

SYLABUS

Kosmetologia

Informacje podstawowe

Jednostka organizacyjna: Wydział Profilaktyki i zdrowia		Rok akademicki 2026/2027		
Kierunek studiów: Kosmetologia stosowana		Rok studiów/ semestr Rok I; sem. 1-2		
Poziom kształcenia: Studia podyplomowe		Kod przedmiotu: K –treści kierunkowe /P –treści podstawowe / H-treści humanistyczne lub społeczne		
Poziom kwalifikacji PRK: VI				
Odniesienie do efektów uczenia się na poziomie 6 wskazanych w uniwersalnych charakterystykach poziomów PRK: P6U_W; P6U_U; P6U_K				
Forma studiów: niestacjonarne		Statut przedmiotu: Obowiązkowy		
Profil studiów: praktyczny		Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się: Egzamin		
Dyscypliny: Nauki o zdrowiu/ Nauki medyczne		Liczba punktów ECTS: 4		
Koordynator przedmiotu:				
Prowadzący zajęcia:				
Wymagania wstępne: Przed przystąpieniem do realizacji przedmiotu student powinien posiadać wiedzę z zakresu biologii i chemii wyniesioną ze szkoły średniej (pogłębianą w toku nauki) oraz umiejętność analitycznego myślenia. W zakresie kompetencji społecznych student powinien posiadać świadomość konieczności pogłębiania wiedzy oraz cechować się wysoką kulturą osobistą i stosowaniem zasad etyki.				
Założenia i cele dla przedmiotu: Zapoznanie z kosmetologią jako dziedziną interdyscyplinarną zajmująca się poprawianiem lub przywracaniem urody ciała przy zastosowania kosmetyków i zabiegów kosmetycznych. Zwrócenie uwagi na profilaktykę, która ma na celu zachowanie jak najdłużej sprawności życiowej i opóźnienie zewnętrznych oznak starzenia się oraz pielęgnację i metody wspomagania leczenia problemów skórnych.				
Efekty uczenia się dla przedmiotu				
Kod	Efekty w zakresie:	Odniesienie do efektów uczenia się na poziomie 6 charakterystyk pierwszego stopnia PRK	Kierunkowe efekty uczenia się	Metody weryfikacji
Wiedzy- Student zna i rozumie:				

zaburzania przyjmowania pokarmów, wpływ witamin oraz makro i mikroelementów na kondycję skóry i zasady prawidłowej suplementacji,	P6S_WK P6S_WG	K_W18	Kolokwium podsumowujące każdy dział; Przygotowanie i wygłoszenie referatu Ocena aktywności; egzamin
działania niepożądane kosmetyków		K_W19	
cechy charakterystyczne typów cery, metody diagnostyki skóry oraz metody postępowania kosmetycznego; zna patologie i zmiany skórne w przebiegu chorób narządów wewnętrznych i gruczołów wydzielania wewnętrznego, przyczyny patologii w rozwoju i strukturze włosa i paznokcia oraz metody postępowania kosmetycznego;		K_W25	
Umiejętności - Student potrafi:			
umie komunikować się z klientem oraz podjąć działania diagnostyczne, profilaktyczne, pielęgnacyjne, terapeutyczne i edukacyjne i opracować plan działań odpowiadający potrzebom klienta	P6S_UK	K_U26	Przygotowanie i wygłoszenie Prezentacji; Ćwiczenie pisemne z kartą pracy
potrafi zapoznać klienta z wybranymi technikami z zakresu medycyny estetycznej, wskazaniem do nich oraz ewentualnymi powikłaniami		K_U27	
Kompetencji społecznych- Student jest gotów do:			
współdziałania i pracy w grupie	P6S_KK P6S_KR	K_K02	obserwacja pracy studenta;
okazywania szacunku klientowi		K_K06	
rozwiązywania problemów związanych z zawodem		K_K07	

Bilans punktów ECTS

Szacowany nakład pracy					
Forma	Liczba godzin		Liczba punktów ECTS		
	Sem 1	Sem 2	Sem 1	Sem 2	
Wykład	25	25	2	2	
Ćwiczenia	-	-	-	-	
Seminarium	-	-	-	-	
Praca własna studenta	5	5	-	-	-
Łączny nakład pracy studenta	60		4		
Liczba godzin kontaktowych	50				
Nakład pracy związany z zajęciami o charakterze praktycznym	-		-		

Kryteria oceny

Kryteria oceny egzaminu	Ocena niedostateczna (2,0)- Student nie opanował podstawowych efektów uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i/lub kompetencji społecznych. Nie potrafi samodzielnie rozwiązać problemów kosmetycznych, nie zna terminologii branżowej, nie rozumie podstawowych procesów fizjologicznych i chemicznych. Wymagana gruntowna powtórka całego materiału.	poniżej 60%
	Ocena dostateczna (3,0) - Student opanował efekty uczenia się w stopniu minimalnym. Zna podstawowe pojęcia, ale ma	60-68%

	trudności z ich zastosowaniem. Potrafi rozwiązać proste zadania, ale popełnia liczne błędy. Brakuje mu pewności w interpretacji zjawisk i zrozumieniu zależności.	
	Ocena dość dobra (3,5) - Student wykazuje podstawową wiedzę i umiejętności, jednak niepełne rozumienie tematu skutkuje istotnymi brakami merytorycznymi. Popełnia błędy interpretacyjne, nie zawsze rozpoznaje zależności w kosmetologii.	68,5-76%
	Ocena dobra (4,0)- Student posiada wystarczający zasób wiedzy teoretycznej, potrafi stosować wiedzę w praktyce w typowych sytuacjach. Potrafi rozwiązywać problemy, ale pojawiają się zauważalne błędy lub uproszczenia. Udziela poprawnych odpowiedzi, ale brakuje głębi analizy.	76,5-84%
	Ocena ponad dobra (4,5)- Student opanował materiał powyżej przeciętnej, wykazuje zrozumienie zależności między wiedzą teoretyczną a praktyką. Błędy są sporadyczne i nie wpływają na ogólny wynik. Potrafi samodzielnie analizować przypadki i wyciągać wnioski.	85,5-92%
	Ocena bardzo dobra (5,0)- Student posiada pełne opanowanie materiału – wykazuje się zarówno wiedzą, jak i samodzielnym myśleniem. Trafnie analizuje i interpretuje zagadnienia kosmetyczne, argumentuje swoje stanowisko. Potrafi przenieść wiedzę na praktykę.	92,5-100%
Kryteria oceny pracy samokształceniowej	Ocena niedostateczna (2,0) - student nie osiągnął wymaganych efektów uczenia się; praca nie spełnia minimum wymagań, nie została przygotowana lub nie wykazuje cech samodzielności.	poniżej 50%
	Ocena dostateczna (3,0) - student osiągnął efekty w stopniu dostatecznym; praca spełnia minimalne kryteria pod względem merytorycznym i technicznym.	50,5-60%
	Ocena dość dobra (3,5)- student osiągnął efekty w stopniu dość dobrym; w pracy zdarzają błędy merytoryczne, praca nosi cechy samodzielności.	60,5-70%
	Ocena dobra (4,0)- student osiągnął efekty w stopniu dobrym; w pracy mogą pojawiać się niewielkie błędy merytoryczne. Ogół pracy wskazuje na zrozumienie zagadnienia.	70,5-80%
	Ocena ponad dobra (4,5)- student osiągnął efekty w stopniu ponad dobrym; praca wskazuje na pełne zrozumienie omawianych zagadnień.	85,5-90%
	Ocena bardzo dobra (5,0)- student osiągnął efekty w stopniu bardzo dobrym; praca przedstawiająca temat w sposób wyczerpujący, pozbawiona jest błędów merytorycznych i technicznych.	90,5-100%
Kryteria oceny pracy etapowej	Ocena niedostateczna (2,0) - nie zostały osiągnięte wymagane efekty uczenia się; student powinien gruntownie powtórzyć całość materiału	poniżej 60%
	Ocena dostateczna (3,0) - Student opanował efekty uczenia się w stopniu minimalnym. Zna podstawowe pojęcia, ale ma trudności z ich zastosowaniem. Potrafi rozwiązać proste zadania, ale popełnia liczne błędy. Brakuje mu pewności w interpretacji zjawisk i zrozumieniu zależności. Kompetencje społeczne ograniczone do biernego udziału.	60-68%
	Ocena dość dobra (3,5) - Student posiada podstawową wiedzę i umiejętności, jednak niepełne rozumienie tematu skutkuje istotnymi brakami merytorycznymi. Popełnia błędy interpretacyjne,	68,5-76%

	nie zawsze rozpoznaje zależności w kosmetologii. Kompetencje społeczne na poziomie poprawnym, ale nieaktywne uczestnictwo.	
	Ocena dobra (4,0)- Student posiada solidną wiedzę, potrafi stosować ją w praktyce w typowych sytuacjach. Potrafi rozwiązywać problemy, ale pojawiają się błędy lub uproszczenia. Udziela poprawnych odpowiedzi, ale brakuje głębi analizy. Kompetencje społeczne na poziomie zadowalającym – potrafi pracować w grupie.	76,5-84%
	Ocena ponad dobra (4,5)- Student opanował materiał powyżej przeciętnej, wykazuje zrozumienie zależności między wiedzą teoretyczną a praktyką. Błędy są sporadyczne i nie wpływają na ogólny wynik. Potrafi samodzielnie analizować przypadki i wyciągać wnioski. Kompetencje społeczne rozwinięte – aktywny udział w dyskusji, konstruktywna współpraca, student wykazuje dążenie do samodzielnego pogłębiania wiedzy.	85,5-92%
	Ocena bardzo dobra (5,0)- Student wykazuje pełne opanowanie materiału – wykazuje się zarówno wiedzą, jak i samodzielnym myśleniem. Trafnie analizuje i interpretuje zagadnienia kosmetologiczne, argumentuje swoje stanowisko. Potrafi odnieść wiedzę do praktyki i stosować ją do rozwiązywania złożonych problemów kosmetologicznych. Wysoki poziom kompetencji społecznych – współpraca, odpowiedzialność, zaangażowanie.	92,5-100%

Literatura

Literatura obowiązkowa	Adamski Z., Kaszuba A. – Dermatologia dla kosmetologów. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Medycznego, Poznań 2015, Martini M-C., Kosmetologia i farmakologia skóry, wyd. PZWL, Warszawa 2007 Noszczyk M. [red], Kosmetologia pielęgnacyjna i lekarska, wyd. PZWL, Warszawa 2016.
Literatura dodatkowa	Jabłońska S. , Majewski S., Choroby skóry i choroby przenoszone drogą płciową, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2005. Klonowska J. (red.), Kosmetologia, wyd. Odra, Wrocław 2022. Molski M., Nowoczesne składniki kosmetyków, Poznań 2013. Przyłipiak A. (red.), Podstawy medycyny estetycznej. Podręcznik dla studentów kosmetologii, Wyd. Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku, Białystok 2014. Wasiluk M., Medycyna estetyczna bez tajemnic, PZWL, Warszawa 2015. Czasopisma: Kosmetologia Estetyczna, Dermatologia Estetyczna, Polish Journal of Cosmetology

Treści programowe

L.P.	Treści programowe	Forma prowadzenia zajęć	Liczba godzin
SEMESTR I			
1	Budowa skóry i jej przydatków - podstawowe pojęcia Ogólna budowa skóry: powierzchnia, grubość, Budowa strukturalna i chemiczna skóry Funkcje skóry Budowa i rola płaszcza lipidowego Budowa i funkcje naskórka. Proces keratynizacji naskórka. Ogólna budowa warstwowa naskórka. Warstwy: podstawna, kolczysta, ziarnista, jasna, rogowa naskórka - budowa i funkcje Komórki i substancje występujące w poszczególnych warstwach naskórka i ich funkcje Pojęcie NMF Macierz lipidowa warstwy rogowej naskórka. Przepuszczalność „cementu międzykomórkowego” Proces keratynizacji naskórka.	wykład	2

	Pojęcie TOT.		
2	<p>Naturalny system ochronny skóry. SIS. Flora fizjologiczna skóry.</p> <p>Unaczynienie i unerwienie skóry.</p> <p>Skóra jako organ immunologiczny. SIS. SALT.</p> <p>Flora bakteryjna i grzybiczna skóry. Czynniki mające wpływ na florę fizjologiczną skóry.</p> <p>Układ naczyniowy skóry. Naczynia krwionośne i limfatyczne.</p> <p>Pojęcie teleangiektazji, wybroczyn, plamic</p> <p>Unerwienie skóry.</p> <p>Unerwienie wegetatywne i unerwienie skórne czuciowe.</p> <p>Receptory w skórze.</p>	wykład	2
3	<p>Cera – jej rodzaje i pielęgnacja</p> <p>Pojęcie cery</p> <p>Rodzaje cery. Typy i problemy towarzyszące (podtypy).</p> <p>Czynniki mające wpływ na rodzaj cery i stan skóry</p> <p>Charakterystyka cery normalnej. Zasady pielęgnacji domowej i gabinetowej cery normalnej.</p> <p>Składniki czynne polecane w pielęgnacji cery normalnej.</p>	wykład	2
4	<p>Cera sucha. Rola emolientów w pielęgnacji cery suchej</p> <p>Charakterystyka cery suchej</p> <p>Czynniki nasilające suchość skóry</p> <p>Zasady pielęgnacji domowej i gabinetowej cery suchej.</p> <p>Pojęcie emolientu i humektantu. Rola emolientów i humektantów w pielęgnacji cery suchej.</p> <p>Składniki czynne polecane w pielęgnacji cery suchej.</p>	wykład	2
5	<p>Cera tłusta, trądzikowa i mieszana</p> <p>Charakterystyka cery tłustej i trądzikowej</p> <p>Przyczyny powstawania</p> <p>Zasady pielęgnacji domowej i gabinetowej</p> <p>Składniki czynne polecane w pielęgnacji cery tłustej i trądzikowej</p> <p>Cera mieszana. Charakterystyka. Pojęcie strefy T i strefy U</p> <p>Zasady pielęgnacji oraz składniki czynne</p>	wykład	2
6	<p>Cera wrażliwa i naczyniowa. Cera atroficzna</p> <p>Charakterystyka cery wrażliwej i naczyniowej</p> <p>Przyczyny</p> <p>Zasady pielęgnacji. Składniki aktywne.</p> <p>Cera naczyniowa. Charakterystyka, przyczyny</p> <p>Zasady pielęgnacji domowej i gabinetowej cery naczyniowej</p> <p>Metody zamykania rozszerzonych naczynek krwionośnych</p> <p>Cera atroficzna. Charakterystyka. Przyczyny. Zasady pielęgnacji</p>	wykład	2
7	<p>Zaburzenia barwnikowe skóry</p> <p>Proces melanogenezy</p> <p>Czynniki nasilające melanogenezę</p> <p>Podział zaburzeń barwnikowych skóry</p> <p>Omówienie najczęściej występujących zaburzeń barwnikowych: piegi, ostuda, plamy soczewicowate, przebarwienia pozapalne i in.</p> <p>Postępowanie kosmetyczne i medyczne w przypadku zaburzeń barwnikowych:</p> <p>metody redukcji przebarwień. Podział</p> <p>substancje o działaniu depigmentacyjnym – charakterystyka</p>	wykład	2

	zabiegi kosmetyczne stosowane w redukcji przebarwień pielęgnacja skóry w trakcie zabiegów depigmentacyjnych		
8	Powtórzenie wiadomości- zaliczenie semestru	wykład	1
SEMESTR II			
1	Witaminy a skóra Definicja i podział witamin. Pojęcie awitaminozy, hiperwitaminozy, hipowitaminozy Znaczenie poszczególnych witamin dla prawidłowej budowy i funkcjonowania skóry Objawy skórne hiper – i hipowitaminoz Witaminy w preparatach kosmetycznych.	wykład	2
2	Wpływ mikro – i makroelementów na stan skóry znaczenie poszczególnych mikro- i makroelementów dla prawidłowej budowy i funkcjonowania skóry objawy skórne niedoboru mikro- i makroelementów zasady prawidłowej suplementacji Mikro i makroelementy jako składniki preparatów kosmetycznych	wykład	2
3	Promieniowanie słoneczne a skóra Widmo promieniowania słonecznego Wpływ UV na kondycję skóry Starzenie naturalne, a fotostarzenie. Elastoza. Zasady bezpiecznego korzystania ze słońca. Solaria – prawdy i mity Fotoprotekcja naturalna i sztuczna	wykład	2
4	Wpływ nikotyny na skórę Substancje szkodliwe zawarte w dymie tytoniowym Objawy skórne nikotynizmu Zasady pielęgnacji domowej i gabinetowej tzw. „cery palacza”	wykład	2
5	Stres oksydacyjny – jego rola w patologii skóry Definicja Patomechanizm Znaczenie stresu oksydacyjnego w rozwoju chorób narządów wewnętrznych Znaczenie stresu oksydacyjnego w patologii skóry Metody profilaktyki i leczenia patologii skóry wywołanej stresem oksydacyjnym	wykład	2
6	Substancje o działaniu podobnym do witamin Koenzym Q10, cholina, kwas orotowy, pangamowy, kwas liponowy, PABA, L-karnityna, tzw. witamina F, tzw. witamina P – działanie, wpływ na skórę, występowanie, rola w kosmetykach	wykład	2
7	Peelingi – rodzaje, wskazania, techniki zabiegowe Metody złuszczenia naskórka – rodzaje i podział Charakterystyka poszczególnych metod złuszczenia naskórka Wskazania, przeciwwskazania i powikłania	wykład	2
8	Podsumowanie, zaliczenie semestru	1	