

# COACHING EM ESTÉTICA



## COACHING EM ESTÉTICA E COSMÉTICA

Coaching é uma assessoria pessoal e profissional que visa potencializar o nível de resultados positivos nas diversas áreas da vida de um cliente, um grupo ou uma empresa.

O Processo de Coaching leva as pessoas a buscarem novos entendimentos, alternativas e opções capazes de faze-las ampliar suas realizações e conquistas. Esse processo pode ser focado no aumento de performance ou em mudança, transformação e aprendizado.

O coaching é um processo que envolve o diálogo entre o Coach e o Coachee (cliente), diálogo que tem como objetivo levar o coachee a encontrar mais satisfação e elevar a sua performance. Isso é obtido por meio de procedimentos específicos e acompanhamento contínuo, até que a pessoa atinja uma determinada meta ou certo objetivo.

Os benefícios do coaching são:

Do ponto de vista Individual: Autoconhecimento, autoestima, autoconfiança, qualidade de vida, aprimoramento dos relacionamentos e da comunicação interpessoal, capacidade de modificar comportamentos improdutivos, proatividade, motivação, gerenciamento do tempo e organização de rotina. Estes benefícios incentivam o indivíduo a assumir o controle de sua vida.

Do ponto de vista Profissional: Maior satisfação com o trabalho, aumento dos resultados financeiros, redução de conflitos, melhor comunicação e relacionamento, foco, ação e resultados, maior competitividade, comprometimento e produtividade.

## MERCADO DE TRABALHO

Atuar em uma carreira rentável e bem sucedida.

Adquirir ou potencializar habilidades de liderança.

Ter mais autoconhecimento e confiança.

Conquistar relacionamentos mais saudáveis e duradouros.

### Panorama de Mercado

“A distância entre o sonho e a realidade chama-se disciplina.” (Bernardinho)

Você quer ampliar suas realizações e, ainda, atuar na profissão que mais cresce no mundo? Saiba que, independentemente do seu sonho, meta ou objetivo.

Coaching em Estética é um treinamento que utiliza uma metodologia completa, testada e validada cientificamente, capaz de transformar a sua vida e levá-lo a descobrir, acessar e desenvolver todo o seu potencial para gerar mais resultados e realizações.

A pergunta que se faz e se responde é: seria possível o uso das ferramentas do Coaching voltado, exclusivamente, para a estética? A resposta não poderia ser outra a não ser sim. O Coaching seria um Santo Milagreiro? Claro que não, embora as técnicas empregadas sejam de alto poder construtivo. O conceito de beleza é tão relativo quanto oscilante e às vezes fica estagnado, escondido, sepultado, sem que a pessoa tenha atitude, coragem, força para desenvolver esse lado tão harmonioso e que compõe a natureza divina e humana.

Até a proporção áurea já está sendo contestada, imagine o conceito de beleza ser matematicamente composto. O Coaching pode derrubar essa e outras teorias de estética ou beleza. Mas, onde estaria o belo? Nos olhos de quem o vê? No interior das pessoas?

Isso tudo é muito interessante filosoficamente, mas na prática queremos estar bem aos olhos de todos, queremos ser admirados e elogiados e sofremos quando isso não ocorre. É preciso rever conceitos e reformular outros. Cada pessoa tem a sua própria proporção áurea, exclusiva, personalíssima, sendo absolutamente possível encontrá-la e fazer com outras pessoas também a

admirem.

O Coaching possui ferramentas para identificar e superar esses problemas e bloqueios e faz com que a pessoa alcance mais que a beleza interior, aquela efetivamente almejada, com resultados reais e comprovados.

Mas atenção, Coaching está na moda e isso traz para o mercado de trabalho, nesse setor, profissionais aventureiros, sem uma formação séria e capaz de efetivamente transformar pessoas. Então, ao invés da pessoa alcançar progressos poderá piorar e ter muitos transtornos. Antes de contratar os serviços de um Coach é preciso pesquisar e muito, até mesmo pela própria aparência do mesmo, pois um Coach que não cuida da sua imagem pessoal não será capaz de cuidar da de ninguém.

O Coaching na Estética é capaz de trazer revelações surpreendentes que o próprio Coachee desconhecia, e assim poderá ser trabalhada sua própria individualidade, sabendo-se que todos os seres são diferentes entre si. É necessário encontrar a nossa beleza dentro do universo que compomos. Então, não espere mais e seja feliz com sua escolha.

## TENDÊNCIAS DE TRATAMENTOS ESTÉTICOS

### 1. Laser

O laser sempre foi e sempre será uma das maiores tendências de tratamentos estéticos no mundo todo. Ano após ano, surgem novos tratamentos feitos com laser, e os antigos se tornam cada vez mais eficazes. O procedimento mais popular é a depilação, mas o laser também pode ser usado como rejuvenescedor, tratar manchas, rugas e até acne.

#### Depilação a laser

A depilação a laser nunca sai de moda, já que é um dos tratamentos que oferecem melhores resultados para quem quer se livrar dos pelos de forma duradoura. A depilação pode ser feita em qualquer parte do corpo tanto de mulheres quanto de homens, e são necessárias algumas sessões (cerca de 10) para que os resultados sejam satisfatórios.

#### Rejuvenescimento

Outro tratamento com laser muito eficaz, mas não tão comum, tem como objetivo rejuvenescer a pele. Esse tratamento estimula a produção de colágeno, fazendo com que a pele fique mais firme e combatendo a flacidez. Ele também é muito indicado para quem tem manchas na pele e pequenos vasinhos.

## 2. Ultracavitação

O princípio da ultracavitação é bem simples: ele estimula a formação de microbolhas de gás perto das membranas de gordura do corpo. Um ultrassom de alta ou baixa frequência faz com que essas bolhas comecem a vibrar até se romperem, fazendo com que as membranas adiposas se fragmentem.

Essa quebra da gordura faz com que ela seja mais facilmente eliminada e diminui a espessura da camada adiposa. Esse procedimento pode ser realizado em qualquer área do corpo que tenha no mínimo 1,5 cm de camada de gordura.

## 3. Radiofrequênci

A radiofrequência é um tratamento rejuvenescedor que reduz a flacidez da pele. O procedimento atua nos fibroblastos e estimula a produção de colágeno e fibras elásticas, fazendo com que a pele se torne mais firme.

O tratamento é indicado para quem ainda não tem uma flacidez muito acentuada. Além de rejuvenescer e reduzir consideravelmente as rugas, a radiofrequência também ajuda a reduzir a celulite e marcas de cicatrizes de acne e estrias.

Além dos benefícios citados, a radiofrequência melhora o metabolismo e ajuda a diminuir o triglicérides, aumentando a difusão de nutrientes no corpo. Ou seja, além de te deixar mais bonita, esse é um tratamento que pode te deixar mais saudável.

## 4. Microdermoabrasão

O nome pode parecer difícil, mas com certeza você já ouviu falar desse procedimento sob nomes. A microdermoabrasão nada mais é que o famoso peeling, seja de cristal ou de diamante.

É uma esfoliação bem profunda feita com equipamentos específicos, e seus objetivos são reduzir a acne e a oleosidade, hidratar a pele, deixá-la com uma textura mais saudável e reduzir manchas. Também é um excelente tratamento para quem quer se livrar dos cravos e limpar os poros entupidos.

Além disso, a microdermoabrasão remove as células mortas e estimula a produção do colágeno, deixando a pele mais bonita e mais firme. A principal diferença entre os peelings é que o de diamante é mais leve, indicado para

peles mais jovem e sensíveis, enquanto o de cristal é recomendado para peles mais envelhecidas ou que precisem de uma esfoliação um pouco mais agressiva.

#### 5. Acleara

Para quem sofre com a acne, a tendência para 2017 é o tratamento Acleara, que faz uma limpeza profunda nos poros por meio de luz pulsada e succção. Seu objetivo é remover cravos, retirar o sebo da pele, matar as bactérias responsáveis pelo surgimento da acne, além de secar as inflamações que causam dor e deixam marcas na pele.

É um tratamento rápido, indicado para quem tem acne de leve a moderada. O Acleara ajuda no controle da oleosidade e minimiza as glândulas sebáceas, fazendo com que as chances de surgimento de acne sejam menores após o tratamento.

O efeito do tratamento dura em média seis meses, e ele pode ser feito mesmo por quem faz outros tratamentos para acne, inclusive com ácidos.

#### 6. Emerge

Outro tratamento rejuvenescedor, mas com foco em acabar principalmente com as estrias, é o Emerge. O procedimento consiste em um laser fracionado que causa microdanos na derme, que, para se recuperar, forma um novo tecido e aumenta a produção de colágeno, fazendo com que a pele fique mais jovem.

É um tratamento ideal para tratar as estrias vermelhas, que são as mais recentes, mas também oferece resultados eficazes para as estrias brancas. A grande vantagem é que esse é um laser mais suave e não agride a pele.

#### 7. Ulthera

O Ulthera também é um tratamento para diminuir a flacidez da pele por meio da estimulação do colágeno. Ele é um ultrassom microfocado, que consegue atingir as camadas mais profundas da pele, fazendo com que o tecido se contraia e deixe a pele mais firme.

É um tratamento que pode ser aplicado em todo o rosto – inclusive nas pálpebras –, além de pescoço, barriga, braços, pernas. Em qualquer parte do corpo que esteja começando a ficar mais flácida, o Ulthera oferece excelentes resultados!

Para 2017 não faltam tendências de tratamentos estéticos, mas é importante lembrar que todos esses procedimentos devem ser feitos por profissionais capacitados e experientes, não só para que você alcance melhores resultados, mas para que sua saúde não corra riscos.