

## **INTRODUCCIÓN A LA ESTÉTICA FACIAL**

Toda persona desea ser bella, independientemente del sexo y la edad. Los parámetros comunes de la belleza varían según las diferentes culturas. En la antigüedad dependía del lugar al que pertenecía la persona. Esto producía una belleza característica de cada zona. Hoy la belleza es sinónimo de armonía y proporción.

A medida que pasan los años, la madurez interna de las personas nos permite identificar lo "bello", que no tiene por qué ser igual para todos los individuos. La belleza espiritual y la armonía externa muchas veces conforman una belleza que no tiene nada que ver con los rasgos perfectos.

Existen personas lindas, con rasgos armoniosos según su estructura y su origen étnico. Pero lo más importante es " verse bien ". Esta expresión tiene que ver con la seguridad interna y la forma en que nos reflejamos en el espejo. Nuestra piel es la carta de presentación que poseemos ante las demás personas, y es a través de ella que emitimos el primer juicio estético, pues los estados de ánimo y orgánicos se revelan en nuestra piel.

También es de gran importancia en el campo de la cosmética, ya que todos los productos y tratamientos que ésta estudia, van a entrar en contacto con ella.

El cosmetólogo no trata las enfermedades cutáneas, sin embargo, debe reconocer los diferentes trastornos de la piel y también debe saber cuándo recomendar a su cliente que visite a un especialista.

### **Perfil de un cosmetólogo**

Debe estar preparado con una personalidad definida que le permita afrontar ciertas patologías y no reaccionar emocionalmente ante cualquier característica que puede presentar un paciente.

La presencia debe adecuarse al medio donde trabaja, la ropa debe ser cómoda, sencilla y desprovista de elementos llamativos.

Uso de chaquetilla.

Aspecto personal prolijo, peinado adecuado y recogido, poco maquillaje, uñas cortas y sin esmalte.

Afabilidad y buen trato con el paciente, las personas que padecen ciertas enfermedades o patologías son muy sensibles, necesitan palabras suaves, pero debemos notar firmeza.

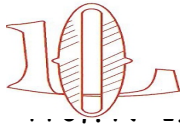
Conocimiento y cumplimiento de las reglas de asepsia y desinfección.

### **Estándar nacional de habilidades para cosmetólogos de nivel introductorio:**

Gozar de una buena salud es un elemento básico en la vida. Sin ella no se puede rendir en el trabajo o disfrutar de placeres en la vida. Como cosmetólogo, debe ser un ejemplo vivo de buena salud, de forma que aumente su valor ante usted mismo, ante su jefe y ante su comunidad.

Para ser cosmetólogo de éxito, se deben seguir una serie de pautas que le





ayudarán a mantener un cuerpo y una mente saludables.

**Descanso:** Dormir adecuadamente es fundamental para gozar de una buena salud. Si no lo hace, no podrá funcionar eficazmente. Se debe permitir al cuerpo que se recupere de la fatiga de las actividades del día, y debe reponerse con un buen sueño durante la noche. La cantidad de sueño necesario para sentirse recuperado varía de una persona a otra. Algunas funcionan bien durmiendo 6 horas; otras necesitan 8.

**Ejercicio:** La práctica de ejercicio asegura el buen funcionamiento del organismo, como por ejemplo del corazón y de los pulmones, endurece los músculos y los huesos y mejora la circulación. Un programa de mantenimiento apropiado incluye ejercicio para conseguir fuerza aeróbica, flexibilidad y resistencia.

**Relajación:** La relajación es importante como cambio del ritmo de vida diario. Ir al cine o al museo, leer un libro, ver la televisión o bailar son maneras de evadirse. Cuando vuelva al trabajo se sentirá más fresco y fuerte para tender sus obligaciones.

**Alimentación:** Lo que come afecta a su salud, aspecto, personalidad y rendimiento en el trabajo. Los nutrientes de la comida aportan energía al cuerpo y aseguran el buen funcionamiento del mismo. Una dieta equilibrada debe incluir alimentos variados, de forma que se tomen minerales y vitaminas importantes. Beba una gran cantidad de agua diariamente. Intente evitar el azúcar, la sal, la cafeína y las comidas grasas o muy refinadas o procesadas, así como los precocinados.

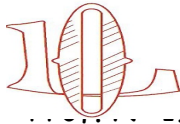
**Higiene personal:** La higiene personal es el mantenimiento diario de limpieza y salubridad. Lo más básico es el baño o ducha diarios, el uso de desodorante, el cepillado de dientes y el enjuague bucal para refrescar el aliento durante el día, además de tener el pelo limpio y arreglado, así como las uñas.

**Cuidado personal:** El cuidado personal es una parte más de la higiene personal. Un cosmetólogo bien arreglado es una de las mejores propagandas para un salón. Si presenta una imagen atractiva y un buen porte, el cliente tendrá confianza en él como profesional. Muchos propietarios y directores de salones consideran que el aspecto, la personalidad y el porte son tan importantes como el conocimiento técnico y las habilidades manuales.

**La mujer cosmetóloga:** La mujer cosmetóloga debe llevar zapatos elegantes que se ajusten y que sean cómodos aún al final de un día largo. El maquillaje debe favorecerle y adecuarse al gabinete de trabajo.

**El hombre cosmetólogo:** Además de las pautas generales mencionadas, el hombre cosmetólogo debe tener el pelo bien cortado y arreglado.





**Cuidado de los pies:** Como cosmetólogo, permanecerá bastante tiempo de pie. Un correcto cuidado de los pies le ayudará a mantener una buena postura y una actitud alegre. Unos pies doloridos o un calzado que se ajuste mal pueden resultar muy molestos. Intente calzar zapatos con tacones bajos y anchos y con plantillas blandas pues proporcionan soporte y equilibrio, lo cual ayuda a mantener una buena postura y compensar la fatiga que pueda resultar de las horas que permanezca de pie.



**FIGURA 1.3** — Por comodidad y para mantener una buena postura, calce zapatos bajos y bien ajustados.

**Cuidado diario de los pies:** Después de tomar un baño, aplíquese crema o aceite y dé un masaje de cinco minutos a cada pie. Retire la crema o el aceite y aplique una loción antiséptica para pies. Una limpieza regular que incluya la eliminación de hiperqueratosis (callos), masaje y corte de uñas mantendrán los pies en el mejor estado. (Cuando le duelan, los podólogos recomiendan sumergirlos en agua caliente y fría alternativamente). Visite a un podólogo si encuentra callos, juanetes, uñas encarnadas o cualquier otro desarreglo.

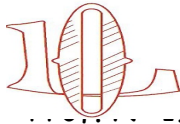
**Estilo de vida saludable:** Debe controlar el estrés a través de la relajación, el descanso y el ejercicio, y evitar las sustancias que puedan afectar negativamente a su salud, como el tabaco, el alcohol y las drogas.

### **Presentación física**

La postura, la forma de andar y los movimientos componen su presentación física. La gente se forma una opinión sobre usted por la manera de presentarse. ¿Está de pie erguido o desgarbado, camina con confianza o arrastra los pies? Su presentación física forma parte de su imagen profesional.

**Buena postura:** Tener una buena postura no sólo mejora su aspecto personal mediante una buena presencia, transmitiendo una imagen de confianza, sino que también evita el cansancio y otros muchos problemas físicos. Debido a





que, al trabajar como cosmetólogo profesional, pasará la mayor parte del tiempo de pie, deberá desarrollar una buena postura tan pronto como sea posible a base de ejercicio regular y autodisciplina.

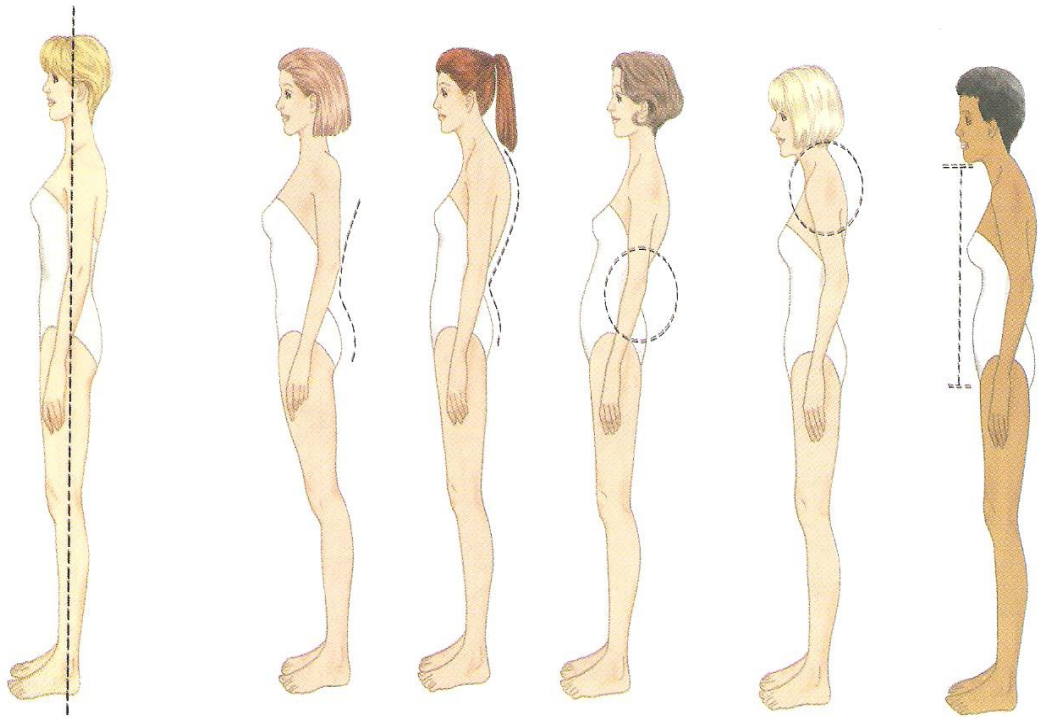


FIGURA 1.4 — Buena postura. FIGURA 1.5 — Cinco posturas defectuosas del cuerpo.

### **Presentación física en el lugar de trabajo**

Para prevenir dolores musculares, la tensión en la espalda, la incomodidad, el cansancio y otros problemas, y para mantener una imagen atractiva, es muy importante practicar una buena presentación física al llevar a cabo su trabajo.

### **Puntos de control de una buena postura:**

La coronilla mirando hacia arriba y la barbilla paralela al suelo.

El cuello estirado y en equilibrio sobre los hombros.

El pecho erguido; el cuerpo se eleva desde el esternón.

Los hombros nivelados, hacia atrás y hacia abajo, pero relajados.

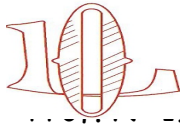
La columna recta, no curvada hacia un lado o inclinada hacia delante o hacia atrás.

El abdomen plano.

Las caderas niveladas (horizontalmente) y sin sobresalir hacia delante o hacia atrás.

Las rodillas ligeramente flexionadas y directamente sobre los pies con los





tobillos firmes.

**Posición básica para las mujeres:**

Apoye la mayor parte del peso en su pie derecho con los dedos de los pies rectos hacia delante.

Coloque el talón izquierdo cerca del talón o del empeine del pie derecho y apuntando con los dedos ligeramente hacia fuera.

Doble su rodilla izquierda ligeramente hacia dentro.

**Posición básica para hombres:**

Colocar los pies separados, pero no más que el ancho de los hombros.

Distribuya el peso por igual sobre ambos pies.

Las rodillas no deben estar ni rígidas ni dobladas.

Los dedos de los pies deben apuntar hacia delante o uno de los dos ligeramente hacia fuera.

Para mantener una posición más relajada, doblar ligeramente una rodilla y dirigir parte del peso al pie contrario.

**Técnica correcta para sentarse**

Para sentarse de un modo atractivo, utilice los músculos y apóyese sobre sus manos y brazos para sentarse suavemente en la silla. No se deje caer ni se desplome al sentarse. Al bajar el cuerpo, mantenga la espalda recta. No doble la cintura ni saque las nalgas. Una vez sentado, deslícese hacia el fondo de la silla colocando ambas manos en el borde de la misma, al lado de sus caderas. Eleve su cuerpo ligeramente y deslícese hacia atrás. No se mueva mucho ni retroceda.

Al hacer la manicura, adopte una posición correcta. Siéntese con la parte inferior contra la silla, inclinándose un poco hacia delante. Si utiliza un taburete, siéntese en toda la base. Mantenga el pecho erguido y descanse el peso del cuerpo en todo el muslo.



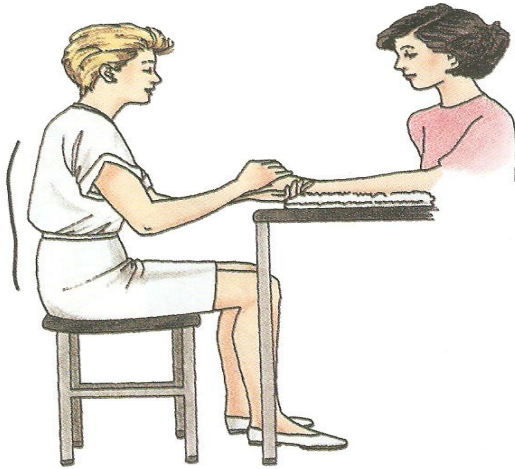
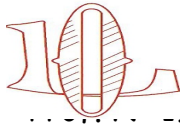


FIGURA 1.10 — Buena postura para sentarse.

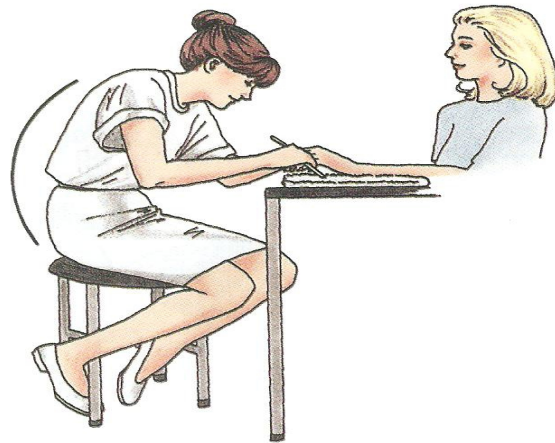


FIGURA 1.11 — Mala postura para sentarse.

### **Consejos para sentarse correctamente:**

- Mantenga los pies juntos.
- Mantenga las rodillas juntas.
- Coloque los pies un poco más salientes que las rodillas.
- No ponga los pies debajo de la silla.
- Apoye toda la suela del zapato en el suelo.

### **Personalidad**

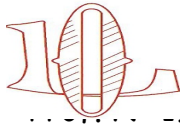
La personalidad juega un papel muy importante tanto en la vida personal como profesional. La personalidad se puede definir como el reflejo exterior de los sentimientos interiores, pensamientos, actitudes y valores. Ésta se expresa a través de la voz, de la forma de hablar y del vocabulario, así como de las expresiones faciales, los gestos, las acciones, la postura, la forma de vestir y de arreglarse, y del entorno. Es el efecto total que se tiene sobre otras personas.

### **Cualidades convenientes para mantener una relación eficaz con la clientela.**

**Control emocional:** Aprenda a controlar sus emociones. No fomente ni revele sus emociones negativas, como el enfado, la envidia o el disgusto. Una persona de humor estable siempre es tratada con respeto.

**Acercamiento positivo:** Sea amable y cortés. Una sonrisa de saludo y una palabra de bienvenida deben estar preparadas para cada cliente y para cada compañero de trabajo. Un buen sentido del humor es también parte importante del mantenimiento de una actitud positiva. Éste enriquecerá su vida y amortiguará los disgustos. Cuando uno es capaz de reírse de sí mismo,





habrá ganado la habilidad de aceptar y enfrentarse de forma positiva a las situaciones difíciles.

**Buena educación:** Su educación refleja su consideración hacia los demás. Decir "**gracias**" y "**por favor**", tratar a los demás con respeto, tener cuidado con las pertenencias de otras personas, ser tolerante y comprensivo con las limitaciones y los esfuerzos de los demás y ser considerado con aquellos con quienes trabaja, demostrarán su buena educación. La cortesía es una de las claves para tener una carrera con éxito.

**Mala educación:** La goma de mascar y los hábitos nerviosos, tales como dar golpecitos con los pies o jugar con el pelo y con las pertenencias personales, resta valor a su eficacia. Debe reprimirse de bostezar, toser, estornudar en presencia de otras personas. Controle el lenguaje corporal que denote una comunicación negativa, por ejemplo, las muecas sarcásticas o de desaprobación. Debe ser reflejo de expresiones amables y gestos y acciones atractivos.

### **Comunicación eficaz**

La comunicación incluye la habilidad para escuchar, su voz, sus palabras, su forma de hablar y sus aptitudes para la conversación. Su capacidad de comunicar influirá enormemente en su eficacia como cosmetólogo. Un cosmetólogo necesita tener buenas aptitudes para la **comunicación por las siguientes razones:**

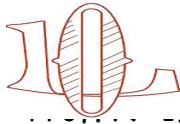
- Para establecer contactos.
- Para recibir y saludar a la clientela.
- Para comprender las necesidades de los clientes, lo que les gusta, lo que les disgusta y lo que desean.
- Para auto-promocionarse.
- Para vender servicios y productos.
- Para desarrollar el negocio.
- Para hablar por teléfono.
- Para mantener una conversación agradable.
- Para relacionarse con el personal del salón.

### **RELACIONES HUMANAS Y SU ACTITUD PROFESIONAL**

Las relaciones humanas es la psicología de llevarse bien con los demás. Su actitud profesional se expresa en su propia autoestima, en la confianza en su profesión y en el respeto que muestra a otros.

Los buenos hábitos y prácticas adquiridas en la escuela formarán la base para una carrera con éxito en la cosmetología. Las siguientes pautas para las buenas relaciones humanas le ayudarán a ganar confianza y a tratar con los





demás con éxito.

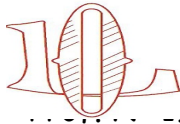
- Siempre salude a un cliente por su nombre y con un tono de voz agradable.
- Esté atento al humor del cliente. Algunos prefieren tranquilidad y relajación, a otros les gusta hablar. Sea un buen oyente y limite su conversación a las necesidades del cliente. Nunca cuente historias fuera de tono.
- Los temas de conversación se deben seleccionar cuidadosamente. Las relaciones amistosas se consiguen con conversaciones agradables. Permita que su cliente sea el guía en el tema de conversación. En un negocio es preferible evitar los temas conflictivos.
- Dé una buena impresión haciendo el papel de un buen cosmetólogo hablando y actuando de manera profesional todo el tiempo.
- Cultive la autoestima y proyecte una personalidad agradable.
- Muestre interés en las preferencias personales del cliente. Préstele toda su atención.
- Tenga tacto y sea diplomático a la hora de resolver los problemas que puedan surgir.
- Sea habilidoso y eficiente en su trabajo.
- Sea puntual. Llegue al trabajo a su hora y mantenga las citas programadas.
- Desarrolle sus habilidades comerciales y su negocio. Tenga tacto a la hora de sugerir algún servicio adicional o algún producto a los clientes.
- Evite decir cualquier cosa que pudiera sonar como si estuviera criticando, condenando o rebajando las opiniones del cliente.
- Manténgase informado de los nuevos productos y servicios para que así pueda contestar las preguntas de sus clientes inteligentemente.
- Continúe adquiriendo conocimientos y habilidades.
- Sea ético en todos sus tratos con los clientes y con otras personas con las que pueda entrar en contacto.
- Siempre permita al cliente comprobar que usted posee las mejores medidas de higiene.
- Evite criticar a la competencia.
- Encárguese de todas las discusiones y diferencias en privado.

### **Ética Profesional**

La ética se define como el estudio de las normas de conducta y de juicio moral. Los códigos éticos para diversas profesiones lo establecen los consejos y las comisiones. En cosmetología, cada estado tiene un consejo o una comisión que establece las normas que deben seguir todos los cosmetólogos de dicho estado. Sin embargo, la ética va más allá de un conjunto de reglas y reglamentos. En el campo de la cosmetología, la ética es además un código de comportamiento por el que uno se rige a sí mismo. Gran cantidad de lo tratado







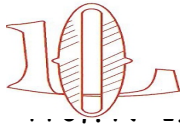
hasta ahora está relacionado directamente con un código informal de normas éticas.

La ética trata de la conducta correcta y de los tratos comerciales realizados con los empresarios, los clientes y los compañeros de trabajo, y con otras personas con las que entra en contacto. Una conducta ética ayudará a que el cliente tenga confianza en usted. Que los clientes hablen bien de usted es la mejor manera de anunciarse y de ayudarlo a crear un negocio con éxito. Debe practicar las siguientes reglas de ética:

- Ofrezca un servicio amistoso y amable a todos los clientes. Trate a todos con honestidad y honradez; no muestre favoritismos.
- Sea cortés y muestre respeto ante los sentimientos, las creencias y los derechos de los demás.
- Mantenga su palabra. Sea responsable y cumpla con sus obligaciones.
- Forje su reputación siendo un ejemplo de buena conducta y de buen comportamiento.
- Sea leal a su empresario, a sus jefes y compañeros.
- Obedezca todas las disposiciones de las leyes de cosmetología del estado.
- Ofrezca los más altos niveles de higiene para proteger su salud y la de sus compañeros y sus clientes.
- Crea en la profesión de la cosmetología. Ejérzala con fe y sinceridad.
- No intente vender a sus clientes productos o servicios que no necesiten o no deseen.
- Como estudiante:
  - Sea leal y coopere con el personal de la escuela y con los compañeros.
  - Cumpla con las leyes y las normativas clínicas de la escuela.

Las prácticas cuestionables, las afirmaciones extravagantes y las promesas incumplidas violan las reglas de conducta ética y arrojan una luz desfavorable sobre la cosmetología. Las prácticas no éticas afectan al estudiante, al cosmetólogo, a la escuela o al salón y a toda la industria.





### **EL GABINETE DE COSMETOLOGÍA**

El gabinete es el lugar de trabajo del cosmetólogo o esteticista y debe reunir una serie de características y condiciones básicas para poder desarrollar satisfactoriamente la tarea que se pretende realizar. En esta parte nos ocuparemos de los aspectos fundamentales que hay que tener en cuenta cuando se procede a la instalación del gabinete, aspectos relacionados con la distribución del espacio disponible, el tipo de suelo, el color de las paredes, la iluminación y el mobiliario, y de los requisitos que debe cumplir para que el cliente se sienta a gusto.

#### **El plano y la distribución del espacio.**

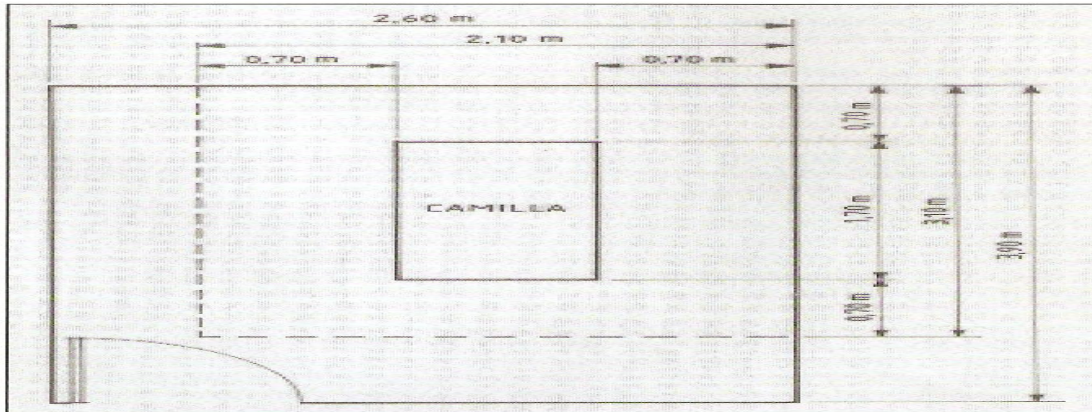
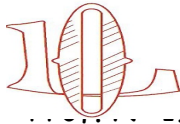
Para evitar sorpresas, es conveniente dibujar un plano de la habitación destinada a cabina. Así sabremos de cuánto espacio disponemos y cómo podremos distribuirlo racionalmente, colocando adecuadamente los muebles, los aparatos, etc.

Todo lo que deba situarse en el interior de la habitación se debe dibujar a proporción en un color distinto al del plano y, después, irlo distribuyendo hasta encontrar la forma más práctica. En todo caso, la distribución debe hacerse pensando que los elementos que debemos colocar son para ser utilizados. Por ejemplo:

Las camillas miden 70 x 170 cm, pero se necesita al menos un espacio de 70 cm a su alrededor para moverse y trabajar cómodamente. Por tanto, el espacio reservado a la camilla debería ser como mínimo de 2,10 x 3,10 m.

En la ilustración que sigue a continuación aparece el plano de una habitación de 2,60 x 3,90 m. Como se puede ver, cualquier mueble que se coloque en el espacio comprendido entre la línea punteada y la camilla puede entorpecer el trabajo de la cosmetóloga o esteticista, pues entraría dentro de los 70 cm reservados alrededor de la camilla. Evidentemente, a veces las limitaciones de espacios impedirán cumplir estas reglas.





Plano de una cabina de 2,60 x 3,90 m. La esteticista necesita un espacio de 70 cm como mínimo alrededor de la camilla para poder moverse y trabajar con comodidad.

Los puntos de luz para tratamientos faciales deben estar situados a la izquierda del cosmetólogo

Los elementos necesarios para trabajar deberán estar al alcance de la mano, sin tener que hacer desplazamientos.

### **El suelo, las paredes y el color**

El suelo del gabinete deberá ser fácil de limpiar. Piensa que es un lugar en el que entra gente y en que el cosmetólogo manipula una serie de productos que pueden manchar o quedarse adheridos, como cera de depilar. Son excelentes las baldosas, la cerámica, el mosaico, planchuelas de goma y la piedra pulida.

Menos recomendable es el mármol, porque es atacado por ciertos ácidos y queda manchado. Tampoco son recomendables los revestimientos de plástico, pues son atacados por los disolventes. Debemos descartar por completo los suelos de madera o parqué, pues, aunque quedan muy llamativos, son poco prácticos y difíciles de limpiar.

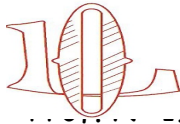
Las paredes deben ser de fácil limpieza y a ser posible lavables. Por eso son adecuadas las pinturas plásticas o esmaltadas y los acabados con azulejos, cerámicas o paneles plásticos.

Respecto al color, se ha considerado durante muchos años que el único color apto para el gabinete era el blanco, basándose en el concepto de que el blanco es un color limpio. Si bien esto es cierto, también es un color frío, poco acogedor y para algunas personas resulta deprimente.

Sin embargo, ya podemos decir que el color del gabinete debería adecuarse al tratamiento que se va a efectuar. Por ejemplo, un masaje de relajación necesitaría una cabina azul, un masaje adelgazante, una cabina amarilla.

Por esto, que es tan interesante, es difícil de compaginar con la práctica, pues no es posible cambiar el color para cada cliente y para cada tratamiento. Por eso, se aconseja que los gabinetes de estética se pinten de colores suaves (fatigan menos a la vista y requieren menos esfuerzo visual), ya sean azules, verdes, amarillos o anaranjados, y crear, mediante la iluminación y la





decoración, manchas de color adecuado a cada tratamiento. Así, podemos añadir, por ejemplo, un jarrón de flores, un cuadro, una cortina, etc. el color de las paredes y la decoración son, pues, importantes para transmitir a la cliente esa sensación de comodidad que creará una situación de relajación y, consiguientemente, contribuirá a la aceptación del profesional.

### **La iluminación**

La iluminación puede ser natural o artificial. La luz natural es la luz solar, que es la mejor fuente de iluminación. Sin embargo, en ella no es posible la uniformidad.

La luz natural es inconstante porque:

- **Varía su intensidad, según sean las condiciones atmosféricas:** día nublado, lluvioso, soleado, etc.
- **Varía su continuidad según la hora del día y la época del año.**
- **Varía según como estén colocadas las ventanas.**

Por estas razones, debemos acudir a la luz artificial, la luz eléctrica, que es una fuente de iluminación constante y sin alteraciones.

La luz en el gabinete tiene una doble misión:

Como luz ambiental, deberá difundir a su entorno una atmósfera agradable, que permita al cliente sentirse cómodo en el gabinete. La luz ambiental suave es adecuada para los masajes: la penumbra invita a la relajación y a la aceptación del masaje. Evitaremos situarla en el centro del techo.

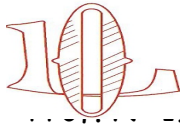
Como luz de trabajo, en cuyo caso será un punto de luz dirigido a la zona de trabajo para que el profesional no se fatigue. Es el sistema adecuado, por ejemplo, para la depilación, la limpieza de cutis, el maquillaje, etc.

En los comercios hay disponibles diferentes tipos de luz artificial. Por ejemplo:

- Lámparas de incandescencia, que acentúan los colores cálidos, realzando los rojos, pero a cambio de disminuir los azules, que se convierten en agrisados. Se trata de una lámpara normal, de las usadas habitualmente, en las que se ve el filamento a través del vidrio.
- Lámparas fluorescentes, llamadas luz de día que tienen una compensación de colores, gracias a la cual se acercan más a la luz natural o de día.
- Lámparas fluorescentes, con predominio de los azules en detrimento de los rojos.
- Lámparas dobles, en las que hay un filamento de luz de día y una lámpara de incandescencia, que hace que esta iluminación se acerque mucho a la luz solar.

Siempre que se realicen maquillajes de calle la iluminación deberá ser lo más diurna posible (es decir, luz natural del día o, si no fuera posible, lámparas





fluorescentes luz de día), ya que, según sea la fuente de iluminación, el maquillaje puede adquirir tonalidades diferentes.



### **El mobiliario**

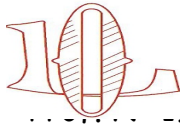
Para un gabinete de cosmetología son necesarios pocos muebles. Conviene que sean ligeros pero resistentes, sencillos, sin adornos, y que permitan una limpieza fácil.

Como orientación te indicaremos los siguientes:

- Una camilla o sillón profesional confortable.
- Un taburete giratorio para el profesional.
- Una mesita de ruedas para tener siempre a mano los productos y los objetos necesarios para el trabajo. Todos ellos deben estar limpios, tapados y ordenados.
- Un cubo de metal para tirar los desechos.
- Un espejo.
- Una silla para el paciente.
- Un perchero.
- Una alfombra para los pies del paciente.
- Un estante con un cepillo para el cabello, un peine, un calzador y un cepillo para la ropa a disposición del paciente.
- Los aparatos y los utensilios necesarios para completar los tratamientos.

Respecto a los aparatos y utensilios, ten presente que el cosmetólogo realiza los tratamientos básicamente con las manos. El contacto que se establece entre las manos del cosmetólogo y el cliente es indispensable y permite adaptar y modificar los movimientos manuales, eligiendo los más necesarios y





adecuados, pero también los más acordes con la sensibilidad, el temperamento y la problemática del cliente.

El tratamiento manual es insustituible, y no hay máquina por perfecta que sea que pueda captar lo que captan las manos del profesional.

Sin embargo, reconocemos también que determinados tratamientos no serían completos únicamente con las maniobras manuales. Por eso, el profesional debe disponer de aparatos que complementen y potencien el trabajo realizado con las manos. Pero, como ya hemos dicho, sólo complementan y nunca sustituyen a las manos.

Entre estos aparatos que complementan el trabajo hay unos indispensables y otros menos, dependiendo siempre de los servicios o tratamientos que se efectúen en gabinete. Así, por ejemplo, un calentador de cera será un aparato indispensable en el gabinete en el que se realicen depilaciones. Sin embargo, no lo sería si sólo se realizan masajes.

Para terminar con este aparatado de la instalación del gabinete de cosmetología, quiero advertirte que, aunque dispongas de un espacio muy grande, no es aconsejable tener dos camillas en la misma habitación. Es posible que el paciente exija una intimidad que no le gusta compartir con otra persona. Por eso, si la habitación es muy espaciosa, lo correcto sería una subdivisión mediante un biombo o, mejor aún, mediante una mampara que llegue hasta el techo.

### **Condiciones del gabinete cosmetológico**

La primera impresión que cause nuestro aspecto y el aspecto de nuestro gabinete condicionarán la actitud y la opinión que saque el paciente respecto a nuestro trabajo y competencia. Por eso, es importante que el aspecto sea de profesionalidad y que dé la sensación de que allí se realiza un trabajo consciente y especializado.

Es básico que el ambiente sea acogedor tanto para la persona que entra, que debe sentirse a gusto, como para el profesional que debe pasar allí muchas horas. Por eso, la comodidad es indispensable para evitar fatigas innecesarias en el cosmetólogo o esteticista y para hacer agradable la estancia del paciente.

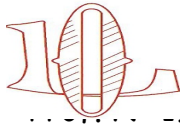
En un gabinete son indispensables:

- **La limpieza.**
- **El orden.**
- **La funcionalidad.**
- **La variedad.**

**La limpieza:** Evidentemente, la limpieza será fundamental para crear este ambiente, y escrupulosamente limpios deben estar también todos los objetos que se usen.

**El orden:** Todo debe estar perfectamente ordenado y siempre a mano, para





evitar gestos o desplazamientos inútiles, que sólo conducen a una mayor fatiga y a pérdidas de tiempo.

Después de cada servicio se debe ordenar de nuevo la cabina, recogiendo los utensilios usados y la ropa sucia, que debe ser sustituida por ropa limpia. Por eso, sería recomendable disponer de un cesto para guardar la ropa sucia.

**La funcionalidad:** Deben evitarse las decoraciones recargadas o complicadas, y procurar que el ambiente sea acogedor, pero también que permita que el gabinete sea fácil de limpiar y ordenar.

Sería aconsejable disponer de una sala de espera en la que básicamente haya un sillón y una mesita con revistas y, aunque no sea recomendable fumar, también un cenicero.

Si pudiéramos tener música, el ambiente sería más agradable. En todo caso, una decoración con plantas naturales es acogedora. Evidentemente, debe cuidarse mucho la temperatura del local.

**La variedad:** ¿Cómo podemos conseguir que sea variado un gabinete cosmetológico?

Si se dispone de estanterías o vitrinas, donde se expongan los artículos de uso, éstos deberán cambiarse de acuerdo con la temporada, para sugerir a los pacientes los tratamientos más acordes con la época del año. Además, se pueden colocar de tal forma que susciten el interés y la curiosidad.

Puede variarse también la ubicación de los distintos muebles, y renovar o cambiar un poco el aspecto con una frecuencia de aproximadamente dos años. De esta manera se evita el tedio y la monotonía en el lugar de trabajo.

Con la práctica se puede ir mejorando la disposición de los elementos, facilitando el trabajo y buscando siempre una mayor comodidad.

### **Ropa para el gabinete**

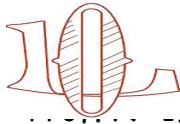
Para equipar básicamente un gabinete se necesitan muy pocas cosas. Hay una serie de accesorios, como pueden ser cajas con algodones, servilletas de papel o pequeños utensilios, a los que nos referiremos cuando se expliquen los tratamientos concretos en los que deben usarse.

Para la camilla se utilizan sábanas o lienzos de protección, de tamaño superior a la camilla, que pueden sujetarse para que no resbalen o se muevan mientras te encuentres trabajando. Serán de color blanco o claro, y fáciles de lavar. Son preferibles de algodón por su tacto agradable y se sustituirán después de cada servicio.

La sábana o lienzo para cubrir al paciente deberá ser del mismo color que la sábana de protección o, por lo menos, de un color que esté en armonía con ella. También son recomendables las de algodón y deben ser sustituidas después de cada servicio.

Es aconsejable que la manta para cubrir al paciente sea lavable, pero al no estar en contacto directo con la persona no es necesario sustituirla cada vez que se utiliza.





Se necesitan también fundas de almohada, que naturalmente serán del mismo color que la sábana y que deben sustituirse después de cada servicio. Finalmente, deberás disponer de toallas de diferentes tamaños.

### **Ropa necesaria para el paciente**

- Batas largas y grandes de algodón o fiselina para cubrirse.
- Batas cortas de algodón para cubrirse en caso de que permanezca con falda.
- Servilletas que serán utilizadas para los tratamientos y maquillajes.
- Peúcos para mantener los pies calientes.
- Vinchas de toalla o algodón afelpado o, gorros desechables.

### **Ropa necesaria para el profesional**

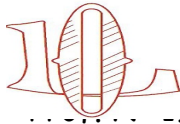
- Ambo blanco o chaquetilla que no dificulten los movimientos.
- Toallas, en especial las pequeñas, para secarse las manos. Deben estar situadas al alcance de la mano.
- Barbijo de protección.

### **Elementos necesarios para el curso de cosmetología**

1. **Bata pareo.**
2. **Vincha de toalla**
3. **Cofia.**
4. **Barbijo.**
5. **Discos de algodón.**
6. **Papel tisú.**
7. **Espojas vegetales tipo calipso.**
8. **Hisopos de maquillaje**
9. **Bol grande.**
10. **Bol chico de 11 cm.**
11. **Bajalenguas de madera o Esteca de acero inoxidable.**
12. **Toallas de mano blancas (2)**
13. **Manopla de toalla.**
14. **Vaso Dapen o Toc Toc.**
15. **Cubrecamilla.**
16. **Sábana blanca (opcional)**
17. **Pincel para máscaras.**
18. **Pincel abanico sintético para ácidos.**
19. **Gasas.**
20. **Cepillo cristal.**







21. **Algodonero de acero inoxidable.**
22. **Caja de acero inoxidable porta elementos.**
23. **Quitacomedones.**

### **FUNCIONES BÁSICAS DE LA ESTÉTICA FACIAL**

La palabra cosmetología deriva de "kosméticos", palabra de origen griego que significa habilidad en el arte de adornarse.

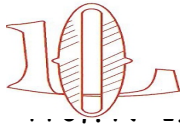
Pero basta lo antedicho para indicar la profunda raíz filosófica de la belleza y sus connotaciones.

La belleza de la piel es factor fundamental de la belleza corporal, lo bello, lo bonito, lo gracioso y todas las demás categorías estéticas aplicadas al cuerpo humano exhiben su más firme atributo en las cualidades cutáneas.

El color y la forma (con sutil variedad de tonos, matices y gradaciones de planos y relieves), la disposición armónica sobre la llaneza y la tersura superficial de los delicados diseños de diminutas eminencias y depresiones, el accidente cromático de las faneras y la equilibrada atenuación de ángulos o irregularidades de la estructura corporal profunda son los elementos plásticos, perceptibles sensorialmente, de la función estética cutánea. Esta función inmaterial pero evidente reposa, como se ha dicho, en el sustrato material que le proporciona la piel eudérmica.

Es la piel fuente de placer estético como ningún otro; cualquier mujer aludirá con complacencia (y aún con vanidad) a las reales o pretendidas bondades de su piel, y extraerá autojuicios placenteros observando el espejo o la fotografía que refleje favorablemente su imagen. Muy difícil será, en cambio, que





pregone las excelencias de sus pulmones o que se deleite ante la radiografía que certifique la magnífica estructura de su corazón. Es que la piel es sede de individualidad; despojado de ella, cualquier cuerpo queda en el anonimato de la pieza anatómica. Esta encarnación de personalidad y piel (y no con otro órgano o víscera de semejante o mayor importancia biológica) arraiga en lo hondo e instintivo del ser, y está íntimamente relacionada con su función estética.

“ Fachada monumental del cuerpo humano ” llama Comél a la piel, en exacta imagen que acentúa su carácter de órgano de presentación. Y recuérdese que el primer juicio de valoración ante el sujeto desconocido que se expone a nuestra vista no podrá ser intelectual ni ético, sino puramente estético.

La dermatología funcional, inspirada por una intención predominantemente estética, puede desprender una rama especializada y aplicada, la dermatología cosmética, y de ella la Cosmetología profesional. Su finalidad esencial es conservar, restituir y acrecentar la belleza cutánea mediante recursos higiénicos, cosméticos o terapéuticos que favorezcan el equilibrio de las estructuras y funciones, y por tanto las cualidades estéticas fisiológicas de la piel. Considera que embellecer la piel no es disimular sus imperfecciones con cosméticos, aunque acepte su uso como un paliativo, y sobre la piel normal, como expresión legítima de perfeccionar lo que ya es bello.

Por lo tanto, la función del cosmetólogo profesional y del experto en belleza, es la de embellecer lo ya bello, manteniéndolo y conservándolo; en el caso del cosmetólogo también corregir las alteraciones diversas que pueda presentar la piel. Además, está íntimamente unida a la medicina, pues el profesional debe tener profundos conocimientos de anatomía, fisiología y dermatología, para ser un buen colaborador del médico dermatólogo y determinar cuándo el problema es de orden médico o estético.

Así entendida, la cosmetología profesional comprende cuatro aspectos o funciones:

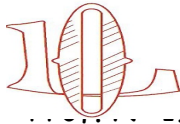
- **Función higiénica.**
- **Función conservadora o mantenedora.**
- **Función correctiva.**
- **Función decorativa.**



### **Función higiénica**

Son indispensables los cuidados higiénicos minuciosos y perfectos de la piel mediante el uso de cosméticos y procedimientos de limpieza que desembaracen su superficie de secreciones, que la dejen libre de detritus





celulares y ambientales, para facilitar así sus funciones vitales, mejorando su aspecto.

Cumpliendo con las normas de higiene se previenen las imperfecciones y enfermedades cutáneas.

Comprende cuidados generales, especiales, particulares y variables según el biotipo cutáneo, sexo, edad, etc.

La higiene racional de la piel le dará su máximo de belleza natural o la pondrá en relieve: " la belleza es una carta de crédito que la higiene firma solamente a quienes le son más fieles "

### **Función conservadora o mantenedora**

Mediante métodos adecuados de limpieza, aumento de la circulación, relajación de los nervios y activación de las glándulas de la piel y del metabolismo con masajes, se conserva la piel, prolongando por más tiempo, la belleza de la misma.

### **Función correctiva**

Es éste el aspecto más médico y dermatológico de la cosmetología profesional, pues actúa sobre la piel anormal con intención durativa; corrige sus alteraciones orgánicas o funcionales, y restituye por lo tanto la eudermia mediante normas y procedimientos terapéuticos.

Su campo de acción son las imperfecciones cutáneas, es decir, aquel sector de la clínica dermatológica que comprende alteraciones muy diversas, pero unidas por el común denominador de su benignidad y falta de repercusión general, y que preocupan al paciente sólo en su carácter inestético. Individualizar dentro de la patología cutánea aquellos cuadros a los que puede aplicarse específicamente el calificativo de " dermatosis inestéticas " es tarea poco cómoda y desde luego artificiosa; con todo, hemos tratado de agrupar algunos de los caracteres que podrán distinguirlas:

Que las alteraciones cutáneas funcionales u orgánicas, congénitas o adquiridas, modifiquen el aspecto y las cualidades estéticas de la superficie cutánea y las faneras, como la tersura, coloración, grado de humedad y de untuosidad, relieves y ondulaciones naturales, etc.

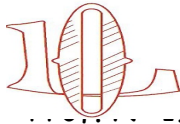
Que no sean de origen infeccioso, microbiano o parasitario, ni de naturaleza tumoral maligna.

Que no se hallen vinculadas con afecciones internas, funcionales u orgánicas de carácter grave.

Que tengan cronicidad o carácter relativamente permanente.

Que puedan tratarse o disimularse con recursos higiénicos y cosméticos o terapéuticos, principalmente locales, aunque en ciertos casos deban





acompañarse de terapéutica general y psicoterapia.

Pero aun así especificados, estos caracteres no proporcionan límites rígidos para encuadrar todos los casos de dermatosis inestéticas; así, por ejemplo, las verrugas planas, de importancia puramente cosmética, son de origen infeccioso; por lo demás, todas las dermatosis, cualquiera sea su grado de importancia en la clínica de la especialidad, son por definición inestéticas.

### **Función decorativa**

Tiene por objeto modificar, mediante la aplicación de cosméticos, la apariencia de la belleza ya existente, aspirando a ponerla en relieve o mejorarla, o a proporcionar su ilusión disimulando imperfecciones y alteraciones menores de la piel.

## **INTRODUCCIÓN GENERAL A LA COSMÉTICA APLICADA**

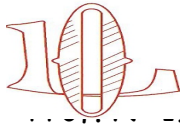
La sociedad humana es el ente más abstracto, polémico, multifacético y policonformacional que existe sobre la faz de la tierra. Todas sus necesidades varían con el transcurso de los tiempos. Pero son quizás sus apetencias estéticas y cosméticas las que indican su curso. Este fenómeno es alimentado por los medios de difusión, información y formación de gustos, modas y opiniones, los que crean tendencias y nuevas modalidades del éxito. Y la consecuente globalización hace que éstos trasciendan en todos los rincones del planeta.

Por otra parte, en esta sociedad moderna tan competitiva y cambiante, hay algo muy cierto: las posibilidades de éxito de las personas van de la mano con esos aspectos estéticos y cosméticos. Se generan así distintas exigencias y diferentes inquietudes para las cuales las ciencias de la belleza deben dar respuestas apropiadas.

### **Propósito de la cosmética**

La cosmética es una de estas ciencias requeridas, especialmente porque su función primaria es el embellecimiento de la piel y sus faneras, factores fundamentales de la belleza corporal. Su objetivo es lograr su óptimo color, la suavidad, la tersura, el aroma, la elasticidad, la homogeneidad luminosa de su superficie con todos sus matices y gradaciones, en fin, todas las características





de una piel sana, plena y bella con su correspondiente influencia positiva sobre la autoestima. Por algo se dice ¡Qué bien se debe sentir dentro de esa piel! ¡Es que están tan estrechamente interrelacionadas la personalidad y la piel!

No hay mejores palabras para definir lo importante y exquisito de nuestra tarea. Por ello es que a todos los atributos técnicos que se tengan para desarrollarla hace falta ese valor agregado especial que lleva los logros al límite de la excelencia: la vocación. De todas maneras, al talento natural siempre hay que enriquecerlo con una formación profesional profunda, exhaustiva, minuciosa y detallista. Porque la cosmética es la ciencia de los mil detalles.

### **La metodología: una puerta abierta para lograr los mejores resultados.**

Siempre se debe comenzar con un esquema práctico, fluido y versátil, que hay que desarrollar en mente para poder aplicarlo a una metodología de trabajo que nos permita hacer frente a todas las exigencias del gabinete con las mayores posibilidades de éxito. Este ordenamiento nos dará recompensas y prestigio. Luego vendrán las improvisaciones creativas que pueden llegar a demandar la corrección de casos puntuales.

Si bien esa creatividad e imaginación van ampliando nuestro horizonte profesional, nunca hay que olvidar que existen límites bien reconocibles en donde la prudencia y el apoyo e interconsulta con otro profesional de confianza, nos permitirá salir airosos de trances difíciles. El límite que más debemos reconocer es saber dónde termina lo puramente estético y donde comienza la enfermedad. Porque se sabe que una piel sana desde el punto de vista dermatológico puede no serlo tanto desde la óptica de la cosmetología y de la estética. Existen numerosas enfermedades en donde la repercusión cosmética y estética es tan importante que se transforma en el principal problema.

Así es que, incorporado esos ordenamientos mentales y ya bien adiestrados, nuestras manos constituyen el mejor instrumento del que dispone el gabinete.

Sintetizada en pocas palabras, nuestra tarea consistirá en:

Conservar la piel sana, ya sea porque originalmente era sana o porque la llevamos a ese estado gracias a una buena práctica de gabinete.

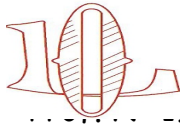
Decorar la piel y faneras, tratando de otorgarles su mayor belleza y plenitud.

Corregir aquellas alteraciones puramente cosméticas y estéticas. O las que hayan quedado como secuelas de enfermedades, cirugías y accidentes, que no ocasionen trastornos funcionales y que estén fuera del radio de acción de la cirugía estética y plástica y de la medicina general. O sea, que su origen no sea tumoral, infeccioso, microbiano o parasitario; que no se hallen vinculadas con afecciones internas (funcionales u orgánicas de carácter grave), es decir que estén dentro de las posibilidades de corrección en gabinete.

En casos de dudas, consultar al médico especializado.

### **Los pilares del éxito en el gabinete**





Para lograr los mejores resultados en las prácticas de gabinete es necesario seguir ordenadamente las cuatro columnas básicas de los procedimientos en cosmetología.

Hacer el diagnóstico del tipo de piel y del problema cosmético a corregir. Es decir, individualizarlo bien. Esto es lo primero que se debe tener en cuenta, siguiendo los mismos pasos que en un acto médico. En este aspecto, debemos destacar la importancia de detectar una piel sensible, porque es precisamente este caso el que acarrea más problemas por las reacciones desproporcionadas y exageradas que puedan producirse ante la aplicación de prácticas aparentemente inocuas. Estas situaciones generan malos momentos tanto para la persona que recibe el tratamiento como para el profesional que lo aplica. Y se puede fracasar rotundamente si utilizamos productos con principios activos de intensos efectos o que produzcan hiperemia o microvasodilatación. Por lo tanto, hay que tener mucho cuidado con las pieles sensibles.

Otro ejemplo clásico es la gran precaución que se debe tener en cuenta en la corrección de alteraciones cosméticas de las personas que han recibido tratamientos anteriores de peelings químicos o aparatológicos, pero muy especialmente si los pacientes han sido tratados con vitamina A ácida, ácido retinoico o tretinoína, tanto local como en cápsulas. En este último caso hay que dejar pasar tres meses o más cuando se quiere aplicar algún tratamiento muy activo, sobre todo aparatológico. De no ser así, se pueden cometer serios errores, dejando zonas inestéticas de difícil corrección. Por estos motivos, siempre conviene llevar una historia clínica sintética de cada caso, en donde se registrará lo más importante siguiendo una metodología.

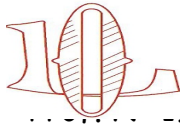
Son muchos los ejemplos que se pueden mencionar como causas de fracasos en las prácticas de gabinete por un deficiente o mal diagnóstico previo. Estos temas se tratarán a medida en que se vaya desarrollando la parte práctica y los protocolos de tratamiento.

Preparación correcta de la piel, previa a toda práctica con productos o aparatos. El ejemplo más típico es el caso de la piel hiperlipídica, dado que si no hay una buena preparación de la piel –posiblemente llevará semanas transformarla en normolipídica–, se pueden frenar casi completamente los efectos de los productos y dificultar el accionar de los aparatos.

Tener un correcto adiestramiento manual y también en el uso de aparatos, respetando los mínimos detalles al realizar las prácticas. Mencionaré una vez más la importancia de tener en cuenta y corregir hasta el más pequeño detalle. De otra forma se irá entrando en la chatura, sin llegar jamás a la excelencia.

Hacer el seguimiento de todos los casos. Por más que se haya concluido una práctica determinada y se haya obtenido como resultado una piel sana, es importante el seguimiento posterior para continuar manteniéndola en ese estado por un tiempo prolongado y evitar las desagradables sorpresas de las recidivas. Esto se da con mucha frecuencia en el caso de corrección de manchas.





### **BACTERIOLOGÍA**

La bacteriología, la esterilización y la higiene son temas de importancia práctica para los cosmetólogos, porque tienen una relación directa con su bienestar y con el de sus clientes. Para proteger la salud individual y pública, todos los cosmetólogos deben conocer, cuando, por qué y cómo deben realizar los procedimientos adecuados de desinfección e higiene.

Para entender la importancia de la higiene, desinfección y esterilización, es muy útil comprender cómo afectan las bacterias a nuestra vida diaria.

La bacteriología es la ciencia que trata del estudio de los microorganismos denominados bacterias.

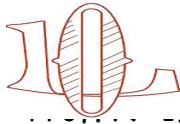
Como cosmetólogo, debe saber cómo se puede prevenir la propagación de las enfermedades y qué precauciones debe tomar para proteger su salud y la de sus clientes. Cuando comprenda la relación entre las bacterias y las enfermedades, entenderá la necesidad de la limpieza en la escuela y el gabinete de cosmetología.

Los consejos de cosmetología y los Departamentos de Salud exigen que un establecimiento abierto al público cumpla con ciertas precauciones sanitarias. Las bacterias infecciosas, que se transmiten de un individuo a otro, o el uso de utensilios no higiénicos (utensilios de manicuría, herramientas estéticas, etc.) producen enfermedades contagiosas, infecciones cutáneas y envenenamiento de la sangre. La suciedad de manos y uñas es otra fuente de bacterias infecciosas.

Las bacterias son diminutos microorganismos vegetales unicelulares, que se encuentran prácticamente en todas partes. Son especialmente numerosas en el polvo, la suciedad, la basura y los tejidos enfermos. Las bacterias también se conocen como gérmenes o microbios. Pueden existir en casi todas partes: en la piel del cuerpo, el agua, el aire, las materias en descomposición, las secreciones del cuerpo, la ropa y debajo de las uñas.

Las bacterias sólo se pueden ver con la ayuda de un microscopio. Mil quinientas bacterias en forma de varilla apenas ocuparían la cabeza de un alfiler.





### **Tipos de bacterias**

Hay centenares de tipos de bacterias. A pesar de ello, las bacterias se clasifican en dos tipos, según sean beneficiosas o perjudiciales.

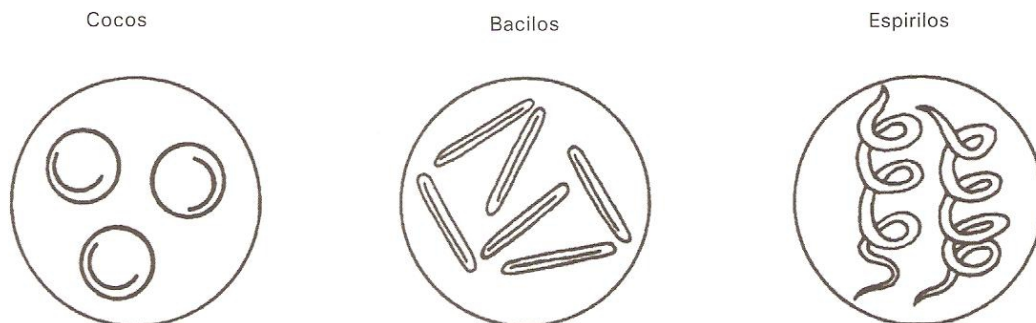
La mayoría de las bacterias son organismos no patógenos (provechosas o inofensivas), que desarrollan muchas funciones útiles, como la descomposición de la basura y la mejora de la fertilidad del suelo. Los saprofitos, bacterias no patógenas, viven en la materia muerta y no producen enfermedades.

Los organismos patógenos (microbios o gérmenes) son perjudiciales, y una minoría produce enfermedades cuando invade tejidos vegetales o animales. A este grupo pertenecen los parásitos, que necesitan materia viva para su crecimiento.

A causa de las bacterias patógenas, las escuelas, salones de belleza y gabinetes de cosmetología deben cumplir con ciertas normas de higiene y limpieza.

### **Bacterias patógenas**

- **Coco.**
- **Bacilo.**
- **Espirilo.**
- **Estafilococo.**
- **Diplococo.**



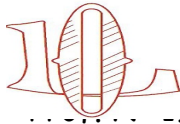
**Figura 8.2.** Tres formas generales de las bacterias.

### **Clasificación de las bacterias patógenas**

Las bacterias tienen distintas formas que ayudan a identificarlas. Las bacterias patógenas se clasifican como sigue:







Los cocos son organismos de forma redondeada que aparecen solos o en los siguientes grupos:

**Estafilococos:** Organismos que forman pus y crecen en agrupamientos o racimos. Producen abscesos, pústulas y diviesos.

**Streptococos:** Organismos que forman pus y crecen en cadenas. Producen infecciones, como las de la garganta.

**Diplococos:** crecen por parejas y producen la neumonía.

**Los bacilos** son organismos en forma de varilla corta. Se trata de las bacterias más comunes, y producen enfermedades como el tétanos, la gripe, la fiebre tifoidea, la tuberculosis y la difteria.

**Los espirilos** son organismos curvados o en forma de sacacorchos. Se dividen en varios grupos. De interés capital para nosotros es la treponema pallida, que produce la sífilis.

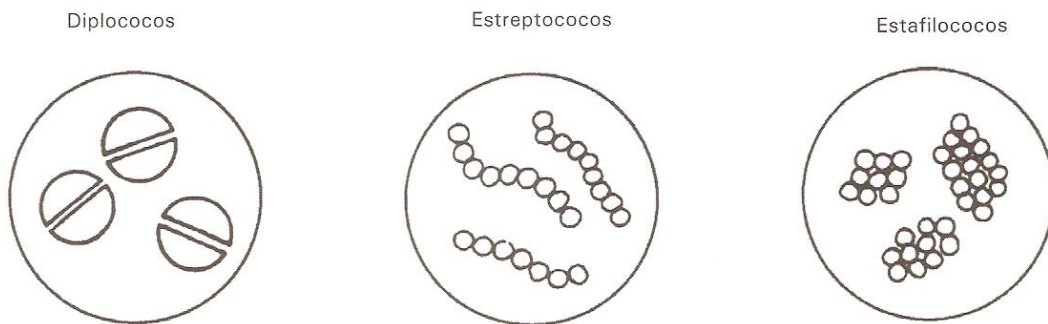


Figura 8.3. Grupos de bacterias.



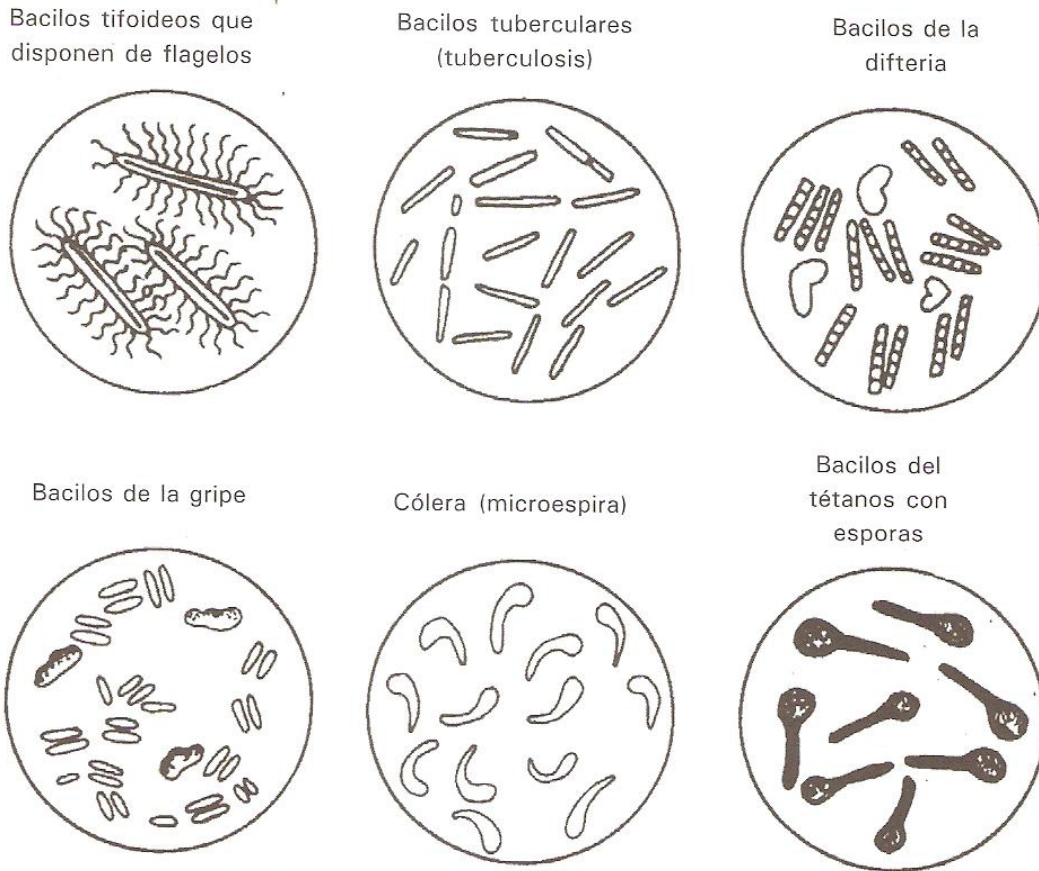
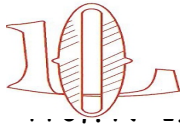


Figura 8.4. Seis enfermedades producidas por las bacterias.

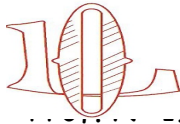
### **Movimiento de las bacterias**

Los cocos raramente muestran una movilidad activa (movimiento autónomo). Se transmiten por medio del aire, del polvo o de las sustancias en que se depositan. Los bacilos y los espirilos son móviles y utilizan proyecciones en forma de filamento, conocidas como flagelos o cilios, para moverse. Estos filamentos se mueven como látigos y propulsan a las bacterias en el seno de los líquidos.

### **Crecimiento y reproducción de las bacterias**

Generalmente, las bacterias se componen de una pared celular externa que rodea el protoplasma, material necesario para mantener la vida. Producen su propio alimento a partir del entorno que les rodea, generan productos de desecho, crecen y se reproducen. Las bacterias pasan por dos fases distintas durante su ciclo vital: la fase activa o vegetativa, y la fase inactiva o de producción de esporas.





### **Fase activa o vegetativa**

Durante la fase activa, las bacterias crecen y se reproducen. Estos microorganismos se multiplican mejor en lugares cálidos, oscuros, húmedos o sucios, donde disponen de suficiente alimento.

Cuando las condiciones son favorables, las bacterias crecen y se reproducen. Cuando alcanzan su tamaño máximo, se dividen en dos nuevas células. Esta división se denomina mitosis. Las células formadas se denominan hijas. Cuando las condiciones son desfavorables, las bacterias mueren o pasan a una fase inactiva (algunas bacterias, como los bacilos del ántrax y del tétano, producen esporas esféricas con duras cubiertas externas durante su fase inactiva. Esta actividad sirve para soportar periodos de hambre, sequedad y temperaturas inadecuadas. En esta fase, las esporas pueden desplazarse por el aire y son inmunes a los desinfectantes, al calor o al frío. Cuando se establecen las condiciones favorables, las esporas pasan a su fase activa o vegetativa, crecen y se reproducen)

### **Infecciones bacterianas**

No puede haber infecciones sin la presencia de bacteria patógenas. Se produce una infección cuando el cuerpo es incapaz de hacer frente a las bacterias y a sus toxinas nocivas. Una infección local se manifiesta por medio de un divieso o grano que contiene pus. La presencia de pus es signo de infección. En el pus se encuentran bacterias, materias de desecho, tejidos en descomposición, células corporales y células sanguíneas vivas y muertas. Los estafilococos son las bacterias más habituales en el pus. Se produce una infección general cuando la corriente sanguínea transporta las bacterias y sus toxinas a todas las partes de cuerpo, como en la sífilis.

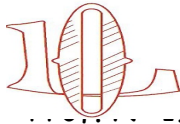
Una enfermedad se vuelve contagiosa o comunicable cuando se propaga de una persona a otra por contacto. Algunas de las enfermedades contagiosas más comunes que impiden el trabajo de los cosmetólogos son la tuberculosis, el resfriado común, la tiña, la sarna y las infecciones virales.

Las fuentes principales de contagio son las manos y utensilios sucios, las llagas abiertas, el pus, las descargas bucales y nasales y el uso compartido de vasos y toallas. También se esparcen gérmenes al estornudar o sonarse sin taparse y al escupir en público.

### **Las bacterias patógenas pueden entrar en el cuerpo a través de:**

1. **Una rotura de la piel, como un corte, un grano o un arañazo.**
2. **La boca (al respirar o tragar aire, agua o comida).**
3. **La nariz.**
4. **Los ojos y las orejas (suciedad).**





El cuerpo lucha contra las infecciones por medio de:

1. **La piel (sin heridas), que es la primera línea de defensa del cuerpo.**
2. **Las secreciones corporales, como la perspiración y los jugos digestivos.**
3. **Los glóbulos blancos de la sangre, que destruyen las bacterias.**
4. **Las antitoxinas, que contrarrestan las toxinas producidas por las bacterias.**

Las infecciones se pueden prevenir y controlar por medio de la higiene personal y de la sanidad pública.

### **Otros agentes infecciosos**

Los **virus filtrables** son organismos vivos tan pequeños que pueden pasar a través de los poros de un filtro de porcelana. Producen el resfriado común y otras infecciones respiratorias y gastrointestinales (del tracto digestivo).

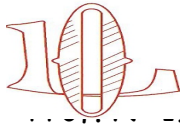
Los **parásitos** son organismos que viven sobre otros organismos vivos, sin proporcionar nada a cambio.

Las **plantas parásitas u hongos**, como los mohos, mildius y levaduras, pueden producir enfermedades contagiosas como la tiña y el favus, una enfermedad del cuero cabelludo.

**Los animales parásitos** son responsables de enfermedades contagiosas y de infecciones, como los piojos. Por ejemplo, el ácaro de la sarna excava debajo de la piel, provocando la sarna, y la infección del cuero cabelludo por los piojos se denomina pediculosis.

Las enfermedades contagiosas y las condiciones provocadas por parásitos nunca deben tratarse en una escuela o gabinete. Los clientes deben remitirse al médico.

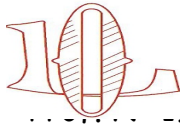




NOMBRE	FORMA	TIPO	ENFERMEDAD
Cocos		Estafilococos	 Abscesos Pústulas Furúnculos
		Estreptococos	 Envenenamiento de la sangre
		Diplococos	 Neumonía
Bacilos		Tifoideos	 Fiebre tifoidea
		Tuberculares	 Tuberculosis
		Tétanos (esporas)	 Trismo
		Difteria	 Difteria
Espirilos		Espiroquetos o treponemapálidos	 Sífilis

**Figura 8.5.** Bacterias patógenas (perjudiciales) y enfermedades o procesos comúnmente relacionados con éstas.





## **Inmunidad**

La inmunidad es la capacidad del cuerpo para destruir las bacterias que han conseguido introducirse, permitiendo resistir la infección. La inmunidad contra las enfermedades puede ser natural o adquirida, siendo un signo de buena salud. La inmunidad natural se refiere a la resistencia natural a las enfermedades. En parte se hereda, y en parte se desarrolla por medio de una vida higiénica. La inmunidad adquirida es desarrollada por el cuerpo después de superar una enfermedad o por medio de la inoculación.

Un portador es una persona inmune a una enfermedad que puede transmitir los gérmenes a otras personas. La fiebre tifoidea y la difteria se pueden transmitir de esta manera.

Las bacterias pueden destruirse con desinfectantes, por la aplicación de un calor intenso, alcanzado por ebullición, vaporización, horneado o cocción o por medio de rayos ultravioletas.

## **Descontaminación y control de infecciones**

El control de infecciones y enfermedades es una parte importante en la explotación de los gabinetes de cosmetología. Los pacientes dependen de usted para que les garantice su seguridad. La legislación provincial obliga a luchar contra la propagación de gérmenes infecciosos y de otros organismos, por una buena razón. Un acto negligente puede producir lesiones o enfermedades graves. Ser un profesional de cosmetología puede ser agradable y tener una buena remuneración, pero también es una gran responsabilidad.

Los gérmenes causantes de enfermedades serán uno de sus principales enemigos en el gabinete. Por fortuna, la prevención de enfermedades graves es sencilla, si sabe cómo hacerlo.

## **Prevención y control**

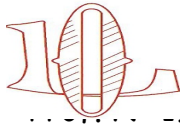
### **Contaminación**

Los objetos tienen una superficie, independientemente de los limpias que parezcan estas superficies, probablemente estén contaminadas.

Las superficies de instrumentos o de otros objetos que no estén libres de suciedad, de aceites y de microbios están contaminadas. Cualquier sustancia que produzca contaminación se denomina contaminante. Muchas cosas pueden ser contaminantes. El cabello en un peine o el maquillaje de una toalla son contaminantes.

Los utensilios y otras superficies del gabinete también pueden estar contaminados con bacterias, virus y hongos. Incluso los utensilios que parecen limpios están cubiertos normalmente de estos microorganismos.





### **Descontaminación**

Sería imposible mantener el gabinete libre de toda contaminación y nos es necesario intentarlo. Sin embargo, su responsabilidad como profesional cosmetólogo es mantenerse alerta constantemente por si aparecen microorganismos causantes de enfermedades.

La eliminación de gérmenes patógenos y de otras sustancias y utensilios o superficies se denomina descontaminación. Existen tres niveles principales de descontaminación: esterilización, desinfección y saneamiento. Sin embargo, en el gabinete solamente son necesarios el saneamiento y la desinfección.

**Esterilización:** Es el tipo de descontaminación más eficaz contra microbios. La esterilización destruye por completo todos los organismos vivos de una superficie. Elimina incluso las esporas de bacterias, que son la forma de vida más resistente de la tierra.

El autoclave de vapor, el método más utilizado de esterilización física y el preferido por su capacidad probada de esterilización, es parecido a una olla a presión. Cuando se inyecta vapor en una cámara a alta presión, es posible elevar la temperatura por encima de la del agua hirviendo. Si se deja algo en el autoclave durante el tiempo suficiente, la alta presión y la elevada temperatura penetrarán en todos los huecos y grietas del objeto. De esta forma se destruyen todos los organismos vivos, incluyendo las esporas de bacterias.

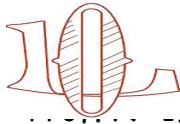
Otro método físico de esterilización es el uso de calor seco, que se parece más a un horno que a una olla a presión. Los objetos se disponen en una cámara similar a un horno y se calientan hasta que se destruyen todas las formas de vida.

La esterilización es el más alto de los tres niveles de descontaminación. Es un proceso en varias etapas, largo y difícil. La esterilización la utilizan los odontólogos y cirujanos. Sus herramientas son instrumentos críticos, diseñados para romper y penetrar por la barrera de la piel. Por ello, los cosmetólogos y esteticistas, tienen que esterilizar las agujas utilizadas para hacer incisiones en la piel. Una alternativa más sencilla y segura es utilizar lancetas o agujas descartables o desechables.

**Desinfección:** Si la esterilización no resulta práctica y el saneamiento solo no es suficiente ¿qué se puede hacer para evitar la propagación de organismos peligrosos? La respuesta es la correcta desinfección. La desinfección controla microorganismos de superficies no porosas como pinzas, espátulas, y otros utensilios. La desinfección es un nivel más alto de descontaminación que el saneamiento. Solamente está precedida por la esterilización.

La desinfección proporciona el nivel de protección que necesita un gabinete, pues destruye la mayoría de los microorganismos, con una excepción, no destruye las esporas de las bacterias, pero esto no es necesario en el entorno del gabinete. Solamente es importante en hospitales y en otros centros de





salud en los que se utilizan instrumentos críticos para cortar o atravesar la piel.

Los desinfectantes son sustancias que destruyen los microbios de herramientas contaminadas y de otras superficies no porosas. Los desinfectantes no se pueden utilizar en la piel, el pelo o las uñas de las personas. Nunca utilice desinfectantes para limpiarse las manos. Cualquier sustancia lo suficientemente potente como para destruir patógenos rápida y eficazmente también puede dañar la piel. Recuerde siempre que los desinfectantes son productos serios que solamente deben utilizar los profesionales.

Uso correcto de los desinfectantes: Incluso los mejores desinfectantes no serán efectivos si no se utilizan correctamente. Todos los utensilios se deben limpiar a fondo antes de mojarse para evitar que contaminen la solución desinfectante. El pelo, las uñas, los aceites y el maquillaje reducirán la efectividad de una solución.

**Tipos de desinfectantes:** Existen varios tipos de desinfectantes para gabinetes de cosmetología:

**Quats:** Un tipo de desinfectante son los compuestos de amonio cuaternario (quats). Los quats están considerados como muy seguros y de rápida acción. La mayoría de las soluciones de quats desinfectan los utensilios en 10 o 15 minutos. Algunos instrumentos pueden resultar dañados si se dejan en la solución demasiado tiempo. La exposición prolongada a cualquier acuosa o de desinfectante puede dañar el acero fino.

**Fenoles:** Al igual que los quats, los desinfectantes fenólicos (fenoles) se han utilizado durante muchos años para desinfectar utensilios. También pueden ser muy seguros y eficaces si se utilizan siguiendo las instrucciones. Una desventaja es que ciertos materiales de caucho o de plásticos se pueden debilitar o desteñir con los fenoles. Se utilizan principalmente para utensilios metálicos.

Se debe tener mucho cuidado para evitar que la piel entre en contacto con los fenoles. Los desinfectantes fenólicos pueden producir irritación en la piel y los fenoles concentrados pueden producir quemaduras graves en piel y ojos (algunos son venenosos si se ingieren por accidente).

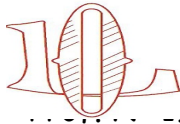
**Alcohol, lejía y limpiadores comerciales:** El término alcohol se utiliza incorrectamente. Hay muchos compuestos químicos que se pueden clasificar como alcoholes. Los tres más utilizados son el alcohol metílico (metanol), alcohol etílico (etanol o alcohol de grano) y alcohol isopropílico (isopropanol o alcohol de fricción).

En el gabinete se utiliza frecuentemente el alcohol etílico y el isopropílico para desinfectar los utensilios. Para que sea eficaz, la concentración de alcohol etílico no debe ser inferior al 70%. La concentración del alcohol isopropílico debe ser al menos del 99% para que sea eficaz.

El uso de alcoholes presenta muchas desventajas. Son muy inflamables, se







evaporan con rapidez y son desinfectantes de acción lenta y menos eficaces. También corroen los instrumentos y embotan los filos cortantes. Los vapores formados en la evaporación pueden producir dolores de cabeza y náuseas en altas concentraciones o tras una exposición prolongada.

La lejía de uso doméstico (hipoclorito de sodio) es un desinfectante eficaz, pero presenta algunos de los inconvenientes de los alcoholes. Ni la lejía ni los alcoholes se han diseñado o probado profesionalmente para la desinfección de utensilios de gabinetes de cosmetología. Se han utilizado ampliamente en el pasado, pero hoy día se han reemplazado por tecnologías más avanzadas y eficaces.

**Limpiadores ultrasónicos:** Los baños o limpiadores de ultrasonido son útiles cuando se combinan con desinfectantes. Los baños de ultrasonido utilizan ondas de sonido de alta frecuencia para crear potentes burbujas limpiadoras en el líquido. Esta acción limpiadora es una forma eficaz de limpiar pequeños orificios a los que resulta imposible llegar con un cepillo. Sin embargo, sin una solución desinfectante eficaz, estos dispositivos sólo pueden desinfectar utensilios.

Los limpiadores ultrasónicos son elementos adicionales útiles para el proceso de desinfección, pero no son un equipo necesario. Muchos sistemas desinfectan con gran eficacia sin estos dispositivos. Sin embargo, algunas personas piensan que vale la pena el gasto añadido que proporciona esta ventaja adicional a la limpieza. También ahorra tiempo al no tener que frotar los utensilios.

**Precaución:** Hace unos años, la formalina se recomendaba como desinfectante y fumigante en productos de saneamiento de armarios en seco. Sin embargo, la formalina no es segura para su uso en gabinetes cosmetológicos.

El gas que emana de las tabletas o el líquido de formalina se llama formaldehído. Se sospecha que el formaldehído es un agente causante de cáncer en los seres humanos. Provoca envenenamiento si se inhala y es muy irritante para ojos, nariz, garganta y pulmones. También puede producir alergias, irritaciones, sequedad y sarpullido.

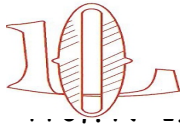
Tras un uso prolongado, los vapores de formaldehído pueden ocasionar síntomas similares a la bronquitis crónica o al asma. Estos síntomas suelen empeorar con el tiempo si la exposición es continuada.

**Nota:** No utilice jabones en pastilla en el gabinete. En ellos pueden crecer las bacterias. Es mucho más higiénico disponer de jabones antibacteriales líquidos en envase de bombeo.

### **Almacenamiento correcto de los utensilios**

Una vez desinfectados adecuadamente los instrumentos, deben guardarse en un lugar en el que estén libres de toda contaminación. Los higienizantes





ultravioletas (UV) son útiles lugares de almacenamiento; sin embargo, no sirven para desinfectar utensilios del gabinete. No utilice nunca estos dispositivos para desinfectar.

Si no desea utilizar un armario UV, los utensilios desinfectados se deben guardar en un lugar desinfectado, seco y cubierto.

### **Saneamiento**

El nivel más bajo de descontaminación se denomina saneamiento. Con frecuencia este término también se utiliza e interpreta incorrectamente.

Saneamiento significa "reducir de forma significativa el número de patógenos de una superficie". Se hace un saneamiento a los instrumentos y a otras superficies del gabinete limpiando con jabones o detergentes.

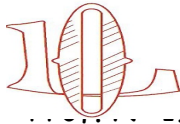
Estas superficies pueden seguir albergando patógenos u otros organismos. Aplicar antiséptico a la piel o lavarse las manos es otro ejemplo de saneamiento. Puede que tenga las manos muy limpias cuando termine, pero están cubiertas con microorganismos que se encuentran el agua y en la toalla.

### **La imagen profesional**

El saneamiento debe ser parte de la rutina normal de todas de todas las personas. De esta forma, usted, y sus colaboradores podrán mantener una imagen profesional. A continuación, se indican algunas normas sencillas que le ayudarán a mantener un aspecto óptimo en el lugar de trabajo.

- Se debe barrer el suelo después del servicio de cada cliente.
- Se deben recoger inmediatamente el pelo, los algodones, etc.
- Deposite todo material utilizado en un cubo de basura con tapa de cierre automático.
- Friegue el suelo y pase la aspiradora a las alfombras a diario.
- Es importante controlar todo tipo de polvo.
- Se deben limpiar las ventanas, las rejillas y las cortinas.
- Limpie habitualmente los ventiladores, los sistemas de ventilación y los humidificadores.
- Todas las zonas de trabajo deben estar bien iluminadas.
- Los gabinetes necesitan agua fría y caliente.
- Los baños deben estar limpios y ordenados.
- Recuerde limpiar los picaportes de las puertas de los baños.
- Se debe proporcionar papel higiénico, toallas de papel y jabón líquido antibacterial en un envase de bombeo.
- Lávese las manos después de ir al baño y entre un cliente y otro.
- Limpie los fregaderos y las fuentes de agua con regularidad.
- Se deben proporcionar vasos desechables o individuales.
- El lugar de trabajo debe estar libre de insectos y roedores.
- Los gabinetes nunca se deben utilizar como vivienda o para cocinar.





- Nunca se deben guardar los alimentos en frigoríficos utilizados para guardar productos del gabinete.
- Está prohibido comer, beber y fumar en zonas del gabinete en las que se realicen los servicios.
- Se deben vaciar regularmente los recipientes de desechos durante el día.
- Los empleados deberán llevar ropa limpia recién lavada.
- Utilice siempre toallas recién lavadas para cada cliente.
- Nunca se debe compartir maquillaje, lápiz de labios, borlas, lápices o pinceles.
- Se deben utilizar algodones o esponjas limpios para aplicar cosméticos y cremas.
- Extraiga los productos de los envases con espátulas limpias, no con los dedos.
- Todos los contenedores deben estar rotulados correctamente, bien cerrados y debidamente guardados.
- Debe mantenerse limpia la parte exterior de todos los envases.
- La ropa blanca sucia o manchada se debe retirar del lugar de trabajo y guardarla debidamente para limpiarla en un recipiente cubierto.
- No coloque instrumentos en la boca o en los bolsillos.
- Todas las herramientas y utensilios se deben limpiar y desinfectar correctamente después de cada uso y guardarse en un recipiente tapado y limpio.
- Los profesionales deben evitar tocarse la cara, la boca o los ojos durante los servicios.
- No se debe permitir la entrada de animales en los salones, excepto perros guías entrenados.

Estos son sólo algunas de las indicaciones que deben seguir los profesionales para protegerse a sí mismos y a sus clientes.

**Antisépticos:** los antisépticos pueden destruir bacterias o retardar su crecimiento, pero no son desinfectantes. Los antisépticos son más suaves que los desinfectantes y son seguros para la aplicación en la piel. Se consideran sanitarios y no son adecuados para su uso en instrumentos y superficies.

