

## KARTA PRZEDMIOTU

Wydział Nauk o Zdrowiu  
Kierunek studiów: Kosmetologia  
Forma studiów: niestacjonarne  
Stopień studiów: licencjackie  
Specjalności: Bez specjalności  
Rok akademicki: 2023/2024

NAZWA PRZEDMIOTU	
NAZWA PRZEDMIOTU	Kosmetologia pielęgnacyjna
LICZBA PUNKTÓW ECTS	23
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
PROWADZĄCY	Dr n med. Magdalena Jurzak
OSOBA ODPOWIEDZIALNA	Dr n med. Magdalena Jurzak
LICZBA GODZIN	
WYKŁADY	45
SEMINARIA	0
ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	135
CELE PRZEDMIOTU	
CEL 1	Przygotowanie teoretyczne i praktyczne do wykonywania kosmetycznych zabiegów pielęgnacyjnych w placówkach świadczących pełny asortyment usług z zakresu kosmetologii.
MW1	Student definiuje terminologię stosowaną w kosmetologii i charakteryzuje budowę i fizjologię skóry i jej przydatków oraz wpływ czynników endogennych i egzogennych na prawidłową budowę, funkcjonowanie i wygląd skóry. (EUK6_W1, EUK6_W2, EUK6_W4)
MW2	Student charakteryzuje rodzaje cery oraz składniki czynne kosmetyków stosowanych w pielęgnacji poszczególnych rodzajów cery w zależności od stanu skóry. (EUK6_W3, EUK6_W4)
MW3	Student definiuje, charakteryzuje i rozróżnia składniki czynne kosmetyków oraz wskazuje kosmetyki i ich kategorie zgodnie z przeznaczeniem i rozpoznaniem rodzaju cery i stanu skóry. (EUK6_W1, EUK6_W4, EUK6_W6)
MW4	Student charakteryzuje rodzaje zabiegów kosmetycznych pielęgnacyjnych wykonywanych z zastosowaniem specjalistycznego sprzętu i aparatury. (EUK6_W4, EUK6_W6)

NAZWA PRZEDMIOTU	
MU1	Student rozpoznaje rodzaje cery i stany skóry oraz jej przydatków. (EUK6_U1)
MU2	Planuje rodzaje zabiegów kosmetycznych pielęgnacyjnych oraz prawidłowo stosuje kosmetyki zgodnie z ich składem i przeznaczeniem. (EUK6_U1, EUK6_U2, EUK6_U3)
MU3	Wykonuje zabiegi z zakresu kosmetologii pielęgnacyjnej z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań. (EUK6_U1, EUK6_U2, EUK6_U3, EUK6_U6, EUK6_U7)
MK1	Wykazuje prawidłową postawę kosmetologa okazując szacunek klientowi, zapewniając pełen komfort psychiczny i fizjonomiczny podczas wykonywania zabiegów kosmetycznych. Skutecznie i taktownie komunikuje się z klientami. (EUK6_KS1, EUK6_KS2, EUK6_KS3, EUK6_KS4, EUK6_KS5)
WYMAGANIA WSTĘPNE <sup>1</sup>	
Znajomość podstaw biologii, chemii oraz fizjologii człowieka.	
TREŚCI PROGRAMOWE	SZCZEGÓŁOWY OPIS BLOKÓW TEMATYCZNYCH
WYKŁAD 1	Ogólna budowa skóry, z uwzględnieniem przydatków. Funkcje bierne i aktywne skóry. Cechy prawidłowej skóry. Podstawowe zasady pielęgnacji skóry. Keratynizacja.
WYKŁAD 2	Rodzaje cery (normalna, sucha, tłusta, mieszana) - cechy charakterystyczne, rozpoznanie, przyczyny powstawania, zalecenia pielęgnacyjne. Cery: naczyniowa, wrażliwa, odwodniona - cechy charakterystyczne, rozpoznanie, przyczyny powstawania, zalecenia pielęgnacyjne.
WYKŁAD 3	Czynniki wpływające na barwę skóry, klasyfikacja barwy skóry, melanogeneza, funkcje melanin. Fototypy skóry wg klasyfikacji Fitzpatricka. Czynniki regulujące melanogenezę.
WYKŁAD 4	Starzenie wewnątrzpochodne skóry. Charakterystyczne objawy kliniczne.
WYKŁAD 5	Właściwości fizykochemiczne zakresów promieniowania ultrafioletowego. Skutki biologiczne oddziaływania promieniowania słonecznego na skórę. Starzenie zewnętrzne skóry – charakterystyczne objawy kliniczne. Ochrona przeciwsłoneczna.
WYKŁAD 6	Cera dojrzała - cechy charakterystyczne, rozpoznanie, przyczyny powstawania, zalecenia pielęgnacyjne. Substancje stosowane, jako składniki czynne kosmetyków przeznaczonych dla cery dojrzałej.
WYKŁAD 7	Przenikanie przez skórę.
WYKŁAD 8	Skóra, jako narząd hormonozależny. Skórne objawy zaburzeń hormonalnych.
WYKŁAD 9	Pielęgnacja włosów.

<b>NAZWA PRZEDMIOTU</b>	
<b>WYKŁAD 10</b>	Nadmierne pocenie – składniki czynne dezodorantów i antyperspirantów, mechanizmy działania. Zabiegi gabinetowe stosowane w redukcji miejscowej nadmiernej potliwości.
<b>WYKŁAD 11</b>	Kosmetyczne metody zapobiegania postępowi zmian w przebiegu przewlekłej niewydolności żylniej. Pielęgnacja skóry i stóp u diabetyków.
<b>WYKŁAD 12</b>	Najczęstsze zmiany skórne powstające w czasie ciąży. Zabiegi kosmetyczne i substancje czynne kosmetyków przeciwwskazane w czasie ciąży. Zabiegi gabinetowe dla kobiet w ciąży.
<b>WYKŁAD 13</b>	Pielęgnacja jamy ustnej, z uwzględnieniem kosmetyków (m.in. pasty do zębów, płyny dezynfekujące, płyny wybielające) oraz metod fizykalnych.
<b>WYKŁAD 14</b>	Skóra mężczyzny. Różnice w budowie skóry mężczyzny i kobiety. Najczęstsze problemy skórne u mężczyzn. Zasady pielęgnacji domowej i gabinetowej cery męskiej.
<b>WYKŁAD 15</b>	Pielęgnacja skóry z atopowym zapaleniem skóry (AZS). Pielęgnacja skóry trądzikowej. Pielęgnacja skóry z łuszczycą. Dobór kosmetyków i zabiegów pielęgnacyjnych w zależności od fazy choroby.
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 1</b>	Regulamin pracy oraz przepisy BHP. Wyposażenie i organizacja pracy w gabinecie kosmetycznym. Specyfika pracy w gabinecie kosmetycznym i odpowiedzialność w zawodzie kosmetyka. Procedury higieny i dekontaminacji w gabinecie kosmetycznym.
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 2</b>	Typy cer i zasady ich pielęgnacji. Wizerunek, cechy i etyka zawodu kosmetyka. Warunki przystąpienia do zabiegu kosmetycznego. Zasady prowadzenia dokumentacji zabiegów kosmetycznych. Wywiad i diagnostyka kosmetyczna skóry, rozpoznawanie poszczególnych rodzajów cer. Demakijaż okolic oczu, twarzy, szyi i dekoltu – wprowadzenie. Rodzaje preparatów stosowanych w demakijażu. Metodyka przygotowania skóry do diagnostyki kosmetycznej i zabiegów.
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 3</b>	Demakijaż okolic oczu, twarzy, szyi i dekoltu. Dobór kosmetyków pielęgnacyjnych to typu cery. Produkty kosmetyczne stosowane w demakijażu i oczyszczaniu skóry.
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 4</b>	Peelingi kosmetyczne stosowane w pielęgnacji twarzy, szyi i dekoltu. Kosmetyczne preparaty pielęgnacyjne stosowane w kosmetycznym złuszczeniu naskórka. Cel, wskazania i przeciwwskazania do zastosowania peelingów kosmetycznych. Dobór kosmetycznego preparatu złuszczającego w pielęgnacji różnych rodzajów cery.
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 5</b>	Masaż kosmetyczny twarzy, szyi i dekoltu. Techniki masażu. Preparaty kosmetyczne stosowane w masażu twarzy, szyi i dekoltu. Cel, wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu kosmetycznego.
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 6</b>	Maski kosmetyczne stosowane w pielęgnacji twarzy, szyi i dekoltu. Cel, wskazania i przeciwwskazania do stosowania masek kosmetycznych. Dobór maski kosmetycznej do pielęgnacji różnych rodzajów cery. Przygotowanie, nakładanie i zdejmowanie masek.
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 7</b>	Zabieg pielęgnacyjny cery normalnej i suchej z peelingiem, masażem i maską. Charakterystyka i diagnostyka skóry normalnej, suchej i odwodnionej. Cel, wskazania i przeciwwskazania do pielęgnacji skóry normalnej, suchej i odwodnionej. Preparaty kosmetyczne stosowane do pielęgnacji skóry normalnej, suchej i odwodnionej.

## NAZWA PRZEDMIOTU

<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 8</b>	<p>Pielęgnacja oczu i upiększanie ich oprawy. Preparaty stosowane do pielęgnacji okolic oczu oraz brwi i rzęs. Preparaty i akcesoria do farbowania brwi i rzęs</p> <p>Cel, wskazania i przeciwwskazania do farbowania brwi i rzęs. Test uczuleniowy na hennę.</p>
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 9</b>	<p>Pielęgnacja dłoni i paznokci – wprowadzenie. Podstawowe wiadomości o pielęgnacji dłoni i paznokci (manicure). Cel, wskazania i przeciwwskazania do pielęgnacji dłoni w gabinecie kosmetycznym. Preparaty, akcesoria i narzędzia używane podczas manicure. Przygotowanie stanowiska pracy do zabiegów pielęgnacyjnych dłoni. Procedury higieny podczas zabiegów pielęgnacyjnych dłoni. Podstawowe wiadomości o ozdabianiu paznokci.</p>
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 10</b>	<p>Zabieg regenerujący dłonie z masażem i kąpielą parafinową dłoni. Podstawowe wiadomości o masażu dłoni, technikach masażu i ćwiczeń biernych. Preparaty kosmetyczne, akcesoria i urządzenia niezbędne do przeprowadzenia zabiegu. Cel, wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu i zabiegu parafinowego na dłonie.</p>
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 11</b>	<p>Pielęgnacja stóp – wprowadzenie. Podstawowe wiadomości o pielęgnacji stóp i paznokci (pedicure). Cel, wskazania i przeciwwskazania do pielęgnacji stóp w gabinecie kosmetycznym. Cel, wskazania i przeciwwskazania do usuwania zrogowaceń, modzeli, nagniotków. Preparaty, akcesoria i narzędzia używane podczas pedicure. Przygotowanie stanowiska pracy do zabiegów pielęgnacyjnych stóp. Procedury higieny podczas zabiegów pielęgnacyjnych stóp</p>
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 12</b>	<p>Pedicure z usuwaniem zrogowaciego naskórka. Technika wykonania pedicure z zastosowaniem narzędzi i aparatury.</p>
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 13</b>	<p>Zabieg regenerujący stopy z masażem i kąpielą parafinową stóp. Podstawowe wiadomości o masażu stóp, techniki masażu i ćwiczeń biernych. Cel, wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu i zabiegu parafinowego na stopy.</p>
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 14</b>	<p>Podstawy specjalistycznej pielęgnacji stóp. Zapobieganie powstawaniu wrastających paznokci. Postępowanie w przypadku podejrzenia chorób zakaźnych skóry i paznokci stóp. Specjalistyczne metody usuwania modzeli i nagniotków. Specjalistyczna pielęgnacja stóp diabetyków i osób z przewlekłą niewydolnością żylną.</p>
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 15</b>	<p>Metody usuwania zbędnego owłosienia. Rodzaje depilacji. Cel, wskazania i przeciwwskazania do zabiegów depilacji. Przygotowanie do zabiegu i postępowanie po jego wykonaniu. Preparaty, akcesoria i urządzenia stosowane podczas depilacji woskiem.</p>
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 16</b>	<p>Pielęgnacja skóry tłustej i mieszanej. Charakterystyka i diagnostyka skóry tłustej i mieszanej. Cel, wskazania i przeciwwskazania do pielęgnacji skóry tłustej i mieszanej. Preparaty kosmetyczne stosowane do pielęgnacji skóry tłustej i mieszanej.</p>
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 17</b>	<p>Pielęgnacja skóry tłustej i mieszanej. Zastosowanie masek ziołowych i gliniek w pielęgnacji cery. Cel, wskazania i przeciwwskazania do zabiegu oczyszczania manualnego z waponizacją i darsonwalizacją.</p>
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 18</b>	<p>Higieniczne oczyszczanie cery. Wykonanie zabiegu oczyszczająco-normalizującego z oczyszczaniem manualnym.</p>

<b>NAZWA PRZEDMIOTU</b>	
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 19</b>	Pielęgnacja skóry wrażliwej. Charakterystyka i diagnostyka skóry wrażliwej. Cel, wskazania i przeciwwskazania do pielęgnacji skóry wrażliwej. Preparaty kosmetyczne stosowane do pielęgnacji skóry wrażliwej.
<b>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE 20</b>	Pielęgnacja skóry naczyniowej. Charakterystyka i diagnostyka skóry naczyniowej. Metody usuwania zmian naczyniowych w kosmetologii. Cel, wskazania i przeciwwskazania do pielęgnacji skóry naczyniowej. Preparaty kosmetyczne stosowane do pielęgnacji skóry naczyniowej.
<b>METODY DYDAKTYCZNE<sup>2</sup></b>	
<b>M1</b>	Wykład
<b>M2</b>	Dyskusja
<b>M3</b>	Zajęcia praktyczne
<b>NAKŁAD PRACY STUDENTA<sup>3</sup></b>	
<b>GODZINY KONTAKTOWE Z NAUCZYCIELEM AKADEMICKIM</b>	180
<b>GODZINY BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA AKADEMICKIEGO</b>	395
<b>SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU</b>	575
<b>REGULAMIN ZAJĘĆ I WARUNKI ZALICZENIA</b>	
Wszystkie zajęcia są obowiązkowe.	
<b>METODY OCENY POSTĘPU STUDENTÓW</b>	
<b>W ZAKRESIE WIEDZY<sup>4</sup></b>	Sprawdzian pisemny – pytania otwarte
<b>W ZAKRESIE UMIEJĘTNOŚCI<sup>5</sup></b>	Obserwacja, zaliczenie praktyczne
<b>W ZAKRESIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH<sup>6</sup></b>	Obserwacja
<b>SPRAWDZIANY KSZTAŁTUJĄCE<sup>7</sup></b>	Brak
<b>SPRAWDZIANY PODSUMOWUJĄCE<sup>8</sup> (I i II termin)</b>	Zaliczenie końcowe I termin – pytania zamknięte Zaliczenie końcowe II termin – pytania zamknięte
<b>KRYTERIA EGZAMINU/ ZALICZENIA Z OCENĄ</b>	
<b>NA OCENĘ 3,0</b>	zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na minimalnym wymaganym poziomie (od 55% do 64% poprawnych odpowiedzi)

NAZWA PRZEDMIOTU	
NA OCENĘ 3,5	zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na średnim wymaganym poziomie (od 65% do 74% poprawnych odpowiedzi)
NA OCENĘ 4,0	zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na wymaganym poziomie (od 75% do 84% poprawnych odpowiedzi)
NA OCENĘ 4,5	zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte i w niewielkim stopniu przekraczają wymagany poziom (od 85% do 94% poprawnych odpowiedzi)
NA OCENĘ 5,0	zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte i znacznym stopniu przekraczają wymagany poziom (od 95% do 100% poprawnych odpowiedzi)
LITERATURA OBOWIĄZKOWA	
<p>[1] Noszczyk M. Kosmetologia pielęgnacyjna i lekarska. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa 2010. Wydanie I.</p> <p>[2] Martini M. C. Kosmetologia i farmakologia skóry. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa 2007.</p> <p>[3] Peters I.B. Kosmetyka. Wydawnictwo REA. Warszawa 2002.</p> <p>[4] Kasprzak W., Mańkowska A. Fizjoterapia w kosmetologii i medycynie estetycznej. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa 2010.</p> <p>[5] Schaschner K., Jankowiak W. Zabiegi pielęgnacyjne dłoni i stóp. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa 2014. Wydanie I.</p> <p>[6] Wilk-Jędrusik M., Kuczyński S. Podstawy kosmetologii praktycznej. Poznań, Uniwersytet Medyczny w Poznaniu 2013.</p>	
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA	
<p>[1] Jaroszewska B. Kosmetologia. Wydawnictwo Atena, Warszawa 2010.</p> <p>[2] Drygas B., Mrozowska M., Szpindor R. Twarz, szyja, dekolt. Kosmetyka pielęgnacyjna i upiększająca. Wydawnictwo Nowa Era, Warszawa 2014.</p> <p>[3] Drygas B., Mrozowska M., Pióro M., Szpindor R. Dłonie, stopy, ciało. Kosmetyka pielęgnacyjna i upiększająca. Część I. Wydawnictwo Nowa Era, Warszawa 2014.</p> <p>[4] Drygas B., Mrozowska M., Pióro M., Szpindor R. Dłonie, stopy, ciało. Kosmetyka pielęgnacyjna i upiększająca. Część II. Wydawnictwo Nowa Era. Warszawa 2014.</p> <p>[5] Dylewska-Grzelakowska J. Kosmetyka stosowana. Warszawa, WSiP Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 2009.</p> <p>[6] Dylewska-Grzelakowska J. Zabiegi pielęgnacyjne twarzy, szyi i dekoltu. Warszawa, WSiP Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 2013.</p> <p>[7] Dylewska-Grzelakowska J. Zabiegi pielęgnacyjne i upiększające dłoni i stóp. Warszawa, WSiP Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 2013.</p>	

<sup>1</sup> **W warunkach wstępnych** proszę nie wymieniać konieczności zaliczenia określonych przedmiotów, tylko uprzednio osiągnięte efekty uczenia, które są oczekiwane. (student zna anatomię, potrafi rozpoznać określone struktury w obrazach Rtg czy Usg, a nie student zdał egzamin z Przestrzennej budowy ciała, albo z Podstaw diagnozowania obrazowego.

<sup>2</sup> **Wpisać metody dydaktyczne** np. Wykład, Konwersatorium, Dyskusja, Ćwiczenie laboratoryjne, Prezentacja multimedialna, Rozwiązywanie zadań, Metody e-learningowe, Analiza przypadku, Burza mózgów, Nauczanie przy łóżku chorego, Zajęcia praktyczne, Ćwiczenia komputerowe.

<sup>3</sup> Przy **Nakładzie pracy** studenta należy zwrócić uwagę na to, aby łączna liczba godzin (z Nauczycielem i bez) odpowiadała liczbie punktów ECTS, przy założeniu, że 1 punkt ECTS = 25-30 godzin.

<sup>4</sup> Sprawdziany **w zakresie wiedzy** to test wielokrotnego wyboru, sprawdzian pisemny złożony z pytań otwartych (ilu), sprawdzian ustny

---

<sup>5</sup> Sprawdziany **w zakresie umiejętności** to: demonstracja umiejętności (egzamin praktyczny, zaliczenie w formie Mini-Cex, a także opracowanie Historii choroby)

<sup>6</sup> Możliwa ocena **kompetencji społecznych** to: aktywność na zajęciach, obserwacja zachowania wobec pacjentów, kolegów, ocena pracy w grupie.

**<sup>5,6,7</sup> Oczywiście nie wszystkie te sposoby muszą być zastosowane na każdym kursie.**

<sup>7</sup> Sprawdziany kształtujące np. kolokwia, prace śródsemestralne.

<sup>8</sup> Sprawdziany podsumowujące np. egzamin, zaliczenie końcowe. Uwzględnić sposób oceny w drugim terminie.