

- **Informazioni Corso**

Corso di Laurea - Scienze e Tecnologie Cosmetiche e dei Prodotti del Benessere (L-29)

**Psico-Cosmesi “materia a scelta”**

CFU: 6

SSD: MED/50 –Scienze tecniche mediche applicate

**III anno, II semestre**

**A/A 2024/25**

- **Informazioni Docente**

Codocenza (2 CFU)

**Donatella Paolino**, Professore Ordinario del settore scientifico disciplinare MED/50, Tecniche Mediche Applicate, presso il Dipartimento di Medicina Sperimentale e Clinica, Università degli Studi "Magna Græcia" di Catanzaro.

e-mail: [paolino@unicz.it](mailto:paolino@unicz.it) Tel: 0961 369 4339

Orario di ricevimento: Tutti i giorni, dalle 11.00 alle 13.00, presso il (VIII livello, Edificio delle Bioscienze, Campus “S. Venuta”), previo appuntamento via e-mail.

- **Informazioni Docente**

Codocenza (4 CFU)

**Alessio Pietro Facchin**, Ricercatore a tempo determinato della L. 240/2010, a tempo determinato, presso il Dipartimento di Scienze Mediche e Chirurgiche dell'Università degli Studi "Magna Græcia" di Catanzaro.

e-mail: [alessio.facchin@unicz.it](mailto:alessio.facchin@unicz.it)

Orario di ricevimento: previo appuntamento via e-mail

- **Descrizione del Corso**

Il Corso mira a conferire conoscenze nell’ambito della psico-cosmesi, una disciplina che coniuga estetica e psicologia per migliorare non solo l’aspetto fisico, ma anche il benessere psicologico delle persone. Il focus è sulla percezione dell’immagine corporea e sul ruolo che l’estetica gioca nell’autostima e nella qualità della vita.

### **Obiettivi del Corso e Risultati di apprendimento attesi**

Fornire competenze nell’ambito della Psico-Cosmesi, della di come l’immagine di sé e la cura estetica influenzano il benessere mentale, dei meccanismi psicologici alla base della percezione del corpo, dei disturbi dell’immagine corporea, di come il miglioramento dell’immagine estetica può influenzare l’autostima e la fiducia. Inoltre si forniranno conoscenze di come l’uso della cosmesi viene utilizzata per affrontare momenti difficili o eventi traumatici (es. lutti, malattie), di come il Make-up correttivo può migliorare l’umore.

Inoltre, verrà posta l’attenzione sull’impatto emotivo dei colori, sulla psico-aromaterapia e sui cosmetici Sensoriali.

Verranno fornite conoscenze nell’ambito della comunicazione e dell’approccio empatico con il cliente, e della recente problematica legata alla percezione di bellezza in fase adolescenziale e dunque alla Cosmeticoressia.



A handwritten signature in black ink, consisting of stylized, cursive letters.

## Programma:

### 1. Introduzione alla Psico-Cosmesi

- Definizione e obiettivi: Cos'è la psico-cosmesi, quali sono i suoi benefici e il suo scopo.
- Integrazione tra estetica e psicologia: Come l'immagine di sé e la cura estetica influenzano il benessere mentale.
- La bellezza come espressione del benessere: Concetto di bellezza soggettiva e la sua influenza sulla percezione del sé.

### 2. Psicologia dell'Immagine Corporea

- Percezione di sé e immagine corporea: Meccanismi psicologici alla base della percezione del corpo.
- Disturbi dell'immagine corporea: Disturbi come la dismorfofobia e la loro gestione attraverso la psico-cosmesi.
- Autostima e benessere psicologico: Come il miglioramento dell'immagine estetica può influenzare l'autostima e la fiducia.

### 3. L'Impatto Emotivo della Cura di Sé

- La cosmetica come pratica di autoterapia: Usare la cosmesi per affrontare momenti difficili o eventi traumatici (es. lutti, malattie).
- Make-up correttivo e la sua funzione psicologica: Come l'uso del trucco può aiutare a correggere piccole imperfezioni e migliorare l'umore.
- Colorimetria e impatto emotivo dei colori: Come i colori utilizzati nel trucco possono influenzare l'umore e l'energia personale.

### 4. Psico-Aromaterapia e Cosmetici Sensoriali

- Introduzione alla psico-aromaterapia: Effetti psicologici degli oli essenziali e dei profumi sui sistemi emotivi e sul cervello.
- Aromaterapia applicata alla cosmesi: Uso di prodotti cosmetici arricchiti con oli essenziali per stimolare il benessere mentale.
- Cosmetici sensoriali: Il ruolo delle texture, delle fragranze e delle temperature nella stimolazione sensoriale e nella gestione delle emozioni.

### 5. Comunicazione e Approccio Empatico con il Cliente

- L'importanza dell'ascolto attivo: Come relazionarsi al cliente per comprendere i suoi bisogni emotivi oltre che estetici.
- La gestione delle aspettative del cliente: Come bilanciare desideri estetici con reali possibilità di miglioramento psico-emotivo.
- Empatia e consulenza estetica: Come l'approccio empatico può migliorare la relazione con il cliente e l'efficacia dei trattamenti.

### 6. Cosmesi Naturale e il Benessere Emotivo

- Introduzione alla cosmetica naturale e biologica: Perché scegliere prodotti naturali può avere un impatto positivo anche sull'equilibrio emotivo.
- Cosmetici eco-friendly e il loro ruolo nel benessere psicologico: Il legame tra benessere individuale e rispetto dell'ambiente.

### 7. Dai prodotti del benessere al benessere psicologico



A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized 'R' followed by a flourish.

- Psicologia del benessere
    - Benessere emotivo e rituali di bellezza: Il potere psicologico dei rituali quotidiani di bellezza nella gestione dello stress.
    - Il trucco come strumento di espressione e autostima: Tecniche di make-up per migliorare la percezione di sé.
8. Percezione visiva applicata alla cosmesi
- Percezione dei colori: comprendere come funzionano i colori nella cosmesi
  - Percezione dei volti: un caso speciale di percezione visiva
  - Percezione del colore della pelle: come il colore può cambiare la percezione di sé
9. Cosmeticoressia, un'emergenza sempre crescente
- Percezione della bellezza dell'adolescente
  - Reali necessità cosmetiche nell'adolescenza
  - Rischi correlati alla Cosmeticoressia

### Stima dell'impegno orario richiesto per lo studio individuale del programma

Ore 102

### Metodi Insegnamento utilizzati

Lezioni frontali ore 48.

### Risorse per l'apprendimento

Materiale fornito a lezione

### Attività di supporto

### Modalità di frequenza

Frequenza NON obbligatoria.

### Modalità di accertamento

Le modalità generali sono indicate nel regolamento didattico di Ateneo all'art.22 consultabile al link [http://www.unicz.it/pdf/regolamento\\_didattico\\_ateneo\\_dr681.pdf](http://www.unicz.it/pdf/regolamento_didattico_ateneo_dr681.pdf)

Prove in itinere durante il Corso. Didattica Attiva mediante presentazioni in aula.

L'esame finale sarà svolto in forma orale

I criteri sulla base dei quali sarà giudicato lo studente sono:

	Conoscenza e comprensione argomento	Capacità di analisi e sintesi	Utilizzo di referenze
Non idoneo	Importanti carenze sulla struttura e funzione delle cellule, di ampie incomprensioni delle regole che governano la vita della cellula. Significative inaccurately, ampie parti del programma non svolte o svolte in maniera superficiale.	Irrilevanti. Frequenti generalizzazioni. Incapacità di sintesi.	Completamente inappropriato
18-20	Comprensione sufficiente ma superficiale. Imperfezioni evidenti.	Capacità di sintesi appena sufficienti.	Appena appropriato
21-23	Conoscenza routinaria	Capacità di analisi e di sintesi corrette. Esposizione delle argomentazioni in modo logico e coerente.	Utilizza le referenze standard
24-26	Conoscenza buona	Ha capacità di analisi e sintesi buone; gli argomenti sono espressi coerentemente.	Utilizza le referenze standard
27-29	Conoscenza più che buona	Ha notevoli capacità di analisi e sintesi.	Approfondimento degli argomenti
30-30L	Conoscenza ottima	Ha notevoli capacità di analisi e sintesi	Importanti approfondimenti

