

# Programa formativo de estética y wellness



Centro de  
Formación

# «Saca lo mejor de cada persona, restableciendo su equilibrio con técnicas manuales y naturales»

## Inicio

Octubre 2024.

## Duración

9 / 10 meses de octubre a junio/julio (la finalización dependerá de los días de inicio seleccionadas de cada asignatura).

## Modalidad

En grupo de sábados, o bien en grupo semanal, especialmente en lunes. Algunas asignaturas optativas se pueden cursar en modalidad online (consultar disponibilidad de cada asignatura).

## Acceso a los estudios

Actualmente, las formaciones en terapias naturales y manuales no están reguladas por el Ministerio de Educación, y por eso el acceso que se exige a los estudiantes es de ESO o equivalente.

## ¿A quién está dirigido este programa?

Este programa está desarrollado para aquellas personas interesadas en el wellness y la estética, que deseen ser actores claves en el bienestar de las personas a través de la aplicación de técnicas naturales. No es necesario tener ningún conocimiento previo, ya que el programa de la escuela está pensado para proporcionarte toda la teoría y el desarrollo de habilidades que necesitas dominar.

## Titulación

Una vez finalizadas las asignaturas del programa formativo incluyendo las pruebas evaluativas, se puede tramitar el siguiente diploma

- Estética y Wellness. 110 horas.

## Metodología

Los programas combinan el aprendizaje de conceptos teóricos con la participación activa del estudiante. Durante las clases, aprenderás mediante la discusión y resolución de casos prácticos.

Durante las clases utilizamos una metodología docente que combina:

- Método expositivo / lección magistral.
- Participación constante del alumno.
- Trabajo individual o cooperativo en equipo.
- Aprendizaje basado en casos prácticos y resolución de problemas.
- Tutorías (online).

## Bolsa de trabajo

ISMET es reconocida por formar a profesionales de la naturopatía de gran nivel, por lo que son muchas las empresas que confían en nosotros cuando necesitan incorporar un terapeuta de naturopatía. Gracias a esta confianza, podemos ofrecer una bolsa de trabajo actualizada constantemente con ofertas exclusivas para nuestros alumnos y exalumnos.





### 5 puntos clave de estudiar naturopatía en ISMET

1. Obtendrás habilidades para generar un impacto positivo en la salud y el bienestar de las personas.
2. Fórmate como un profesional con visión integral del wellness con profesores con gran experiencia.
3. Desarrolla las habilidades aprendidas en clase, de manera práctica.
4. Personaliza tus estudios, seleccionando aquellas asignaturas optativas que más te interesen.
5. Benefíciate de las atractivas ofertas laborales que publicamos cada semana

## ¿Qué es el wellness y la estética natural?

**En ISMET formamos profesionales del wellness y la estética natural de alto nivel que se diferencian por su visión integral, su sólida formación teórica y el desarrollo de habilidades de manera práctica que lo prepararán para una práctica exitosa.**

La estética natural es una disciplina de la salud integrativa que nos permite trabajar la belleza con métodos no invasivos y sin efectos secundarios. Consiste en trabajar la belleza desde fuera y desde dentro, y teniendo en cuenta una visión holística siguiendo el criterio naturista que tiene en cuenta tanto el aspecto físico como el mental y el emocional cuando hablamos de restablecer el bienestar de las personas.

Un profesional de la estética natural graduado en ISMET sabe que para lograr resultados duraderos es necesario conocer las potenciales causas orgánicas, o incluso emocionales que puedan estar favoreciendo, por ejemplo, la aparición de manchas en la piel, la intensificación de arrugas, la acumulación de toxinas, entre otros problemas. Por otro lado, en ISMET somos conscientes de la importancia de también atender el bienestar de las personas con las que trabajamos y es por esto, que nuestro programa incluye también formaciones dirigidas a controlar el estrés, liberar tensiones y equilibrar el sistema nervioso. Ya sea trabajando por el bienestar o la estética del usuario, este programa es tu mejor opción si deseas ayudar a las personas a restablecer su equilibrio y a lucir mejor, y a la vez diferenciarte en el mercado.



## **Descubre el programa de Wellness y estética natural de ISMET**

Gracias a nuestra experiencia de más de 30 años formando profesionales en el campo de la salud integrativa, hemos desarrollado un sólido programa formativo de Wellness y estética natural que se diferencia de otras opciones.

Nuestro objetivo es formar profesionales de primer nivel, que cuenten con los valores y habilidades que les permita impactar positivamente en el bienestar de las personas. Es por esto, que nuestro programa combina el conocimiento teórico necesario para entender el funcionamiento del cuerpo con el desarrollo de habilidades para identificar y abordar diferentes desequilibrios que afecten el bienestar y la apariencia de las personas.

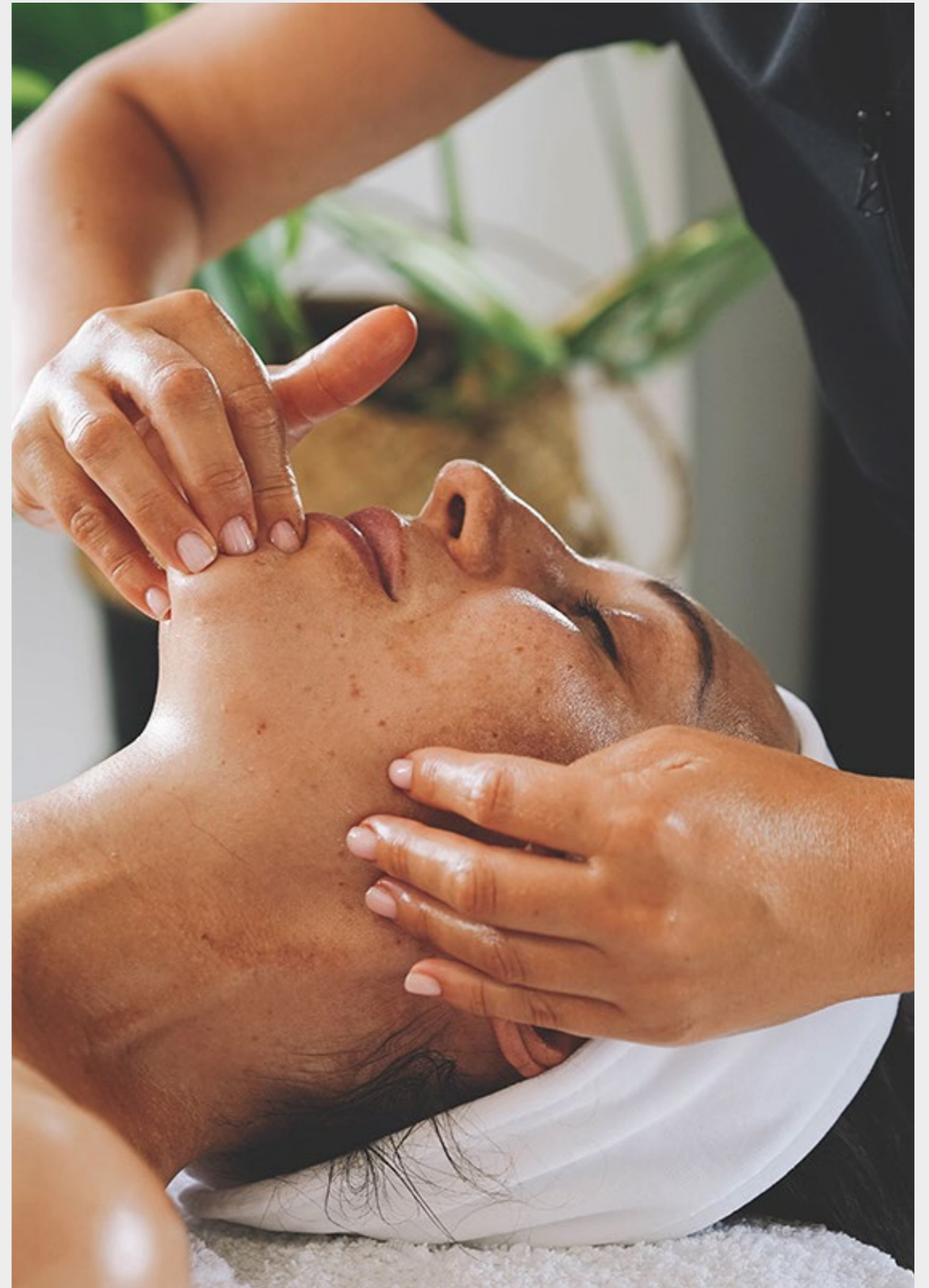
En ISMET, tus profesores son profesionales expertos con decenas de años de experiencia docente y profesional, y que durante toda su carrera han seguido formándose, convirtiéndose, además, en referentes del sector. Es bajo la guía y supervisión de estos profesores que podrás aplicar lo que vas aprendiendo en el curso de manera práctica, junto con tus compañeros.

Somos un centro reconocido en el sector, por lo que cada año vemos con mucho orgullo, como son cada vez más las empresas que solicitan a nuestros exalumnos para incorporarlos en sus organizaciones, cuando requieren un profesional del wellness o la estética natural

Si decides ingresar al mundo de estas disciplinas, hazlo de la mano de un centro en el que se priorice un alto nivel de formación y dónde te brinden una visión integrativa de la salud y el bienestar, para diferenciarte en el mercado. ¡Inscríbete en ISMET!

## **Objetivos y competencias que obtendrás**

- Conocerás diferentes técnicas de la estética natural
- Dominarás la aplicación de estas técnicas para generar mejoras en la estética y en el bienestar de los clientes.
- Obtendrás habilidades en técnicas naturales que te permitirán diferenciarte en el mercado
- Sabrás aplicar sistemas que no generan tóxicos ni efectos secundarios para el organismo.



## Visión general del programa

### Asignaturas troncales

- Fundamentos del Masaje Facial Japonés
- Masaje facial japonés avanzado
- Lifting sin cirugía estética con Shiatsu
- Stone Therapy
- Masaje con cañas de bambú
- Maderoterapia corporal
- Drenaje Linfático manual en piernas y abdomen, basado en el Método Vodder
- Masaje anticelulítico

### Asignaturas optativas

- Gimnasia facial
- Lifting Facial con Acupuntura
- Ventosas para la salud y estética
- Aromaterapia (nivel 1)
- Nutrición y suplementación en alteraciones de cabello, piel y uñas
- Aceites esenciales en estética
- Cosmética natural

## Tu futuro como profesional de la estética natural y el wellness

### Podrás trabajar en:

- **Centros de wellness y estética**
- **Spas y gimnasios**
- **Balnearios, cruceros u hoteles**
- **Abrir tu propio centro**

## Toma el control de tu carrera

**Programa formativo en Estética y Wellness. 1 curso.**

## Otros cursos de formación continua

- **Gimnasia facial**
  - **Lifting facial con acupuntura**
  - **Ventosas para el dolor y estética**
  - **Chan´beauté anticelulítico**
  - **Drenaje Linfático en piernas y abdomen**
  - **Aromaterapia I**
  - **Nutrición y suplementación en alteraciones de cabello, piel y uñas**
  - **Aceites esenciales en estética**
  - **Talleres de cosmética natural**
  - **entre otros**
- En ISMET, tú decides cómo quieres realizar tu carrera. Te ofrecemos decenas de cursos de formación continua para que te especialices de acuerdo con tus intereses. Siempre podrás contar con nosotros, a lo largo de tu trayecto profesional.





## **Asignaturas del plan de estudios**

### • Masaje rejuvenecimiento facial japonés

El masaje facial japonés fue desarrollado para aumentar la salud y la longevidad, poniendo énfasis en la prevención antes que en la cura. Esta técnica es diferente de cualquier otro masaje facial. Combina métodos modernos con conceptos asiáticos tradicionales, en los que conviven movimientos de percusión rápidos, el amasamiento, la digitopresión, los golpecitos, y la terapia de los meridianos y puntos de acupuntura. Este tratamiento facial revolucionario, correctamente administrado, ayuda a prevenir arrugas y manchas de edad, libera la tensión muscular, remueve toxinas del rostro y equilibra el Chi o energía vital para mejorar la salud integral. Y si decides continuar tu formación y realizar los tres niveles, podrás aprender a lograr un efecto de lifting natural sin la necesidad de utilizar agujas como en la acupuntura (y sin los efectos de un procedimiento quirúrgico).

### • Masaje con cañas de bambú: bambuterapia balinesa

El masaje con cañas de bambú es un tratamiento no invasivo y natural que logra restablecer el equilibrio muscular y miofascial además de ser un óptimo aliado en tratamientos reductores, anticelulíticos y linfáticos. En esta formación, aprenderás diferentes técnicas, algunas de las cuales son ideales para trabajar contracturas persistentes y profundas o puntos de dolor agudo, mientras que otras, más intensas y rápidas, logran un efecto reductor y anticelulítico visible en pocas sesiones, siendo un masaje que además ayuda a eliminar adherencias y líquido, a oxigenar y regenerar la elasticidad de la piel. Al realizar este masaje con bambú, nos permite, además, aprovechar sus 17 antioxidantes que ayudan a desinfectar la piel, aliviar condiciones dermatológicas crónicas y a minimizar las arrugas.

### • Maderoterapia corporal

La maderoterapia es una técnica no invasiva y muy efectiva para mejorar la apariencia de la piel, reducir el tejido adiposo y la celulitis, ayudando a que las células grasas liberen su ácido graso, glicerol y agua, y promoviendo su eliminación por el sistema linfático. Consiste en realizar un masaje empleando herramientas de madera para realizar movimientos repetitivos intensos y constantes. Herramientas como el rodillo de cubos, el rodillo curvo y estriado, la espátula moldeadora, el hongo reductor y la copa sueca, ruedan, deslizan, succionan y empujan, facilitando el trabajo del terapeuta. Además de su efecto anticelulítico, también es muy efectivo para aflojar la tensión muscular, activar la circulación, y para estimular cada parte del cuerpo.

### • Masaje relajante antiestrés cara y cabeza

Cuando nuestro sistema nervioso se puede ver sobrepasado por la actividad diaria, la tensión en el trabajo o problemas emocionales, nuestro cuerpo reacciona con el estrés, sobrecargando nuestra musculatura, contracturándola, o causando dolores de cabeza o cefaleas. Frente a estas condiciones, un profesional del wellness es capaz de restablecer el equilibrio emocional de las personas, reduciendo el estrés y facilitando un estado de relajación utilizando un masaje relajante en la cabeza, cara y cuello. Este masaje se caracteriza por consistir en una serie de maniobras superficiales en las que la intensidad de la presión es muy suave y el ritmo lento pero constante.

### • Masaje anticelulítico

Aprende un protocolo con terapias manuales para la reducción o eliminación de la grasa o celulitis en diferentes zonas corporales. Este protocolo combina el uso de ventosas con técnicas de masaje y drenaje linfático, que se aplican en un orden específico para optimizar los resultados. Es un tratamiento muy solicitado, especialmente de cara a la época estival.

- Stone Therapy: masaje con piedras volcánicas

El masaje con piedras combina lo mejor del antiguo arte del masaje con las propiedades geotermales de las piedras volcánicas y marmóreas. Esta técnica fue desarrollada para aprovechar los beneficios de la termoterapia y de la crioterapia, para la salud, la estética y la longevidad, aumentando la energía vital (prana). Al realizar esta técnica, por un lado, el terapeuta realiza un masaje de ritmo lento y profundo que permite liberar tensiones musculares y bloqueos energéticos, y paralelamente logra una relajación profunda del tejido miofascial, gracias a la acción descongestionante de las piedras calientes aplicadas con fricciones profundas. En esta formación también aprenderás a utilizar piedras frías para mejorar la circulación sanguínea, sobre todo la periférica, además de tonificar, oxigenar y reafirmar la piel. En general, el masaje con piedras volcánicas es una eficaz técnica para reducir el estrés, la tensión y la ansiedad, relajar la musculatura y el dolor crónico, y producir una profunda sensación de bienestar y relax de cuerpo y mente.



## **Preguntas frecuentes**



### **1. ¿Puedo cursar cualquier asignatura en la modalidad de estudios que desee?**

Aunque en ISMET apostamos por la formación online, en el caso de una formación en estética y wellness, el medio digital no es el más adecuado. Es muy complicado desarrollar a un estudiante estas disciplinas y especialmente desarrollar las habilidades especialmente de las manos, si es que no puede tocar y observar directamente a los usuarios, y más aún si no cuenta con la guía y el acompañamiento de un docente que vea en detalle cómo está aplicando lo aprendido. Las asignaturas que están disponibles en modalidad online son aquellas de perfil teórico.



### **2. ¿Cuántas asignaturas optativas debo realizar? ¿Por qué es importante cursarlas?**

No es obligatorio inscribirte a las asignaturas optativas. Sin embargo, te damos la oportunidad de cursarlas para que puedas conseguir un valor añadido a tu perfil, y convertirte en un profesional más completo y diferenciado. Tú, puedes elegir qué asignaturas puedes realizar, sin límite. Accede al mercado laboral con un expediente académico que te convierta en un perfil diferenciado y más valorado en mercado.



### **3. ¿Cuánto tiempo tengo para cursar las asignaturas optativas?**

Siempre estás a tiempo de complementar tu formación. Pero, realizando tu especialización durante el programa formativo podrás beneficiarte de precios especiales. Consulta las condiciones de este beneficio.



### **4. ¿El título que ofrece ISMET es oficial?**

El título de este programa no es oficial dado que no existe una regulación académica en España sobre esta disciplina. Esta particularidad, sin embargo, no te impide trabajar, como sucede en otras profesiones que no se han regulado todavía. Por ello, cumpliendo con las obligaciones laborales puedes trabajar como profesional por cuenta propia o ajena. Sin embargo, debes ser muy cuidadoso al seleccionar un centro de formación. Si buscas un centro donde se priorice la formación integral del alumno (en competencias, habilidades y actitudes) y acompañado de un equipo docente que es un referente dentro del sector, ésta es tu escuela.

## **¿Por qué estudiar en ISMET?**



- 30 años de experiencia formando profesionales.
- Profesorado con amplia experiencia a nivel docente y profesional
- Acceso a la bolsa de trabajo constantemente actualizada
- Facilidades de pago, fraccionado y financiado
- Flexibilidad en las horas de prácticas



Centro de formación avalado por



Socios estratégicos  
Facioterapia.org

