reflexologia.	20 Horas
 <b>02, 03 E 24 JUL.</b> SÁB. E DOM. 10H00 - 18H30	<b>MÓDULO X</b> > Utilização do taco podal nos tratamentos de reflexologia; > Representação reflexológica dos dentes e fundamentos, pés e mãos; > Alimentação e estilos de vida; > Preparação trabalhos finais; > Biologia Humana – Fecundação e Embriogénese; > Práticas de reflexologia. > Exame final teórico; > Exames práticos.	27 Horas
<b>TOTAL</b>		<b>207 Horas</b>

### Orientação Tutorial (horário previsto: 13h00 às 19h00)

16 de Outubro	12 de Fevereiro	11 de Junho
13 de Novembro	12 de Março	09 de Julho
18 de Dezembro	09 de Abril	
15 de Janeiro	14 de Maio	

## Metodologias de Formação

O curso está estruturado com uma vertente bastante prática que permita que os formandos pratiquem a aplicação de um conjunto de conhecimentos e técnicas específicas associadas com a Reflexologia.

Para o efeito, a metodologia do curso será suportada essencialmente pelo:

- **Método expositivo**, na transmissão de conteúdos teóricos;
- **Método interrogativo**, no sentido de complementar a utilização do método expositivo e induzir a participação dos formandos;
- **Método demonstrativo**, na apresentação e treino dos tratamentos práticos, demonstração pelo formador e repetição pelos formandos;
- **Método ativo**, no sentido de mobilizar uma atitude participativa na abordagem das várias temáticas e operacionalizar as aprendizagens, através da realização de exercícios práticos para as práticas de reflexologia, estudos de caso, trabalhos e discussões em grupo e brainstorming, entre outras técnicas pedagógicas. Como parte do método ativo, os formandos realizam autonomamente, com posterior análise pelo formador, um conjunto de 60 tratamentos e 2 estudos de caso.

## Metodologias de Formação

O curso está estruturado com uma vertente bastante prática que permita que os formandos pratiquem a aplicação de um conjunto de conhecimentos e técnicas específicas associadas com a Reflexologia.

Para o efeito, a metodologia do curso será suportada essencialmente pelo:

- **Método expositivo**, na transmissão de conteúdos teóricos;
- **Método interrogativo**, no sentido de complementar a utilização do método expositivo e induzir a participação dos formandos;
- **Método demonstrativo**, na apresentação e treino dos tratamentos práticos, demonstração pelo formador e repetição pelos formandos;
- **Método ativo**, no sentido de mobilizar uma atitude participativa na abordagem das várias temáticas e operacionalizar as aprendizagens, através da realização de exercícios práticos para as práticas de reflexologia, estudos de caso, trabalhos e discussões em grupo e brainstorming, entre outras técnicas pedagógicas. Como parte do método ativo, os formandos realizam autonomamente, com posterior análise pelo formador, um conjunto de 60 tratamentos e 2 estudos de caso.

## Metodologias de Avaliação

A avaliação final dos formandos consiste nos seguintes pontos:

1. Avaliação formativa: 10% da avaliação final;
2. Fichas de cliente: 20% da avaliação final;
3. Estudos de caso: 30% da avaliação final;
4. Exame escrito: 20% da avaliação final;
5. Exame prático: 20% da avaliação final.

A avaliação final é traduzida na seguinte escala:

- 1 – Insuficiente;
- 2 – Suficiente;
- 3 – Bom;
- 4 – Muito Bom.

Para que o formando conclua o curso com aproveitamento deve registar uma avaliação final de pelo menos 2 – Suficiente no conjunto dos vários pontos de avaliação e deve registar uma assiduidade de pelo menos 85% do total de horas de formação.

De seguida apresentam-se características de cada momento:

1. A avaliação formativa é realizada através da observação dos seguintes critérios:

### Domínio dos conteúdos (peso de 85%):

- I) Descreve corretamente os conceitos básicos;
- II) Capacidade de aplicar os conhecimentos em casos práticos;
- III) Transferência/generalização dos conhecimentos a novas situações;
- IV) Capacidade de resolução de problemas.

### Participação (peso de 10%):

- I) Interesse pelos assuntos abordados;
- II) Grau de participação;
- III) Natureza das intervenções;
- IV) Disponibilidade para executar tarefas;
- V) Assiduidade;
- VI) Pontualidade.

### Relações interpessoais (peso de 5%):

- I) Capacidade de relacionamento;
- II) Desempenho no trabalho em equipa.

2. A avaliação das fichas de cliente passa pela análise dos seguintes critérios:

### Registo dos tratamentos (peso de 60%):

- I) Adequação das técnicas aplicadas ao cliente;
- II) Capacidade de sistematizar os aspetos mais relevantes na identificação dos desequilíbrios;
- III) Capacidade de registar o feedback do cliente;
- IV) Pertinência e adequação das sugestões.

### Observação do pé (peso de 30%):

- I) Capacidade de observar e registar as características do pé.

### Recolha de dados (peso de 5%):

- I) Objetividade e capacidade de síntese;

### Apresentação (peso de 5%):

- I) Apresentação geral;
- II) Grau de rigor no registo das características observadas no pé.

3. A avaliação dos estudos de caso passa pela análise dos seguintes critérios:

### Introdução (peso de 10%):

- I) Apresenta, de forma clara, articulada e sucinta os objetivos e motivações do estudo.

### Estrutura (peso de 75%):

- I) Registo dos tratamentos (peso de 50%), que inclui:
  - Adequação das técnicas aplicadas ao cliente;
  - Capacidade de sistematizar os aspetos mais relevantes na identificação dos desequilíbrios, capacidade de avaliar e registar o feedback do cliente;
  - Pertinência e adequação das sugestões.
- II) Observação do pé (peso de 10%), que inclui:
  - Capacidade de observar e registar com objetividade as características do pé.
- III) Recolha de dados (peso de 5%), que inclui:
  - Objetividade e capacidade de síntese;
- IV) Capacidade de análise (peso de 10%), que inclui

capacidade de analisar e registar a evolução da condição do cliente.

**Reflexão final (peso de 10%):**

I) Capacidade de avaliar e discutir o caso.

**Apresentação (peso de 5%):**

I) Apresentação geral;

II) Seguimento da estrutura apresentada.

**4.** A avaliação teórica através de exame escrito é feita da seguinte forma, numa escala de até 200 pontos, com equivalência à escala de 1 a 4 (acima descrita):

- Grupo I (peso de 50%);
- Grupo II (peso de 50%);
- Grupo III (peso de 30%);
- Grupo IV (peso de 15%);
- Grupo V (peso de 25%);
- Grupo VI (peso de 30%).

**5.** A avaliação prática através de exame prático é feita com base nos seguintes critérios:

- Postura (peso de 25%);
- Técnica (peso de 25%);
- Articulação da teoria com a prática (peso de 25%);
- Procedimentos de final de tratamento (peso de 25%).

## Objectivos Específicos

No final da ação de formação os formandos deverão ser capazes de:

- Reconhecer a importância dos reflexos na folha dos ossos do pé;
- Aplicar as técnicas de Reflexologia aprendidas;
- Indicar as patologias dos pés;
- Reconhecer a importância da ética e das precauções na Reflexologia;
- Identificar e observar os pés considerando os critérios apresentados;
- Fazer a ficha de cliente;
- Definir holismo;
- Indicar a origem dos florais de bach;
- Reconhecer os grupos emocionais e os remédios florais;
- Definir Ansiedade Funcional e Disfuncional;
- Reconhecer a Respiração Diafragmática e os seus benefícios;
- Identificar os órgãos e as emoções associadas ao stress e utilizar algumas técnicas de Chi Kung para a libertação do mesmo;
- Identificar os procedimentos associados à Técnica Metamórfica;
- Descrever o Sistema Endócrino com base nas glândulas, nas hormonas e nas patologias;
- Identificar os elementos constituintes do pé,

considerando as características de cada elemento, os desequilíbrios emocionais e relação entre os elementos e o seu significado;

- Definir Aromaterapia com base no uso de Óleos Essenciais;
- Identificar a estrutura, as funções e anatomia do Sistema Músculo-Esquelético;
- Reconhecer a importância da Relação da Coluna com os restantes órgãos;
- Reconhecer a importância da correta aplicação das técnicas de patologias dos pés e das técnicas avançadas em Reflexologia;
- Identificar o MTC e os seus componentes;
- Identificar os procedimentos de aplicação do ciclo respiratório do Stress;
- Indicar os componentes essenciais no Marketing e Publicidade;
- Reconhecer a importância do Marketing e Publicidade na Reflexologia;
- Identificar as principais funções e processo do Sistema Digestivo;
- Reconhecer a importância de desenhar os reflexos;
- Reconhecer a importância da leitura dos pés, a observação primária e as cavidades na componente mental/emocional;
- Reconhecer a importância das áreas homologas de referência e os reflexos cruzados;
- Identificar os estados de desequilíbrio dos pés;
- Identificar os estados patológicos dos pés;
- Reconhecer a importância dos meridianos na Reflexologia;
- Reconhecer a importância do Sistema Linfático;
- Reconhecer a importância do Sistema Imunitário;
- Identificar as funções, a anatomia e os termos direccionais da mão;
- Identificar quais os nervos cranianos e desenhar na folha óssea e pés;
- Aplicar as técnicas de reflexologia aprendidas nas mãos corretamente;
- Reconhecer a importância do Sistema Urinário;
- Identificar os conceitos associados ao Sistema Reprodutor;
- Reconhecer a importância da Lei de Hering;
- Reconhecer os tipos de alimentação;
- Indicar a importância da representação reflexológica dos dentes;
- Reconhecer o Taco Podal;
- Identificar a importância da representação reflexológica dos dentes e fundamentos, pés e mãos;
- Reconhecer o impacto da alimentação e dos estilos de vida na Reflexologia;
- Identificar as condições de fecundação, os fatores hormonais e mecânicos e as técnicas de PMA disponíveis na sociedade.

► [continuação]

## Modalidades de Formação

Formação contínua.

## Formas de Organização

Formação presencial.

## Espaços e Requisitos Logísticos

Formação Teórica e Prática:

Sala com boa luminosidade, ventilação, temperatura e isolada de ruídos perturbadores ao bom funcionamento da ação de formação;

Sala com possibilidade de ser escurecida, no sentido de realizar-se a visualização de projeções;

Espaço equipado com todos os recursos didáticos e materiais necessários para a componente prática;

Mobiliário que respeite as regras de ergonomia dos formadores e dos formandos;

Espaço amplo o suficiente para permitir a concretização de exercícios práticos e dinâmicas de grupo.

## Recursos Materiais e Pedagógicos

Os recursos a utilizar serão

- Computador;
- Videoprojector ;
- Tela de projecção;
- Quadro branco;
- Marcadores.

Outros materiais específicos:

- Toalhetes;
- Creme Hidratante;
- Taco Podal;
- Cadeira Lafuma;
- Cadeiras com rodas;
- Esquelete humano;
- Modelo anatómico de órgãos internos;
- Pé ósseo;
- Posters.

No IRIL há sempre material para todos os formandos poderem praticar em simultâneo. Para além disso, os formandos poderão adquirir o seu próprio equipamento a preços muito competitivos.

**Materiais pedagógicos:**

No decorrer do curso, será igualmente facultado aos formandos um conjunto de outros suportes de apoio, nomeadamente, sebenta, livro Biologia Humana, mapa de reflexologia, apresentações e instrumentos de experimentação e consolidação, considerados

fundamentais para o desenvolvimento das aprendizagens no âmbito do presente curso. Como documentação de apoio a entregar pelo formador ao formando, estes suportes visam dotar os participantes com os conhecimentos necessários inerentes ao desempenho das suas funções enquanto especialistas da área de Reflexologia Integrada.

## Investimento

> **Curso completo (pronto pagamento)**

**1.300€** (desconto 100€)

**150€** de inscrição

> **Curso completo (mensalidades)**

**150€** de inscrição

**135€** x 9 mensalidades

**185€** a última mensalidade

No valor do curso está já incluído todo o material necessário, incluindo:

- Sebenta;
- Biologia Humana - livro didático;
- Mapa de reflexologia (A4).

## Workshop de Reflexologia

Se um formando desejar conhecer melhor a Reflexologia Integrada que é ensinada pelo IRIL, antes de se inscrever no curso, poderá realizar um workshop de Reflexologia Integrada, disponíveis no IRIL, o qual será uma introdução do curso. O valor do **workshop é de apenas 65€**, e caso o formando decida inscrever-se no curso, **o valor do workshop será descontado do valor da inscrição**.



## Os Nossos Contatos

(+351) 919 845 184

leiria@institutoreflexologia.com

www.institutoreflexologia.com