



**Área:**  
Servicio

**Nivel:**  
Técnico  
Básico

VICEMINISTERIO DE EDUCACIÓN ALTERNATIVA Y ESPECIAL  
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN ALTERNATIVA

## Guía de trabajo

# BELLEZA INTEGRAL

Educación Técnica Tecnológica y Productiva



ESTADO PLURINACIONAL DE  
**BOLIVIA**

MINISTERIO  
DE EDUCACIÓN

MINISTERIO DE EDUCACIÓN  
EDUCACIÓN TÉCNICA TECNOLÓGICA Y PRODUCTIVA  
CARRERA BELLEZA INTEGRAL  
NIVEL TÉCNICO BÁSICO

Edgar Pary Chambi  
MINISTRO DE EDUCACIÓN

Viviana Mamani Laura  
VICEMINISTRA DE EDUCACIÓN ALTERNATIVA Y ESPECIAL

Ximena Aguirre Calamani  
DIRECTORA GENERAL DE EDUCACIÓN ALTERNATIVA

EDICIÓN, DISEÑO E ILUSTRACIÓN:  
Viceministerio de Educación Alternativa y Especial  
Dirección General de Educación Alternativa

Cómo citar este documento:

Ministerio de Educación. "Educación Técnica Tecnológica y Productiva - Carrera Belleza Integral".  
La Paz, Bolivia.

Depósito legal:  
4 - 1 - 356 - 2023 P.O.

Impreso:  
EDITORIAL DEL ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA 

LA VENTA DE ESTE DOCUMENTO ESTÁ PROHIBIDA

Av. Arce, Nro. 2147  
[www.minedu.gob.bo](http://www.minedu.gob.bo)

# Índice

<b>Presentación</b>	<b>5</b>
Orientaciones metodológicas	7
<b>Módulo I. Seguridad industrial</b>	<b>8</b>
<b>Unidad temática N° 1.</b> Historia de la peluquería	8
<b>Unidad temática N° 2.</b> Salud ocupacional	20
<b>Unidad temática N° 3.</b> Seguridad laboral	25
<b>Unidad temática N° 4.</b> Ergonomía	29
<b>Módulo II. Tratamientos capilares</b>	<b>33</b>
<b>Unidad temática N° 1.</b> Estructura del cráneo	33
<b>Unidad temática N° 2.</b> Estructura anatómica de la piel	37
<b>Unidad temática N° 3.</b> Tricología capilar	42
<b>Unidad temática N° 4.</b> Salud e higiene capilar	50
<b>Módulo III. Cortes de cabello</b>	<b>59</b>
<b>Unidad temática N° 1.</b> Visagismo	59
<b>Unidad temática N° 2.</b> Terminología del corte	64
<b>Unidad temática N° 3.</b> Técnica de esculpido	71
<b>Módulo IV. Peinados, diseño y creación</b>	<b>74</b>
<b>Unidad temática N° 1.</b> El cabello y su relación con el peinado	74
<b>Unidad temática N° 2.</b> Visagismo para la selección de peinados	81
<b>Unidad temática N° 3.</b> Técnicas para la realización de peinados y acabado	87
<b>Unidad temática N° 4.</b> Técnicas para la realización de recogidos: trenzados, anudados y torcidos	92
<b>Bibliografía</b>	<b>98</b>





# Presentación

El Ministerio de Educación, a través del Viceministerio de Educación Alternativa y Especial y la Dirección General de Educación Alternativa, presenta las Guías de Trabajo en Educación Técnica Tecnológica y Productiva. Estos materiales revisten una singular relevancia, porque serán entregados por primera vez a los participantes que se encuentran desarrollando sus procesos formativos en los Centros de Educación Alternativa.

Los facilitadores de las carreras Técnicas Tecnológicas y Productivas de los Centros de Educación Alternativa lideraron la producción de las guías de trabajo, basándose en sus experiencias y en las orientaciones del currículo. Los contenidos y actividades propuestos tienen como objetivo brindar una formación que trascienda lo cognitivo, abarcando también las dimensiones del ser, saber, hacer y decidir, en el marco del Modelo Educativo Sociocomunitario Productivo, establecido en la Ley de Educación N° 070 “Avelino Siñani – Elizardo Pérez” y están vinculadas a las vocaciones y potencialidades productivas de cada región.

Estos materiales se constituyen en una herramienta para formar a las personas jóvenes y adultas, no solo para el mundo laboral, sino también para ser actores de cambio, promotores de la innovación y generadores de emprendimientos productivos, contribuyendo a la reactivación económica.

Es fundamental destacar el papel dinámico que desempeñan las Personas Jóvenes y Adultas en la configuración de las transformaciones sociales. En este contexto, la formación Técnica, Tecnológica y Productiva es un tema central y prioritario, con el desafío de avanzar hacia la reactivación económica, la igualdad social y la eliminación de la pobreza. Todo ello se aborda desde un enfoque transformador e inclusivo para una educación plural.

Finalmente, este documento se configura como una herramienta de orientación, punto de partida esencial para el desarrollo de los procesos formativos. Los facilitadores deben enriquecer, contextualizar los contenidos y las propuestas de actividades según su experiencia profesional y las demandas particulares de los participantes.

Edgar Pary Chambi  
**MINISTRO DE EDUCACIÓN**



# Orientaciones para uso del texto

Para aprovechar al máximo esta guía y lograr el desarrollo de las actividades propuestas, utilizamos la siguiente iconografía que indica el inicio de los momentos metodológicos y las actividades correspondientes.



**Objetivo holístico:** orienta el proceso formativo articulado a las dimensiones Ser, Saber, Hacer y Decidir.



**Práctica:** conocimientos previos a partir de nuestra experiencia y realidad, antes de abordar los contenidos.



**Teoría:** comprendemos conceptos y categorías que posibiliten profundizar el debate que nos proponga cada Unidad Temática.



**Valoración:** nos apropiamos de criterios que nos permitan profundizar en nuestra reflexión y análisis de la realidad a partir de los contenidos.



**Producción:** promovemos la aplicación creativa del conocimiento, donde los participantes compartirán los resultados de su proceso formativo.



**Actividades:** desarrollamos actividades que incluyan consignas concretas y precisas que faciliten la internalización de los conocimientos adquiridos.



**Escanear código QR:** nos invita a explorar temáticas complementarias a los contenidos desarrollados. Al escanearlo, podremos acceder a una variedad de recursos audiovisuales.



### Objetivo holístico del módulo

Aplicamos normas de seguridad industrial en el trabajo de Belleza Integral, asumiendo valores de responsabilidad, compromiso y honestidad, a través del conocimiento de la historia de la Peluquería y del profesional en Belleza Integral, aplicando técnicas y procedimientos de higiene y cuidados, para un trabajo eficiente y efectivo a satisfacción del cliente.



### Unidad temática N° 1. Historia de la peluquería



### Iniciamos el módulo relatando cómo surgió la peluquería en la prehistoria.

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

#### ¿Cómo creemos que fue el cuidado del cabello en la antigüedad?

1. Relatemos brevemente según la cultura y el contexto de qué manera se cuidaban el cabello antiguamente y que productos, herramientas o materiales utilizaban.
2. Anotemos algunos cambios que creemos que tuvo la peluquería y los salones de belleza en el transcurso de los años.
3. Describamos dentro del cuadro las características de un profesional de belleza.

#### Observemos la siguiente imagen y respondamos las preguntas:

1. ¿Cómo debe ser un salón de belleza?
2. ¿Qué servicios brinda un salón de belleza?



Dibujemos en nuestros cuadernos las herramientas y materiales que corresponden a cada servicio.



## Historia de la peluquería

**La historia de la peluquería.** Se remonta a la antigüedad, donde se crearon peinados y ritos que eran influyentes en la cultura y la moda de la época. En Egipto, por ejemplo, las pelucas y los tocados eran muy populares, mientras que en Grecia e incluso en la época romana, el peinado y el estilo de cabello eran signos de estatus social. Con el paso de los años, la peluquería se ha convertido en una disciplina cada vez más especializada, con la aparición de salones de belleza y la popularización de diferentes servicios como el corte de pelo, el teñido y los tratamientos capilares.

Actualmente, la peluquería sigue desempeñando un papel importante en la moda y la cultura, y ha evolucionado para incluir nuevas técnicas y productos, así como servicios personalizados para las necesidades y deseos de cada persona.

La belleza integral se refiere al enfoque de la belleza centrado en el bienestar interno y externo, que incluye aspectos como la piel, el cabello, la nutrición y el bienestar emocional. Este enfoque se remonta a las antiguas civilizaciones, donde se empleaban técnicas y medicinas naturales para el cuidado de la piel y el cabello. Con el tiempo, la belleza integral se ha convertido en una corriente importante dentro de la industria de la belleza, que busca proporcionar soluciones más holísticas y saludables para el cuidado personal. Además, la belleza integral no solo se centra en la estética, sino también en el bienestar mental y emocional, lo que ha permitido un avance en el mundo de la belleza y el cuidado personal.

**La historia de la peluquería en Latinoamérica.** Se remonta a la época prehispánica, donde se practicaba el peinado y la elaboración de tocados para distintas ceremonias y festividades. Con la llegada de los colonizadores europeos, se introdujeron nuevos estilos y técnicas de peinado y se crearon salones para cortes de cabello y servicios de peluquería. Con el paso del tiempo, la peluquería se ha convertido en un campo importante dentro de la industria de la belleza y la moda en Latinoamérica, donde se han desarrollado estilos y tendencias propias. Además, la peluquería ha generado empleos y oportunidades de negocio en toda la región.

**La peluquería en Bolivia.** Ha experimentado un crecimiento significativo en las últimas décadas. Los estilos de cabello y las técnicas de corte y peinado tradicionales conviven con las tendencias globales de la industria. La peluquería se ha convertido en un sector económico relevante para la nación, que cuenta con un gran número de salones y barberías. Además, las nuevas tendencias tecnológicas y la creciente influencia de la moda han llevado a la aparición de servicios más especializados como la barbería de lujo y la peluquería unisex. En general, la peluquería en Bolivia es un campo en constante evolución y desarrollo, influenciado por factores económicos y culturales.



## El profesional del salón de belleza



### Describamos dentro del cuadro las características de un profesional de belleza.

El profesional del salón de belleza es una persona que cuenta con capacitación y habilidades especializadas en el cuidado y estética del cabello, piel y uñas, así como en otros servicios de belleza y cuidado personal. Estos profesionales brindan servicios tales como corte de cabello, peinados, coloración, manicuras, pedicuras, depilación y maquillaje. Además, deben estar al tanto de las últimas tendencias en la moda y belleza, para poder ofrecer a sus clientes una experiencia de vanguardia. Una de las responsabilidades más importantes de un profesional del salón de belleza es mantener los estándares de higiene y seguridad en todo momento, incluyendo la limpieza y desinfección adecuada de herramientas y equipos. Además, deben asegurarse de mantener una comunicación efectiva con el cliente para entender sus necesidades y preferencias.

### Ética social

La ética social de un profesional de salón de belleza se refiere a su responsabilidad de actuar de manera ética y respetuosa hacia sus clientes y la sociedad en general. Esto incluye el compromiso de proporcionar servicios de belleza de alta calidad y tratar a sus clientes con dignidad y respeto, independientemente de su género, raza, religión u orientación sexual. También implica la obligación de garantizar un ambiente seguro y acogedor en el salón de belleza, asegurándose de que se sigan los procedimientos adecuados de higiene y seguridad. Los profesionales de salón de belleza también tienen la responsabilidad de ser transparentes sobre los precios y los servicios que ofrecen, y de no discriminar a los clientes de ninguna manera.



Los aspectos más relevantes de un profesional de la belleza son su habilidad y conocimiento especializado en técnicas, productos de cuidado, estética de la piel, cabello y uñas, así como su capacidad de establecer relaciones de confianza con los clientes y ofrecer un excelente servicio al cliente. Además, un profesional de la belleza debe tener un alto nivel de ética y compromiso con la higiene y seguridad, manteniendo los equipos y herramientas de trabajo limpios y desinfectados en todo momento. También se espera que sean expertos en tendencias actuales de moda y belleza, y que puedan orientar adecuadamente a los clientes sobre qué estilo se adapta mejor a sus necesidades. Finalmente, un profesional de la belleza debe ser capaz de comunicarse claramente con sus clientes, escuchar sus necesidades y preocupaciones y ofrecer soluciones personalizadas y efectivas para satisfacer sus necesidades de belleza.



### Características de un profesional de estética

Los profesionales de la estética deben tener habilidades y conocimientos técnicos especializados en el cuidado y la belleza del cabello, la piel, las uñas, y también deben ser capaces de establecer una relación de confianza con el cliente y brindar un excelente servicio. La ética y el compromiso con la higiene y la seguridad son fundamentales en este campo, los profesionales deben mantener equipos y herramientas de trabajo siempre limpias y desinfectadas. Además, es importante que estén actualizados en las últimas tendencias de moda, que puedan brindar asesoramiento a los clientes sobre que estilo se adapta mejor a sus necesidades.

### Importancia de la ética profesional

La ética en el trabajo de un profesional de belleza es fundamental para garantizar que los clientes estén satisfechos y que la sociedad en general esté protegida de comportamientos negativos o inapropiados. Un profesional de belleza ético sabe cómo proporcionar un servicio excepcional a sus clientes y tratarlos con respeto y dignidad en todo momento. Además, el profesional de belleza debe mantener un ambiente seguro, adoptando medidas para la higiene y la seguridad en su lugar de trabajo para evitar riesgos para la salud de los clientes. También es importante que los precios y los servicios se comuniquen de manera clara y transparente a los clientes, y el profesional de belleza no debe discriminar a nadie por motivos de género, raza, religión, orientación sexual.

## Cultura

La cultura es un aspecto crucial en la profesión de belleza integral, ya que los profesionales de belleza deben comprender y respetar las diversas culturas de sus clientes. Esto implica que los profesionales deben ser conscientes de las diferencias culturales en cuanto a estilos y preferencias de belleza, y estar preparados para adaptar sus prácticas a las necesidades de cada cliente, respetando sus tradiciones y costumbres. Además, los profesionales de belleza deben ser conscientes de las barreras culturales que puedan existir entre ellos y sus clientes y adoptar medidas para superar estas barreras, promoviendo así la inclusión y la diversidad cultural.

## Pulcritud e higiene

Son aspectos fundamentales en un salón de belleza integral, ya que son necesarios para un ambiente seguro y saludable para los clientes y los trabajadores del salón. Es esencial que los objetos y las herramientas de trabajo estén constantemente limpios y desinfectados, para prevenir la propagación de enfermedades y garantizar la seguridad de las personas que asistan al salón. Además, se espera que los profesionales de belleza sigan estrictamente los protocolos de higiene, incluyendo el uso de guantes desechables y toallas limpias para cada cliente, para evitar la transmisión de bacterias y virus. La pulcritud también contribuye a la comodidad y la satisfacción de los clientes, al garantizar un ambiente agradable y acogedor.

Un salón de belleza debe ser un ambiente profesional, acogedor y seguro para los clientes y trabajadores. Debe contar con una infraestructura limpia, organizada y bien equipada, lo que incluye mobiliario y herramientas de trabajo de alta calidad y en buen estado. Además, debe estar asegurado un buen sistema de ventilación y limpieza para cumplir con las normas de higiene. Los profesionales de belleza deben estar capacitados y actualizados en las últimas tendencias y técnicas de belleza para brindar un servicio de alta calidad a los clientes. La atención al cliente debe ser amable y respetuosa, sin discriminación alguna. También es importante garantizar la privacidad y la comodidad de los clientes durante su visita al salón de belleza.

Todas las estilistas deben arreglarse el cabello al menos una vez por semana, y su cabello deberá:

- Reflejar: el arte más exquisito del salón.
- Una peinadora profesional y eficiente debe evitar los siguientes aspectos negativos.

- Mala Higiene corporal.
- Fumar delante de los clientes.



- Masticar frente a los clientes la goma de mascar.
- Hablar en voz irritada o alta.

- Discutir problemas personales con los clientes.
- Esparcir rumores.

- Usar lenguaje vulgar.
- Desprestigiar los servicios de sus compañeros de trabajo.

El salón de belleza la sociedad actual exige cada vez más al hombre como a la mujer una apariencia agradable y prolija, es por esta razón que las personas deben preocuparse más por uno mismo y resaltar sus atractivos físicos o simplemente tener una apariencia elegante.

**El objetivo principal de un salón de belleza es:** brindar servicios de cuidado y embellecimiento utilizando tratamientos adecuados para cada tipo de problema a presentarse.

**Para conseguir este objetivo el salón de belleza debe disponer de:** aparatos y herramientas de trabajo debidamente ordenados y de última tecnología.

- Muebles cómodos [sillones] de manera que el cliente no se incomode al esperar.
- Una decoración discreta, pero elegante.
- Iluminación adecuada [preferentemente natural no tanto así la luz artificial]. Música ambiental, que inspire la tranquilidad del cliente.
- La limpieza es uno de los aspectos más importantes en el salón; equipos, instalación y herramientas como secadoras de mano, tijeras, peines, cepillos, etc. Deben estar siempre limpios y completamente esterilizados para evitar contagio de enfermedades [bioseguridad]
- La armonía del servicio es lo más importante en el salón porque la atención al cliente merece el mejor esfuerzo.
- Suplir las expectativas del cliente complementando la parte práctica y técnica.

Podemos resumir todos los puntos anteriores en tres reglas fundamentales: “Armonía, pulcritud e higiene”.

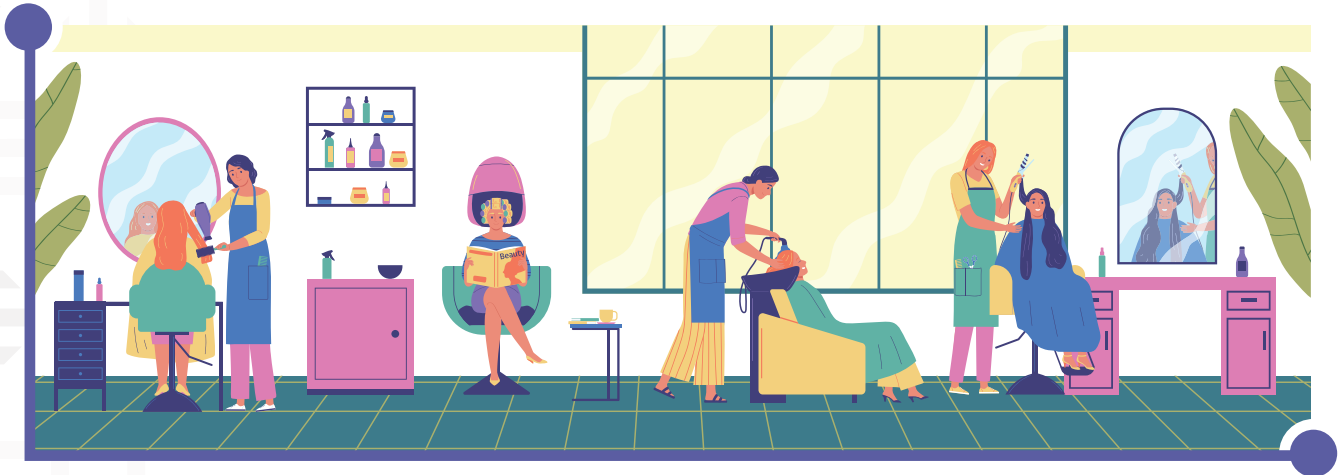


**Acorde a lo avanzado completemos el siguiente cuadro**

Acciones correctas en el salón	Acciones incorrectas en el salón



**Instalación del salón de belleza**



Acorde a la imagen, anotemos los aspectos fundamentales que debe tener un salón de belleza o peluquería.

**Realicemos esta actividad en nuestros cuadernos**



## Instalación del salón de belleza

La instalación de un salón de belleza implica crear un ambiente adecuado y seguro para el trabajo de los profesionales de belleza y la atención a los clientes. Esto se logra mediante el mobiliario y equipamiento necesarios, como mesas, sillas, camillas de tratamiento, secadores, luces y espejos, en el salón. También es importante asegurarse de cumplir con los requisitos de seguridad y salud, incluyendo la instalación de sistemas eléctricos y de ventilación adecuados, además de contar con un sistema de limpieza y mantenimiento efectivo. La decoración y la iluminación deben crear un ambiente agradable, acogedor para los clientes, la disposición de los objetos, herramientas en el salón debe permitir una circulación fluida y organizada.

En el salón de belleza, es importante mantener un orden adecuado y prestar atención a la disposición del espacio para aprovecharlo de la mejor manera posible. Para garantizar la eficacia del trabajo, cada sección debe estar organizada y estructurada de forma lógica, como por ejemplo, los estantes de productos de belleza y los suministros de trabajo cercanos al área de trabajo necesario. Es importante también contar con espacios para la atención de los clientes en un lugar agradable y tranquilo para su comodidad. Mientras que las herramientas de trabajo, las salas de tratamiento deben estar limpias y desinfectadas en todo momento para garantizar la seguridad e higiene de los empleados.

Un salón de belleza debe tener:

1

**Área de recepción.** Debe ser acogedora y cómoda para los clientes que esperan su turno. Puede incluir una mesa de recepción, sillas, revistas y una televisión.

**Área de servicios.** Debe estar bien iluminada y ventilada, con suficiente espacio para que los trabajadores puedan moverse libremente. Debe incluir estaciones de trabajo para cada servicio, como cortes de cabello, manicura, pedicura, maquillaje, entre otros.

2

3

**Área de lavado.** Debe estar cerca del área de servicios y contar con lavamanos cómodos y con buena iluminación.

**Área de almacenamiento.** Debe estar cerca del área de servicios y contar con suficiente espacio para almacenar los productos y herramientas de trabajo.

4

5

**Baño.** Debe estar limpio y bien equipado con papel higiénico, toallas de papel y jabón.

**Las instalaciones del salón de belleza:** son un componente crucial en el éxito del negocio. Deben ser espacios confortables, limpios y bien iluminados, con una distribución inteligente del equipo y mobiliario para proporcionar comodidad tanto para el personal como para los clientes. Las salas de belleza modernas se incorporan con tecnología de vanguardia, como luces LED y herramientas avanzadas para el cuidado personal, además de una amplia gama de productos de belleza de última generación. En general, las instalaciones del salón de belleza buscan crear un ambiente relajante y acogedor para el disfrute de los servicios de belleza y bienestar.

### Herramientas de uso profesional

Son fundamentales para realizar una gran variedad de servicios de belleza y bienestar. Entre las herramientas importantes se encuentran secadores de cabello profesional, planchas, rizadoros, cepillos de diferentes tamaños y formas, tijeras y navajas para cortar el cabello, entre otras. Además, el uso de tecnologías avanzadas para tratamientos de la piel y el cabello son esenciales para un servicio de calidad, tales como máquinas de fototerapia, microdermoabrasión y otros.

El adecuado manejo de herramientas en un salón de belleza es fundamental para garantizar la seguridad y comodidad de los clientes. Es importante tener todos los equipos y herramientas debidamente esterilizados y desinfectados antes y después de cada uso para mantener un ambiente limpio y libre de bacterias y microbios. Además, es necesario que el personal tenga conocimientos y habilidades en el uso correcto de cada herramienta para prevenir accidentes o errores durante los servicios de belleza.

Los utensilios y herramientas de limpieza son esenciales para mantener un ambiente limpio y seguro en un salón de belleza. Entre ellas se encuentran cepillos, escobas y recogedores de pelo, paños, toallas para limpiar superficies, soluciones y productos de limpieza y desinfectantes, así como equipos de limpieza industrial para servicios de limpieza más intensos.

Es importante recalcar que estos utensilios y herramientas deben ser desinfectados previamente antes y después de cada uso para evitar la propagación de bacterias y microbios.



## ¿Por qué es importante la ética y estética en la belleza profesional?

Valoremos lo aprendido a través del análisis y reflexión, realizando de las siguientes actividades:

**Actividad 1.** Analicemos la importancia de la higiene personal en el Salón de Belleza.

**Actividad 2.** Las y los participantes realizan cuadros comparativos diferenciando ética y estética.

**Actividad 3.** Los participantes organizados en cinco grupos, visitarán salones de belleza del entorno para determinar si el salón es adecuado y cumple todas las normas de seguridad, sobre todo conocer por qué y cuáles son las dificultades o problemas que se presenta en un Salón de Belleza.

**Actividad 4.** Los participantes de forma individual realizan un relato de lo observado en un salón [atención, higiene].



## Conozcamos los resultados tangibles e intangibles del proceso formativo.

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Realicemos un resumen del origen de la peluquería.

**Actividad 2.** Elaboremos un listado del mobiliario básico para centros de belleza,

**Actividad 3.** Realicemos dibujos clasificando las herramientas y materiales para cada servicio.

**Actividad 4.** Diferenciamos entre limpieza, desinfección y esterilización.

**Actividad 5.** Elaboremos de un protocolo de bioseguridad para tu salón de belleza.

**Actividad 6.** Describamos los elementos de limpieza y bioseguridad para el salón de belleza.



## Higiene personal y profesional

La higiene personal es de suma importancia para el personal que trabaja en un salón de belleza, ya que interactúan de cerca con los clientes. Entre las medidas de higiene personal se encuentran: lavado frecuente de manos antes y después de cada servicio, uso de ropa, uniformes limpios, cómodos para trabajar, mantener el cabello recogido y limpio, uñas cortas, limpias, sin esmalte, evitar el uso de joyas, accesorios que puedan acumular bacterias y microbios.

### Higiene del profesional del salón de belleza

La higiene del profesional en un salón de belleza. La higiene es una parte importante de diferentes profesiones, es esencial para garantizar la seguridad, bienestar de los clientes y la reputación de la industria en general. Las regulaciones y normativas que rigen la práctica de diferentes profesiones, incluida la peluquería y la estética, a menudo hacen hincapié en la necesidad de cumplir con estándares de higiene elevados y prácticas seguras.

Además, es común que diferentes salones de belleza tengan códigos de vestimenta y otros requisitos para garantizar que el personal se vea y se sienta profesional y preparado para trabajar con los clientes.

### Higiene y esterilización de herramientas profesionales

La higiene es muy importante para los centros de estética y belleza, ya que ayuda a proyectar una imagen positiva del negocio y a proteger la salud de los clientes y trabajadores. Los profesionales que trabajan en estos centros están expuestos constantemente a los microorganismos de la piel, algunos de los cuales pueden ser peligrosos, como hongos, bacterias, virus y parásitos. Por lo tanto, la limpieza y la desinfección son herramientas fundamentales para prevenir la propagación de estas infecciones y garantizar la seguridad de los clientes y trabajadores del salón. Desafortunadamente, muchas veces se subestima la importancia de la limpieza y la desinfección en los centros de belleza.

### Mantener el orden de los espacios y almacenar correctamente las herramientas de trabajo

La importancia de la limpieza y desinfección en los salones de belleza. Entre las medidas de higiene que se deben seguir se encuentran limpiar y desinfectar las herramientas de trabajo reutilizables, mobiliario y superficies, toallas y otros elementos textiles, así como utilizar papel camilla y otros productos de celulosa para mejorar la higiene.

También se deben mantener en perfectas condiciones de limpieza la zona de aseo y ofrecer soluciones para la higiene de manos.

En cuanto al almacenamiento de las herramientas de trabajo, es necesario separar bien los productos desechables y almacenar correctamente los demás para su posterior higienización, colocando etiquetas identificativas en cada zona para mantener el orden y diferenciar los espacios.

Los profesionales de peluquería, estética y uñas trabajan con utensilios que están en contacto directo con la piel y pueden albergar miles de microorganismos nocivos que pueden poner en riesgo la salud del cliente, por lo que es importante esterilizarlos adecuadamente, ya sea mediante sistemas autoclave o por limpieza y desinfección por aspersión.

**La limpieza y desinfección en los centros de estética y belleza:** se destaca la necesidad de empezar por la limpieza general, incluyendo muebles, techos y paredes, utilizando productos de limpieza y desinfección efectivos contra hongos, bacterias y virus. Para mantener la superficie de trabajo limpia y desinfectada, se recomienda hacerlo después de cada cliente utilizando toallitas impregnadas en soluciones de detergente y desinfectante.

Las toallas se consideran un punto crítico en términos de higiene, por lo que es importante separarlas, lavarlas y desinfectarlas adecuadamente con los detergentes y la temperatura adecuada.

**El uso de papel camilla:** se presenta como una solución más higiénica para cubrir las camillas donde se realizan los tratamientos, se recomienda el uso de porta-bobinas de papel para el secado de la piel después de aplicar aceite o para secar las manos después de lavarlas. Mantener la zona de aseo en perfectas condiciones de limpieza.

Se destaca la importancia del baño como indicador de limpieza y se ofrecen recomendaciones para su higiene y equipamiento. Además de proporcionar jabón de manos, se aconseja colocar dispensadores o botellas de gel hidroalcohólico para una desinfección rápida de las manos.

**Los contenedores:** son de gran capacidad son necesarios para desechar los instrumentos desechables y el papel camilla de forma higiénica y selectiva, es recomendable utilizar equipo de protección individual desechable, como guantes de nitrilo, para una mayor seguridad e higiene. Por último, se destaca la importancia de los olores para transmitir sensaciones.

**Las normas y procedimientos del manejo de residuos en el salón de belleza:** están diseñados para garantizar la eliminación segura y adecuada de los residuos que se generan en el entorno. Estos procedimientos también ayudan a reducir los riesgos de salud y seguridad asociados con la eliminación inapropiada de residuos:

**Clasificación de los residuos:** se debe clasificar los residuos según los tipos de desechos que se generan, por ejemplo, residuos orgánicos, materiales reciclables y residuos peligrosos.

**Almacenamiento de residuos:** es importante almacenar los residuos de manera segura y adecuada para evitar la exposición innecesaria de sustancias tóxicas y peligrosas en el aire, el agua o el suelo.

**Contenedores de residuos:** se deben utilizar contenedores etiquetados y coloridos para almacenar diferentes tipos de residuos. Por ejemplo, el contenedor de residuos peligrosos debe estar claramente etiquetado y nunca debe mezclarse con otros residuos no peligrosos.

**Eliminación de residuos:** la eliminación de residuos debe realizarse de acuerdo con las leyes y regulaciones locales. Los residuos peligrosos deben ser eliminados por empresas autorizadas que utilicen procesos de tratamiento de residuos seguros y adecuados para el tipo de residuo que se genera.

**Capacitación del personal:** todo el personal debe recibir capacitación en el manejo de residuos, que incluye la clasificación adecuada de los residuos y los procedimientos de almacenamiento y eliminación de residuos.



## Unidad temática N° 2. Salud ocupacional



### Iniciamos la temática preguntando

¿Qué entendemos por salud? observemos e identifiquemos los factores de riesgo.





Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

- ¿Cuáles son los riesgos más continuos en la sociedad?
- ¿Han sufrido un accidente a causa de un factor de riesgo?
- Relatemos un riesgo que hayamos evitado.
- Realicemos un cuadro con la clasificación general de los factores de riesgo.

En nuestros cuadernos realicemos un dibujo identificando la diferencia de los factores de riesgo.

Qué buenas prácticas se debe tomar en cuenta en Salón de Belleza como medida de seguridad.

### Salud ocupacional en belleza

Es esencial que se adopten medidas de prevención para minimizar estos riesgos y garantizar un ambiente de trabajo seguro para los trabajadores. Es fundamental proporcionar la formación adecuada en temas de seguridad y salud, mantener procedimientos y protocolos establecidos y el uso del equipo de protección personal adecuado, como guantes, gafas y máscaras protectoras, para reducir la exposición a productos químicos y otros riesgos laborales.

**La salud.** Es un aspecto muy importante en la industria de la belleza integral, debido a que los trabajadores pueden estar expuestos a diversos riesgos en el ambiente de trabajo, como productos químicos contenidos en algunos productos de belleza. Por ello, es fundamental que se preste atención a la seguridad laboral y se adopten medidas preventivas para minimizar los riesgos y mantener un

ambiente de trabajo seguro para los empleados. Es importante proporcionar a los trabajadores la formación necesaria en cuanto a temas de seguridad y salud, además de asegurarse que se sigan los protocolos y procedimientos establecidos.

**Riesgo.** En la belleza integral es un tema de gran importancia debido a que los profesionales de belleza están expuestos a diversos peligros en su lugar de trabajo como productos químicos, objetos punzocortantes y otros materiales peligrosos. Por este motivo, es fundamental que se tomen medidas de seguridad y se adopten medidas preventivas para minimizar los riesgos y crear un entorno laboral seguro para los empleados. Es importante que se brinde una formación adecuada sobre seguridad y salud, se asegure que se sigan los protocolos y procedimientos recomendados. Además, los trabajadores deben utilizar equipo de protección personal apropiado, tales como guantes, gafas y mascarillas protectoras, para reducir la exposición a productos químicos y otros riesgos laborales, es muy importante conocer la definición de Salud establecida por la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) que precisa:

*“La salud es un estado de completo bienestar, físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”.*

**Un accidente laboral.** En belleza integral se refiere a un suceso inesperado que ocurre en el lugar de trabajo, que afecta la salud o integridad física del trabajador. Estos accidentes pueden ser causados por varios factores, incluyendo el uso inadecuado o inseguro de productos químicos, herramientas, maquinaria, o electrodomésticos de belleza. También puede ocurrir por falta de atención, fatiga o falta de formación en seguridad laboral. En la belleza integral, es esencial que se tomen medidas de seguridad para minimizar estos riesgos, siendo necesario proporcionar formación adecuada en cuestiones de seguridad y salud, asegurarse de que se sigan los protocolos y procedimientos establecidos para prevenir accidentes laborales. Si ocurre algún accidente, es esencial proporcionar atención médica urgente y tomar medidas para evitar que futuros incidentes se repitan.

**Enfermedad.** Las enfermedades en la belleza integral son de gran preocupación debido a que los profesionales de belleza pueden estar expuestos a diversas enfermedades como resultado de su trabajo. Estas enfermedades pueden ser causadas por diversos factores, como la exposición a productos químicos, bacterias o virus, así como por contacto con personas infectadas. Es fundamental que se tomen las medidas preventivas adecuadas para garantizar la seguridad de los trabajadores y prevenir la propagación de enfermedades en el ambiente de trabajo. Esto incluye proporcionar formación sobre seguridad y salud, asegurarse de que se sigan los protocolos y procedimientos recomendados, y utilizar equipo de protección personal para minimizar el riesgo de exposición. Además, es importante mantener una higiene rigurosa y desinfectar adecuadamente los utensilios de belleza para evitar la propagación de enfermedades.

## Herramientas y mobiliarios

Recomendaciones para mantener un espacio de trabajo seguro y ordenado:

Es importante leer las instrucciones para limpiar correctamente.

Después de usar, todo debe ser colocado en su lugar para mantener el orden.

Revisa los muebles y materiales para asegurarte de que no tengan piezas sueltas.

Es necesario limpiar y desinfectar el mobiliario.

Es importante evitar dejar cajones y puertas abiertas.

Se deben evitar los organizadores móviles que obstruyan el paso.

Hay que evitar pasar por encima de los cables.

Garantizar la seguridad en el lugar de trabajo al manipular materiales y sustancias:

Es importante leer las contraindicaciones de los productos antes de aplicarlos y asegurarse de informar a los clientes.

Se debe evitar el uso de productos caducados.

Las toallas, batas y sábanas deben ser lavadas en caliente y se deben reemplazar con frecuencia.

Es recomendable usar guantes de protección y gafas cuando sea necesario.

Se debe mantener bien ventilado el salón.

El orden y la limpieza son fundamentales para garantizar la seguridad en el trabajo, reduciendo significativamente el riesgo de accidentes para el personal y los clientes.

## Normas de bioseguridad del salón

Pasos para la prevención de infecciones en un centro de belleza:

En el **Paso 1**, realizar una limpieza exhaustiva del centro de belleza y de los instrumentos utilizados, separando las herramientas en partes para garantizar una buena limpieza antes de utilizar cualquier producto desinfectante.

En el **Paso 2**, la desinfección de los objetos y superficies mediante el uso de un producto químico desinfectante, como la lavandina, para eliminar efectivamente los patógenos.

En el **Paso 3**, consiste en la esterilización y proporcionan algunas consideraciones importantes para llevarla a cabo adecuadamente, como lavar previamente los instrumentos, no esterilizar paquetes apretados, tarros tapados, cubetas o frascos al revés, mantener las pinzas y tijeras abiertas durante la esterilización.



**En la carrera de belleza integral el análisis de los factores de riesgo debe considerar también al cliente o modelo, pues es la parte del proceso productivo**

**Analicemos y reflexionemos la importancia de las medidas preventivas adecuadas y aplicarlas para minimizar los factores de riesgo en la carrera de belleza integral.**

Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

- ¿Qué factores de riesgo leves se presentan en un salón de belleza?
- ¿Qué factores de riesgos graves se presentan en salones de belleza?
- ¿Qué prácticas podemos realizar para prevenir riesgos en el trabajo?



**Conozcamos los resultados tangibles e intangibles del proceso formativo.**

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Elaboración de cuadros, afiches y señalización para evitar riesgos en el área de trabajo.

**Actividad 2.** Presentación de diagnósticos antes de realizar un trabajo de servicio de belleza.

**Actividad 3.** Conocimientos en la prevención de accidentes en el área de trabajo.



## Unidad temática N° 3. Seguridad laboral



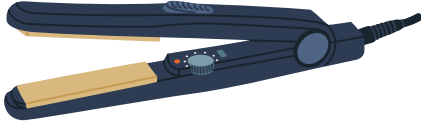
Identifiquemos experiencias, información y aprendizajes previos sobre seguridad laboral.

Observemos e identifiquemos la siguiente imagen y en nuestros cuadernos anotemos lo que es correcto.



Hagamos un listado de las herramientas eléctricas que se utilizamos en un salón de belleza.

Identifiquemos las siguientes herramientas describiendo el uso adecuado y su recomendación.

Herramienta de calor	Uso adecuado	Recomendación
		



Las sillas específicas para cortar el cabello, lavar el cabello y las estaciones de trabajo son importantes para la comodidad del cliente. Además, se deben incluir equipos de seguridad como guantes, gafas protectoras, delantales, y otros elementos de protección personal para garantizar la seguridad de los trabajadores y clientes.

### La seguridad en instalaciones con riesgo de incendio y explosión

Es necesario tomar medidas preventivas para minimizar los riesgos de este tipo de accidentes, como mantener las instalaciones en buen estado, asegurar que los productos inflamables se manipulen y almacenen adecuadamente, crear un plan de emergencia para actuar rápidamente en caso de un accidente. Además, es importante asegurarse de que el personal esté capacitado y tenga conocimientos sobre el manejo de sustancias inflamables y los protocolos de seguridad adecuados. Se deben utilizar equipos de protección personal para garantizar la seguridad del personal, así como mantener las instalaciones bien ventiladas para prevenir la acumulación de gases inflamables.

### Señalética

Para un Salón de Belleza se recomienda utilizar señalética que indique diferentes aspectos importantes para la seguridad y el bienestar de los clientes y empleados. Algunas de las señales que pueden ser útiles, incluyen:

Señales de entrada y salida para evitar aglomeraciones y permitir un flujo constante de personas.

Señales que indiquen la ubicación de los extintores y demás elementos de seguridad.

Señales que indiquen la ubicación de los baños y dispensadores de jabón, toallas de papel y gel desinfectante.

Señales que indiquen la prohibición de fumar y de hacer fotografías o videos en el local.

Señales que indiquen la prohibición de consumir alimentos o bebidas en el salón.

Señales que indiquen el uso obligatorio de mascarilla y la necesidad de mantener el distanciamiento social en caso de ser necesario.

### Prevención y bioseguridad

Son prácticas que se utilizan para proteger a las personas y a los trabajadores de la salud en entornos sanitarios y otros entornos de trabajo similares, como salones de belleza o peluquerías. La prevención y bioseguridad implica el uso de procedimientos adecuados y equipos de protección personal para minimizar el riesgo de exposición a patógenos infecciosos y otros riesgos en el entorno laboral.



## Interpretemos la siguiente imagen

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:



- Realicemos un análisis del mal uso de estas herramientas.
- ¿Mediante las prácticas realizadas, tuvimos algún inconveniente en el manejo de las herramientas?.



## Conozcamos los resultados tangibles e intangibles del proceso formativo.

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Elaboración de un protocolo de bioseguridad para nuestro futuro Salón de Belleza.

**Actividad 2.** Aplicación de las normas de seguridad en los trabajos asignados.

**Actividad 3.** Conocimiento en el uso adecuado de las herramientas de calor.

**Actividad 4.** Aplicación de técnicas en la realización de sus prácticas productivas.





## Unidad temática N° 4. Ergonomía



Mediante la conversación realicemos la siguiente pregunta: ¿Qué es ergonomía?

Observamos y explicamos la siguiente imagen



Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

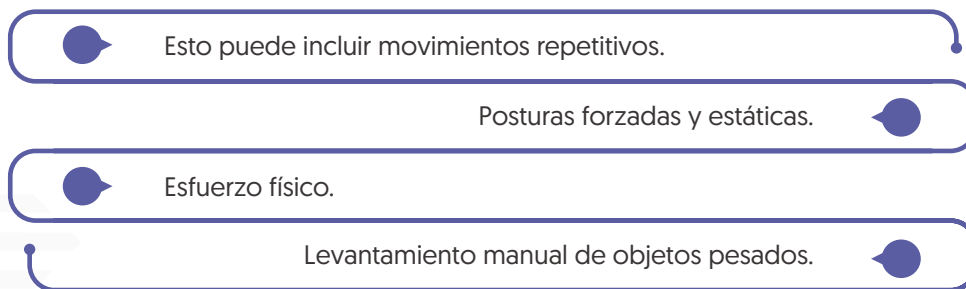
- ¿Cuáles son las posibles consecuencias de una mala ergonomía?
- ¿Cómo es una herramienta ergonómica?
- ¿Qué es la ergonomía en un Salón de Belleza?
- ¿Cómo debe ser la postura correcta de un profesional de belleza?

**Conocemos las clasificaciones generales de los riesgos, así como los beneficios de la ergonomía la cual evita y reduce lesiones o enfermedades vinculadas al uso excesivo de tecnología o entornos artificiales.**

La ergonomía es el estudio de la relación entre el ser humano, la tecnología y el entorno en el que se desenvuelve. Es una disciplina que busca mejorar la adaptación del ambiente de trabajo a las necesidades, limitaciones físicas y mentales del trabajador, a fin de prevenir lesiones relacionadas

con las condiciones laborales. La ergonomía toma en cuenta aspectos como la postura, el esfuerzo físico, el movimiento repetitivo, el uso de pantallas, dispositivos electrónicos y otros factores que pueden afectar la salud física y mental de los trabajadores. El objetivo final de la ergonomía es lograr un ambiente laboral seguro, saludable y eficiente.

Lo que incide en que el ambiente esté en consonancia con las necesidades del cuerpo humano, y que puede afectar la estabilidad física de las personas:



### Ergonomía en un salón de belleza

La ergonomía es una práctica imprescindible en el día a día de un salón de belleza o peluquería. Básicamente, esta disciplina consiste en la aplicación de conocimientos para asegurarse que el trabajo, las herramientas y el ambiente de trabajo se adapten a las capacidades, limitaciones mentales y físicas de cada persona.

La ergonomía se enfoca en analizar las exigencias que las tareas, las máquinas y las instalaciones presentan a los trabajadores y su capacidad para responder a dichas exigencias. Es fundamental en el ámbito laboral que se garanticen las condiciones ergonómicas para el bienestar, la salud mental y física de los empleados.

En la búsqueda por mejorar el diseño de productos, la ergonomía se enfoca en que sean eficientes, seguros y no generen patologías en el cuerpo humano, además de indicar su modo de uso en su configuración.

Los principales problemas de ergonomía en el salón de belleza pueden provocar diversas lesiones músculo-esqueléticas en hombros, cuello, manos y muñecas, así como problemas circulatorios y de la columna vertebral que, a su vez, pueden convertirse en problemas graves y crónicos. Asimismo, el síndrome del túnel carpiano y los dolores de cuello y espalda son otras dolencias que pueden surgir debido a una mala ergonomía.

Estos problemas pueden generar consecuencias graves en la salud del trabajador, especialmente en la espalda (lumbalgias), el cuello (tortícolis), los hombros (tendinitis del manguito de los rotadores) y las extremidades superiores (epicondilitis en codos, tendinitis en manos y muñecas), aunque también pueden surgir dolencias en los miembros inferiores (bursitis prepatelar).

La salud postural se refiere a la posición o alineación adecuada del cuerpo, que permite mantener la estabilidad, equilibrio y un máximo rendimiento físico y mental, sin riesgo de provocar lesiones. La salud postural se relaciona con la ergonomía, la biomecánica y otras disciplinas que se enfocan en estudiar la relación del cuerpo y el entorno en el que se desarrolla.

Mantener una buena postura contribuye a prevenir dolores de espalda, cuello, cabeza, fatiga y otros problemas de salud que pueden afectar el rendimiento físico y mental de las personas. Además, una buena salud postural es importante tanto en la vida cotidiana como en el ámbito laboral, ya que permite desarrollar las actividades diarias con mayor eficiencia y comodidad.



### Reflexión sobre la importancia de la ergonomía en salones de belleza.

Observemos y analicemos la imagen de una buena postura en las prácticas



### Conozcamos los resultados tangibles e intangibles del proceso formativo.

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Demostración de las posturas para realizar diversas prácticas de belleza.

**Actividad 2.** Aplicación de buenas prácticas ergonómicas relacionadas a Salones de Belleza.



## Producto de módulo

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

- Elaboración de un protocolo de bioseguridad para un salón de belleza.
- Dibujos creativos, afiches, señalización de accidentes.
- Conocimiento en la higiene personal y la prevención de riesgos en el ámbito laboral.
- Conocimiento en el uso adecuado de las herramientas, productos químicos en el área de belleza.





### Objetivo holístico del módulo

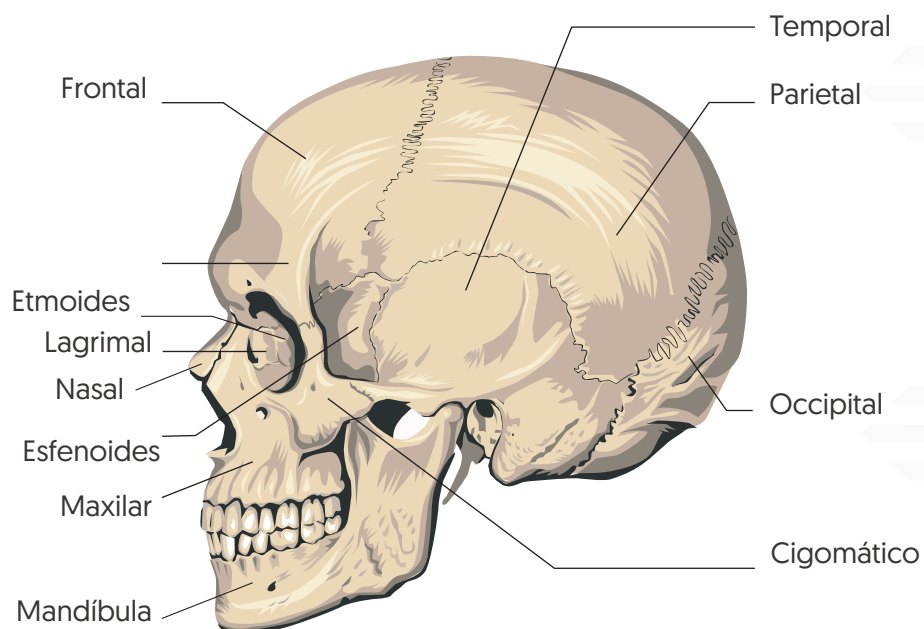
Desarrollamos habilidades, destrezas, aptitudes, saberes, conocimientos y experiencias básicas, propias de la diversidad por medio de la técnicas y procedimientos, para el cuidado y la salud del cabello mediante el trabajo comunitario para fortalecer la autoestima de las personas a partir de la complementariedad de saberes para vivir bien.



### Unidad temática N° 1. Estructura del cráneo



**Antes de brindar un servicio en Belleza integral debemos conocer nuestra área de trabajo, las proporciones del cráneo que son la base para el estudio del visagismo; por lo tanto es necesario para que nuestros trabajos de tratamientos capilares, cortes de cabellos o maquillajes, sean eficaces, según la morfología del cráneo y del rostro. Observemos la siguiente imagen.**



Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

- ¿Qué es la cabeza y de qué está formada?
- ¿Qué medidas debemos de tomar en cuenta a la hora de realizar un servicio de belleza?
- ¿Por cuántos huesos está formada la cabeza humana?



## Estudio fisiológico del cráneo

Las proporciones del cráneo son la base para el estudio del visagismo es por eso que tiene una gran importancia en el área de belleza. El cráneo determina nuestro tipo de rostro los músculos y la grasa facial son relevantes, debemos observar la forma de los principales huesos que utilizaremos como referencia para desarrollar los volúmenes del corte, es decir, frontal, parietal, temporal y occipital.

La cabeza, que es la parte superior del cuerpo humano, está compuesta por los huesos del cráneo y es crucial conocer la estructura y las formas anatómicas del cráneo, así como también las facciones del rostro para hacer diagnósticos precisos. Además, saber cómo dividir y seccionar el cabello basado en las partes de la cabeza es esencial para realizar cortes y peinados de alta calidad, junto con la aplicación de productos adecuados para el cuidado preventivo.

En la cabeza podemos identificar varias áreas que reciben diferentes nombres según la parte anatómica a la que pertenecen, frecuentemente tomando el nombre del hueso que ocupa esa área. Podemos dividir la cabeza en dos áreas principales: la zona delantera y la zona posterior.

**La zona delantera.** La región que se encuentra en la parte delantera y superior de la cabeza se compone del hueso frontal, el vertex y parte de los parietales y temporales. Los huesos temporales y parietales, junto con el esfenoides y malaes, conforman la zona de la sien y la patilla en cada lado.



**La zona posterior.** Se caracteriza por tener una curvatura pronunciada, en la cual podemos distinguir diversas áreas. En la zona superior se encuentra la coronilla, formada por los huesos parietales, que se une a la nuca alta, constituida por el hueso occipital y una parte de los huesos temporales. La región continúa hacia la nuca baja, conformada por una parte del hueso occipital y las vértebras superiores del cuello. Aquí también se encuentra el occipucio, que conecta la cabeza con las vértebras que integran el cuello.

**La cabeza.** Es una parte del cuerpo conformada por diversas estructuras, como el cráneo, la cara, el cuero cabelludo, los dientes, el cerebro, los nervios craneales, las meninges, órganos especiales de los sentidos, así como por vasos sanguíneos, linfáticos y grasa.

### Clasificación de los huesos

La clasificación de los huesos, la cual se divide en diferentes categorías. En particular, se describe el grupo de huesos del neurocráneo o bóveda craneal, el cual está conformado por ocho huesos que se distribuyen de la siguiente forma: un hueso frontal, un hueso etmoides, un hueso esfenoides, un hueso occipital, dos huesos temporales y dos huesos parietales.

### Articulaciones

Que conectan los huesos del cráneo, las cuales se clasifican como sinartrosis, es decir, articulaciones que no permiten movimiento. Estas articulaciones mantienen los huesos unidos gracias al uso de cartilago [sincondrosis] o tejido conectivo fibroso [sin fibrosis].

### Salud preventiva

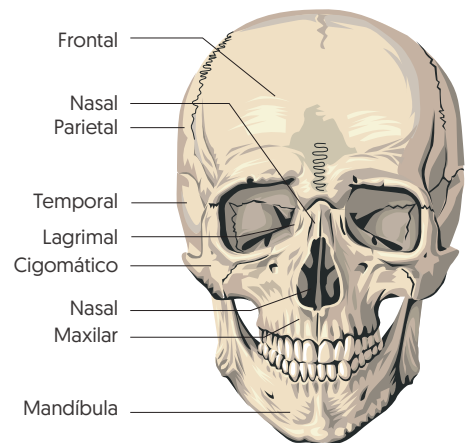
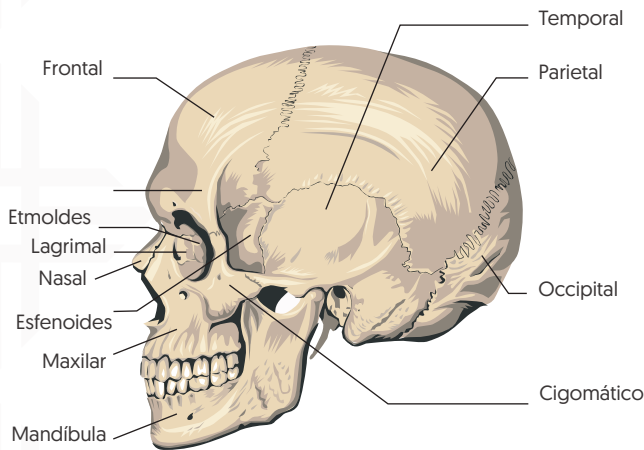
Para mantener una buena salud preventiva es importante que consumas agua regularmente y que sigas una dieta que tenga un bajo contenido de sal y grasas saturadas, que incluya poca cantidad de carne y muchos cereales integrales, frutos secos, verduras, pescado y aceite de oliva. Trata de evitar productos procesados, también es importante moderar el consumo de alcohol. La cabeza es la parte del cuerpo que alberga el cerebro, la boca y diversos órganos sensoriales, que se encargan de funciones como la visión, olfato, audición y gusto.







**Analicemos y reflexionemos la importancia de la estructura del cráneo para realizar buenos trabajos en el área de Belleza Integral, sobre todo los cuidados que se debe tener al realizar un trabajo con productos químicos fuertes en la cabeza.**



### Recordemos

El cráneo es determinante para la apariencia del rostro, aunque los músculos y la grasa de la cara también son importantes, debemos examinar la forma de los huesos principales, como el frontal, parietal, temporal y occipital, para crear la estructura y el volumen del corte que buscamos.

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Describamos elementos de prevención de bioseguridad a la hora de realizar servicios.

**Actividad 2.** Reconocemos de las partes de la cabeza.



**Conozcamos los resultados tangibles e intangibles del proceso formativo.**

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Hagamos un dibujo de comparación de diferencia entre el cráneo facial de hombre y mujer.



**Actividad 2.** Investiguemos las causas, efectos y prevenciones de los problemas capilares.

**Actividad 3.** Realicemos un listado de productos que pueden afectar al cuero cabelludo, si no realizamos una buena manipulación.

**Actividad 4.** Propongamos acciones positivas sobre cuidados que se debe tener en la cabeza y el cráneo.



## Producto del módulo

Conocimiento en la estructura, articulación y clasificación del cráneo.

Elaboremos un álbum con la descripción de los huesos y la piel, empleando material reciclado de nuestro contexto.

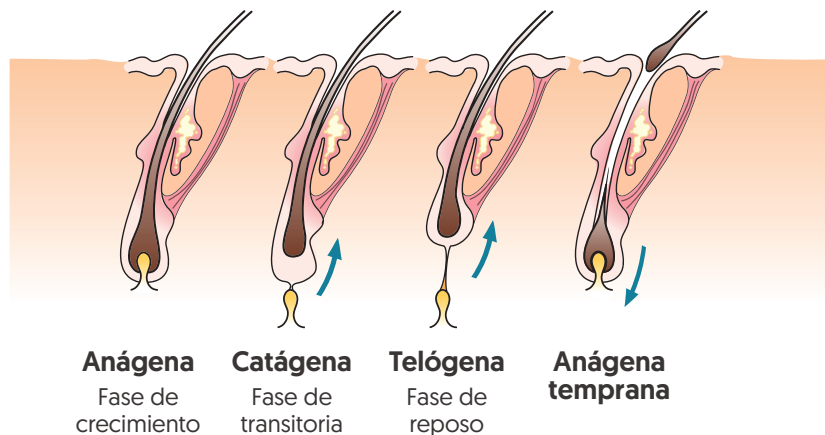


## Unidad temática N° 2. Estructura anatómica de la piel



**A partir de los saberes y conocimientos identifiquemos los tipos y anomalías de la piel cabelluda y la importancia de la higiene para prevenir.**

**¿Por qué creemos que es importante el cuidado de la piel en el área de belleza?**



Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

¿Conocemos alguna enfermedad de la piel cabelluda?

¿Sabemos que es la caspa?

¿Qué tipo de piel cabelluda consideramos tener?



## Estructura anatómica de la piel

La piel del cuero cabelludo tiene una estructura anatómica compleja y diversos tipos de piel, por lo que es importante prestar atención y cuidado para evitar trastornos. La piel es un órgano vital que protege el cuerpo de factores ambientales como la temperatura, la falta de hidratación y la radiación.

**Definición de la piel.** La piel es el órgano más grande y dinámico del cuerpo humano y se encuentra en constante transformación y renovación.

**Composición.** La piel, está formada por tres capas principales -epidermis, dermis y tejido subcutáneo, las cuales contienen varias subcapas de células queratinocitos.

**La Epidermis.** Que es la capa más externa visible y tangible de la piel, la cual tiene como función protegernos de toxinas, bacterias y la pérdida de líquidos. La epidermis se compone de 5 subcapas de células llamadas queratinocitos.

**La Dermis.** Es la capa media de la piel, gruesa, elástica, pero firme compuesta de dos subcapas la inferior y la superior componentes estructurales de la dermis son el colágeno y elastina, tejidos conectivos que confieren fuerza, flexibilidad y son los componentes vitales de la piel sana, de aspecto juvenil. La dermis contiene terminaciones nerviosas, glándulas sudoríparas y glándulas sebáceas, folículos pilosos y vasos sanguíneos.

**El subcutis.** Que es la capa más interna de la piel y cumple la función de almacén de energía, así como amortiguador y aislante térmico del cuerpo. Esta capa contiene células adiposas, fibras de colágeno y vasos sanguíneos.

**La película hidrolipídica.** La función principal de la película hidrolipídica es proteger la piel frente a las bacterias, está compuesta principalmente de sudor, sebo y agua. Este envoltorio de protección cubre toda la superficie de la piel y actúa como una barrera protectora externa.

## El cuero cabelludo

Es la parte de la piel que cubre el cráneo y es donde se encuentran los folículos pilosos y las glándulas sebáceas. Su estructura es similar a la de la piel en otras partes del cuerpo, sin embargo, se diferencia del resto por tener gran cantidad de glándulas sebáceas. Se compone de diferentes capas, siendo la más cercana a la superficie la que contiene el bulbo piloso que sostiene el cabello. Además de actuar como una barrera física, el cuero cabelludo ofrece protección inmunológica y funciona como aislante térmico.

## Tipos de piel cabelluda

Los diferentes tipos de cuero cabelludo y cómo estos se clasifican en función de la emulsión percutánea. Esta clasificación se basa en la condición natural del cabello y se divide en cuatro tipos: cabello graso, cabello seco, cabello mixto y cabello normal.

## Cuero cabelludo normal

Es aquel que no requiere cuidados adicionales debido a que su emulsión percutánea se encuentra equilibrada. El cabello luce con un aspecto saludable, brillante, suave y sedoso. El cuero cabelludo normal produce una cantidad adecuada de grasa, lo que permite que el cabello sea elástico y se mantenga bien hidratado.

## Cuero cabelludo graso

El cuero cabelludo graso se refiere a una condición en la que las glándulas sebáceas producen un exceso de sebo, lo que puede resultar en un cabello y cuero cabelludo con aspecto grasoso.

## Cuero cabelludo seco

Se refiere a la falta de hidratación natural en la piel del cráneo donde crece el cabello. Debido a la ausencia de hidratación, la emulsión epicutánea contiene poca cantidad de grasa y agua. El cabello en este tipo de cuero cabelludo puede lucir áspero y quebradizo en su apariencia.

## Cuero cabelludo mixto

Se encuentra entre un punto intermedio entre el cabello seco y el cabello graso. En este caso, las raíces del cabello tienen una mayor cantidad de grasa, mientras que las puntas tienden a estar más reseca. Algunos cabellos grasos pueden convertirse en cabellos mixtos después de sufrir cambios causados por tratamientos químicos como tintes o decoloración.

## Enfermedades de la piel cabelluda

- Liquen plano.
- Lupus.
- Psoriasis.
- Esclerodermia.
- Dermatitis seborreica.
- Tiña.
- Pediculosis.

## Enfermedades autoinmunes

**Lupus eritematoso.** El lupus eritematoso es una enfermedad autoinmune en la que el cuerpo ataca células sanas de distintos órganos, incluyendo la piel. En el cuero cabelludo, se manifiesta con la aparición de eritemas y puede provocar la caída del cabello.

**Liquen plano.** La patología inflamatoria mencionada puede afectar varias partes del cuerpo, incluyendo la piel, las mucosas orales y genitales, las uñas y el cabello. Cuando afecta al cuero cabelludo, puede provocar picazón y pérdida del cabello.

**Psoriasis.** Es una enfermedad crónica que se manifiesta en forma de brotes y puede afectar múltiples áreas del cuerpo, incluyendo el cuero cabelludo. Se trata de una de las enfermedades del cabello más comunes. La psoriasis en el cuero cabelludo es capaz de provocar picores, descamación y la aparición de placas pegajosas.

**Esclerodermia.** Es una enfermedad que se caracteriza por el endurecimiento de la piel. Cuando esta condición afecta el cuero cabelludo, puede destruir los folículos pilosos y ocasionar la aparición de áreas sin pelo en esa zona específica.

**Dermatitis seborreica.** Es una afección del cuero cabelludo causada por una producción excesiva de grasa que se acumula en el cuero cabelludo. Esto puede provocar la obstrucción de los folículos capilares, lo que a su vez conduce a la aparición de caspa, en casos graves, puede incluso llevar a la pérdida del cabello. La seborrea, por otro lado, es una alteración de las glándulas sebáceas que ocurre cuando se produce y secreta demasiada grasa.

**Tiña.** Es una infección micótica que puede presentarse tanto en niños como en adultos. Sus síntomas incluyen zonas enrojecidas e inflamadas en la piel, picazón y áreas redondas sin pelo.

**Pediculosis.** Es una afección que ocurre cuando los piojos, tanto la versión adulta como las larvas (liendres), infestan el cabello o la ropa de una persona. Estos insectos se alimentan de sangre humana en su etapa larvaria, lo que puede causar picazón intensa.



● **Analícemos y reflexionemos con la siguiente imagen: La importancia de la higiene y salud en el cuero cabelludo.**

● **¿Cómo debemos evitar contagios de piojos en la cabeza?.**

### Valoremos lo aprendido

Escribamos en nuestros cuadernos la respuesta a ¿Qué ocurre cuando la piel se daña?

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Socialización, observemos las imágenes de las anomalías del cuero cabelludo y compartamos experiencias.

**Actividad 2.** Analicemos cada enfermedad de la piel cabelluda y preguntémonos ¿Cómo evitar la caspa?

**Actividad 3.** Los participantes organizados realizan un diagnóstico para observar el estado de la piel cabelluda de mujeres y varones para concientizar sobre las posibles enfermedades.

**Actividad 4.** Describamos los cuidados que se deben tomar en cuenta para tener un cabello libre de anomalías.





## Conozcamos los resultados tangibles e intangibles del proceso formativo.

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Describamos la prevención y recomendación para cada tipo de piel cabelluda.

**Actividad 2.** Realicemos de afiches, cuadros motivando los cuidados de la piel cabelluda.

**Actividad 3.** Investiguemos de cada anomalía del cuero cabelludo para reforzar los conocimientos.



## Producto del módulo

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

- Dibujos creativos en cuadros, afiches del tema avanzado.
- Informe individual de investigación sobre las enfermedades capilares.



## Unidad temática 3. Tricología capilar



## A partir de los saberes y conocimientos, identifiquemos los tipos de cabellos, forma, calidad y partes del cabello.

Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

- ¿Conocemos los tipos de cabello?
- ¿Qué tipo de cabello creemos tener?
- Realicemos la siguiente actividad:

## Sopa de letras

G	P	C	D	P	M	I	F	I	O	N	L	G	G
M	V	F	D	C	I	D	M	C	O	B	R	E	R
E	J	D	R	F	X	I	L	C	A	L	W	Z	A
L	U	E	Z	P	T	D	O	A	J	X	D	I	S
A	N	U	D	U	O	N	X	T	X	M	Y	N	O
N	C	V	U	R	S	L	I	A	H	Y	K	C	F
I	U	M	K	A	E	T	G	G	M	Z	J	T	V
N	T	C	M	N	C	S	E	E	C	U	Y	E	A
A	I	A	E	I	O	R	N	N	L	O	O	L	N
D	C	L	D	O	O	G	O	A	U	W	N	O	A
J	U	C	U	A	D	U	L	V	D	W	V	G	G
O	L	I	L	K	A	Z	U	F	R	E	U	E	E
B	A	O	A	J	B	U	D	F	V	Y	Y	N	N
O	Q	U	E	R	A	T	I	N	A	S	A	A	A

ANAGENA	MELANINA	AZUFRE	MIXTO
CALCIO	OXIGENO	CATAGENA	QUERATINA
COBRE	SECO	CUTICULA	TELOGENA
GRASO	URANIO	MEDULA	ZINC

Observemos la siguiente imagen y realicemos en nuestros cuadernos una comparación de un cabello sano y seco.



Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

- Identifiquemos la forma y el color de cada imagen.
- Describamos la forma y color de nuestros cabellos.



## Características del cabello

Es esencial tener un conocimiento profundo sobre las enfermedades que afectan el cabello y el cuero cabelludo para poder desarrollar productos de cosmética efectivos en la actualidad. Solo de esta manera, podremos asesorar adecuadamente a los clientes acerca de cuáles son los tratamientos que pueden aplicarse y ofrecer recomendaciones útiles.

**La tricología capilar.** Es una disciplina científica que se dedica a investigar y estudiar las enfermedades y afecciones que afectan el cabello y el cuero cabelludo. Esta área del conocimiento es fundamental ya que proporciona un conjunto de técnicas para evaluar y aplicar tratamientos eficaces que mejoran la salud del paciente. Tanto el cabello como el cuero cabelludo son partes importantes del cuerpo y están formados por una fibra de queratina, que consta de una raíz y un tallo.

**Composición química del cabello.** Es principalmente un conjunto de proteínas, lípidos, oligoelementos, agua, pigmentos y otras sustancias, las cuales se encuentran en diferentes proporciones en el cabello.

- 28% de proteínas.
- 2% de lípidos.
- 70% de agua.
- Sales y otras sustancias [urea, aminoácidos, etc.].

El componente más importante que encontramos en el cabello es la queratina.

**Partes del cabello.** EL cabello o vello tiene tres capas:



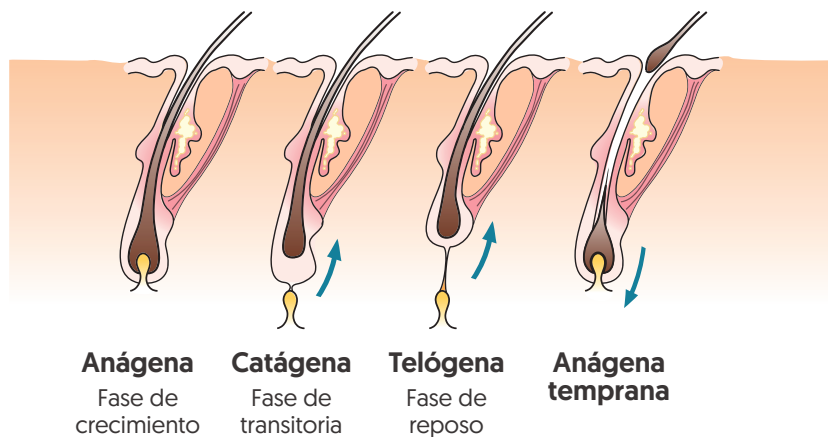
**La médula.** Que está en el centro y es blanda. <sup>1</sup>

**La corteza.** Que rodea a la médula y es la parte principal del cabello o vello.

**La cutícula.** La capa externa dura que protege al cabello.

**Fases de crecimiento del cabello.** El cabello, en su proceso de crecimiento, atraviesa tres fases que son: la etapa anágena, la catágena y la telógena. No todos los cabellos del cuerpo humano están en la misma fase, estas fases son cíclicas y se repiten para cada folículo piloso.

**Tipos de cabello.** Existen varios tipos de cabello que se pueden clasificar según su grosor, forma y calidad:

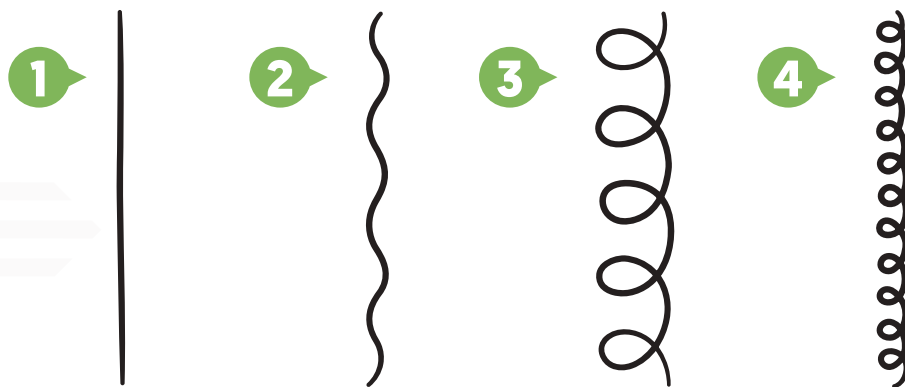


**Por el grosor.** El cabello se puede clasificar por su grosor, que se detecta a simple vista o al tacto, que se divide en tipos gruesos, delgados, normales y castigados.

**Calidad.** Puede variar y no siempre se puede determinar por su grosor. Por ejemplo, algunos cabellos delgados pueden ser muy resistentes debido a una gruesa capa de queratina, mientras que algunos cabellos que parecen gruesos pueden no ser tan resistentes a los tratamientos químicos como tintes y permanentes.

- 1 El cabello tieso.** El cabello rígido es difícil de manejar y cae en línea recta sin tener ningún tipo de movimiento agradable, mientras que el cabello liso es suave y sedoso al tacto, sin ser brusco, sus puntas se curvan hacia adentro. Aunque parezcan similares, estos tipos de cabello son diferentes entre sí.
- 2 El cabello ondulado.** Es el tipo intermedio y muy común entre la población latina, este tipo de cabello se adapta bien a la mayoría de los peinados.
- 3 El cabello rizado.** Puede ser un problema y una preocupación para muchas mujeres, ya que antes de peinarlo deberían alisarlo primero.
- 4 El cabello crespo.** [Afro] Es un tipo de cabello rizado y muy fino que generalmente necesita mantenerse corto.

<sup>1</sup> <https://kidshealth.org/es/teens/skin-hair-nails.html>



**El color de cabello.** Se debe a la presencia de pigmentos en la corteza del cabello, llamados melanina. Estos pigmentos, que pueden ser difusos o granulados, determinan el tono del cabello, que puede variar desde un tono amarillento hasta un marrón rojizo o un negro oscuro.

### Enfermedades capilares

Las enfermedades del cuero cabelludo son aquellas que se adquieren por la presencia de gérmenes y otros microorganismos que afectan la corteza donde se origina el cabello. Además de los trastornos físicos que pueden causar, estas enfermedades también pueden tener un impacto emocional en las personas afectadas.

**Canicie o emblanquecimiento del cabello.** El cabello puede ponerse gris o blanco, lo que puede ocurrir ya sea durante la vejez o en edades más tempranas.

**Tricoptilosis.** También conocida como orzuela, es una enfermedad frecuente del cabello que provoca la apertura en forma de horquilla o la rotura completa de la punta del cabello. El cabello afectado se vuelve seco, quebradizo y delgado, las puntas pueden decolorar y volverse grisáceas o amarillentas. Esta afección suele ser causada por el mal cuidado del cabello, como el uso de peines de baja calidad, cepillado brusco y traumatismos provocados por ciertos trabajos profesionales.

**Tricorrexis nudosa.** También conocida como “cabellos nudosos”, es una malformación causada por la dislocación de las células de la corteza debido a traumatismos provocados por productos demasiado concentrados, colores excesivos, entre otros. Como resultado, el cabello se rompe en el lugar de la inflamación. La hipertricosis, también conocida como crecimiento excesivo del cabello, es una afección en la que el cabello crece en exceso durante un período determinado [como durante el embarazo] o de manera constante antes o después de la pubertad. Además del cuero cabelludo, la hipertricosis también puede afectar la barba, el bigote y el cuerpo en su totalidad, lo que puede resultar en la aparición de una “mujer barbuda” o un “hombre lobo”.

**La deshidratación capilar.** Ocurre cuando la cantidad de humedad en el cabello disminuye y puede afectar la salud del cabello. La cantidad de humedad en el cabello es importante para mantener una buena elasticidad, facilidad para peinar y modelar el cabello. Sin embargo, factores como el

clima y los tratamientos químicos pueden afectar la cantidad de humedad en el cabello y variar sus propiedades Alopecia [caída del cabello].

La pérdida de cabello puede ser tanto normal como anormal, dependiendo de la causa. Es normal que el cabello se caiga y se renueve de forma natural, con una pérdida diaria de alrededor de 30 a 40 cabellos. Sin embargo, se considera anormal si se pierden más de 40 cabellos al día, lo que puede ser un signo de calvicie. También puede afectar otras áreas del cuerpo donde hay pelo, como las pestañas, las axilas, el área genital y la barba. Las causas pueden variar.

**Alopecias locales.** Son la pérdida de cabello en áreas específicas del cuero cabelludo, que pueden ser redondas, ovaladas o alargadas. A diferencia de la calvicie, que afecta a todo el cuero cabelludo, las alopecias locales se presentan en zonas más o menos extensas, pero no son generalizadas.

**Alopecia difusa.** Es una condición en la que el cabello se cae de manera general, lo que lo hace cada vez más delgado. En casos extremos, se pierde completamente todo el cabello.

**Alopecia areata.** Se caracteriza por la pérdida abundante de cabello, tanto en la cabeza como en la barba, formando áreas redondas de diferentes tamaños. En casos graves, puede resultar en la pérdida total del cabello. Esta enfermedad es causada por una respuesta anormal del sistema inmunológico, en la cual los glóbulos blancos atacan las células de los folículos pilosos. Esto no sólo causa la caída del cabello, sino también su crecimiento más lento.

**Alteraciones del color del cabello.** Las alteraciones cromáticas reciben el nombre de discromías. Están presentes desde el nacimiento y son producidos por trastornos de tipo hereditario y también pueden ser producidos a lo largo de la vida debido a factores tanto externos, como internos. <sup>2</sup>

**Alteraciones estructurales.** Son comunes del cuero cabelludo y pueden incluir varias condiciones como la caspa, la seborrea, la sequedad capilar o la alopecia. Estos problemas no sólo afectan negativamente la apariencia del cabello, sino que también tienen connotaciones higiénicas y psicológicas que pueden ser significativas para las personas que los experimentan.

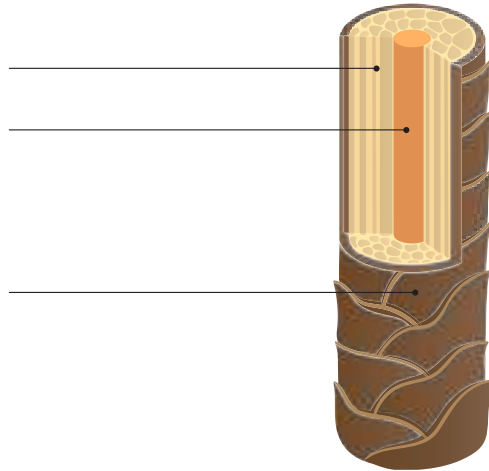
**Hipertrichosis.** Es una condición en la que se produce un crecimiento excesivo de pelo, tanto en cantidad como en grosor, en áreas del cuerpo en las que normalmente no crece pelo. A pesar de ser un problema estético, no representa ningún riesgo para la salud.

<sup>2</sup> <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7485.pdf>



## Analicemos y reflexionemos sobre los factores que afectan las anomalías en el cabello.

### Identifiquemos las partes del cabello



Describamos en nuestros cuadernos las fases del crecimiento del cabello.

Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

¿Cuáles son las partes del cabello?

¿Qué función cumple la corteza?

¿Qué función cumple la médula?

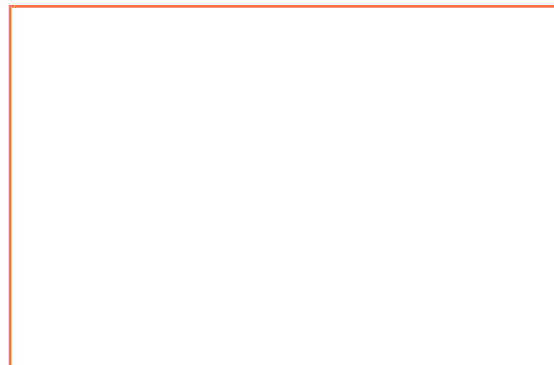
¿Qué función cumple la cutícula?

¿Cuál es la diferencia entre una alopecia normal y una anormal?

¿Qué sustancia determina el color del cabello?

¿Cuál fase es la de mayor temporada de crecimiento?

### Valoremos lo aprendido a través de análisis y reflexión, identificando las enfermedades del cabello





**Observemos las imágenes analizando qué tipos de anomalías han sufrido nuestros cabellos**

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Realicemos un estudio de los componentes químicos que afectan el cabello.

**Actividad 2.** Realicemos un diagnóstico por medio de la observación del estado del cabello en las demás carreras del centro, para conocer por qué y cuáles son las dificultades o problemas que originan una deshidratación capilar.

**Actividad 3.** Finalmente los y las participantes de Belleza Integral realicemos folletos sobre los cuidados que se debe tener para tener un cabello sano y brillante.



**Conozcamos los resultados tangibles e intangibles del proceso formativo.**

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** De manera grupal observemos y analicemos el cabello entre compañeras y apuntemos.

**Actividad 2.** Proponer acciones positivas en su alimentación y cuidados para prevenir posibles anomalías del cabello, compartan con sus compañeras y lo plasman en afiches, dibujos.

**Actividad 3.** Buscar y recolectar mechones de cabello e identifiquemos cada uno de ellos según los conocimientos adquiridos y coleccionemos en un álbum con todas las tarjetas.



## Producto del módulo

Mostrario de formas de cabello (cabello real).

Informe individual



## Unidad temática N° 4. Salud e higiene capilar



## A partir de los saberes y conocimientos, preguntamos

Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

¿Sabes sobre algún tratamiento capilar para el cuidado de tu cabello?

¿Sabemos cómo se cuidaban antiguamente sus cabellos?

¿Conocemos algunos ingredientes caseros beneficiosos para el cabello?

Observemos y analicemos cómo realizar y cuantas veces lavar el cabello

¿Qué productos utilizamos para nuestro aseo personal?

¿Hemos utilizado productos orgánicos o aceites naturales en nuestros cabellos?

Nombremos y describamos las siguientes imágenes:



## Tratamientos capilares

En buenas condiciones, es importante empezar con una limpieza adecuada. Esto no significa lavar el cabello en exceso, sino aplicar una técnica sencilla que permita mantenerlo en óptimas condiciones.

La historia del cabello está llena de significados simbólicos y creencias. En muchas culturas antiguas, el cabello era considerado como un portador de energías secretas, siendo el relato bíblico de Sansón un ejemplo de esta creencia. En las antiguas sociedades egipcias, la apariencia externa del cabello expresaba el estatus social, el papel en la sociedad y la posición política. En general, el cabello es un hermoso accesorio natural del cuerpo humano que tiene un gran valor simbólico como medio de expresión personal.



**El champú y sus aplicaciones.** Es un producto que se utiliza para limpiar el cabello. Sirve para eliminar la suciedad del cuero cabelludo, incluyendo la grasa producida por las glándulas sebáceas, la descamación cutánea y las partículas contaminantes del ambiente que se adhieren al cabello.

**El acondicionador e insumos adicionales.** Mantienen el cabello hidratado, previenen su posible rotura y las puntas abiertas. Además, proporcionan suavidad al cabello, facilitando su peinado, reducen la electricidad estática y permiten un mejor manejo del cabello tanto en estado mojado como seco.

### Diagnóstico y clasificación capilar

Son procedimientos que brindan información detallada sobre las necesidades del cabello y el cuero cabelludo. Con estos datos, los especialistas en peluquería pueden aplicar soluciones profundas y efectivas para tratar y cuidar el cabello, tanto desde dentro como desde fuera, abarcando toda su longitud. Este procedimiento implica un análisis personalizado que permite determinar los tratamientos, estilos y productos adecuados para las necesidades específicas de cada cliente. Los beneficios de realizar un diagnóstico capilar incluye: conocer los productos más adecuados para el cabello antes de comprarlos, evitar reacciones alérgicas a ciertos materiales o productos y tomar conciencia de la importancia del cuidado del cabello en general.

### Tipos de productos y tratamientos

1

Acondicionador. Los acondicionadores se utilizan para aportar brillo, suavidad y facilitar el peinado.<sup>3</sup>

2

Ampolletas. Contienen aceites y proteínas que devuelven al cabello brillo y fuerza.

3

Cremas.

4

Mascarillas.

5

Lociones capilares.

6

Queratina.

**Técnicas de lavado.** Son clave para mantener el cabello en buen estado. Es fundamental lavar el pelo usando un champú de calidad y realizando un masaje capilar adecuado para estimular la circulación del cuero cabelludo. Además, es importante seguir los pasos correctos para lavar el cabello de manera efectiva y mantener la salud del cuero cabelludo y el cabello.

**Paso 1.** Hay que mojar todo el pelo con agua antes de aplicar el champú para activarlo de manera efectiva. Es importante que cada capa del cabello esté completamente empapada.

**Paso 2.** Se debe aplicar el champú en la mano en lugar de directamente sobre el cabello. De esta





manera, se puede controlar la cantidad de champú que se usa, evitando así cualquier tipo de irritación en el cuero cabelludo.

**Paso 3.** Extiende el champú por todo el cabello y masajea el cuero cabelludo con las yemas de los dedos en movimientos verticales y circulares. Sostén la cabeza mientras realizas este masaje para que se forme espuma, pero es importante evitar que sea demasiado.

**Paso 4.** Consiste en aplicar el acondicionador. Primero, se debe poner una pequeña cantidad en la mano y frotar el producto ligeramente para facilitar su aplicación. A continuación, se extiende de forma uniforme por todo el cabello, enfatizando en las puntas y el medio del cabello. No es necesario masajear el cuero cabelludo, ya que esta zona está formada por nuevos brotes que están en buenas condiciones. Deja actuar el acondicionador de 2 a 5 minutos para que penetre bien.



**Paso 5.** Es importante enjuagar bien todo el cabello y luego secarlo con una toalla, con cuidado de no frotar ni retorcer el cabello. Es mejor secar con movimientos suaves que permitan quitar el exceso de agua sin maltratar el cabello, ya que cuando está húmedo es más vulnerable que cuando está seco.



## Tratamientos capilares

Son procesos o pasos de cuidado que se aplican al cabello con el objetivo de mantener su salud. Los baños de crema con mascarilla capilar son una forma de tratamiento que hidrata el cabello y lo deja en perfecto estado. Estas mascarillas tienen una textura cremosa y se aplican con una frecuencia regular de al menos una vez por semana o cada 15 días, dependiendo del estado del cabello. Es importante evitar aplicar la mascarilla en la zona de la raíz, ya que puede causar exceso de sebo capilar.

**Tratamientos con ampollas.** Este tipo de productos tienen proteínas y aceites que logran acondicionar el cabello para devolver su fuerza, vitalidad y brillo. Lo recomendable es utilizar una de estas cada dos semanas, en casos extremos se puede utilizar una cada semana.

**Masaje capilar de relajamiento.** El masaje capilar de relajación se suele realizar con movimientos circulares para relajar y liberar la tensión, descongestionar y suavizar el cuero cabelludo. Se realiza con la yema de los dedos aplicando una cierta presión que favorece la circulación sanguínea. Además, estos masajes también pueden impulsar el crecimiento del cabello.

**Masajes terapéuticos específicos.** Son un conjunto de técnicas de masaje que se utilizan para tratar trastornos neuromusculares y músculo esqueléticos. Estos masajes ayudan a eliminar toxinas, mejoran la circulación sanguínea y linfática, aumentan el aporte de oxígeno a los tejidos.

**Masaje relajante.** Para mejorar la experiencia en el salón de belleza, se puede agregar un masaje relajante antes de enjuagar cualquier tratamiento de cuidado del cabello.

**Tratamientos a base química.** Los tratamientos capilares a base de químicos son una opción para mantener la salud y apariencia del cabello. Son llamados “químicos” porque están fabricados en situaciones artificiales y contienen ingredientes sintéticos en su formulación. Estos tratamientos capilares pueden ser tan efectivos como los naturales, siempre y cuando se sigan los pasos adecuados. Su finalidad es mejorar la queratina del cabello, que es una de las partes más importantes.



**Tratamientos a base natural.** Los tratamientos capilares naturales son la mejor opción para mantener el cabello saludable y con una apariencia atractiva, ya que la naturaleza ofrece todos los ingredientes necesarios para lograrlo. Existen diferentes tratamientos para cabello seco, graso, teñido o con problemas de descamación, y cada uno de ellos se enfoca en nutrir, hidratar, reconstruir, dar brillo, suavidad y volumen, entre otros beneficios. También existen tratamientos capilares diseñados específicamente para controlar la pérdida de cabello, que es una preocupación común. En la actualidad, hay una amplia variedad de alternativas exclusivas para cada tipo de problema capilar, con la finalidad de abordar y solucionar cada uno de ellos.

**Exfoliantes capilares.** Los exfoliantes capilares sirven para eliminar las células muertas, el exceso de grasa, la caspa y cualquier residuo de productos que puedan obstruir los folículos pilosos. Se recomienda realizar una exfoliación capilar cada tres semanas para desobstruir los poros y oxigenar la piel del cuero cabelludo.



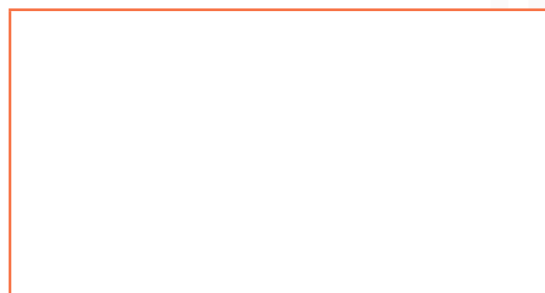
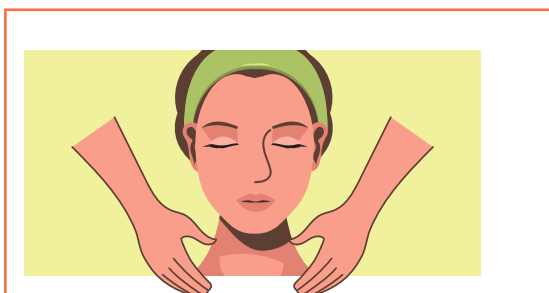
**Analicemos y reflexionemos a partir de saberes y conocimientos sobre cuidados que se realizaban antiguamente a base de productos naturales libres de químicos.**

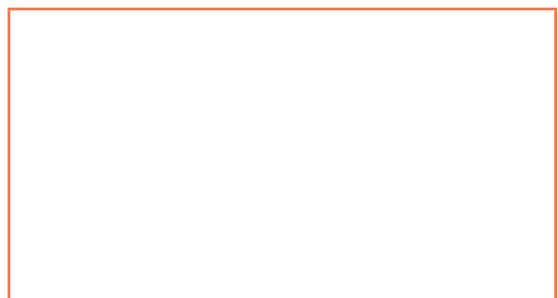
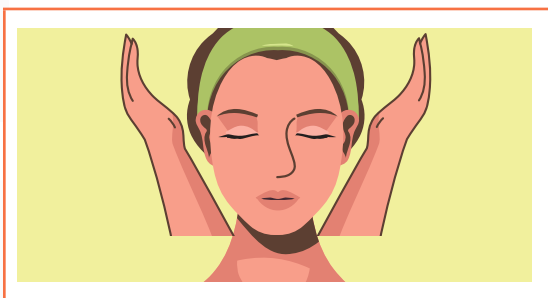
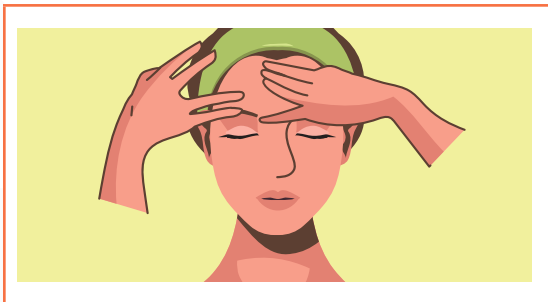
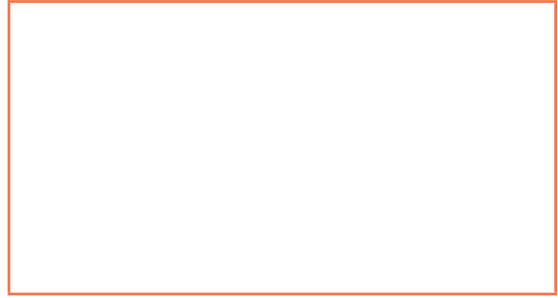
Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

- ¿Qué importancia tiene el tratamiento capilar?
- ¿Por qué son importantes los hábitos de salud e higiene capilar?
- Valoramos lo aprendido a través del análisis y reflexión.
- Mencionemos algunos ingredientes orgánicos caseros en beneficio del cabello.
- Participantes con capacidades y destrezas en lavados y cuidados capilares.

### Ejercicio de identificación

Expliquemos cada uno de los procedimientos:







## Conozcamos los resultados tangibles e intangibles del proceso formativo.

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Elaboremos una lista de ingredientes naturales y sus beneficios para los tratamientos del cabello. (Palta, huevo, miel, etc.)

**Actividad 2.** Elaboremos un recetario de mascarillas caseras, para sus prácticas individuales.

**Actividad 3.** Realicemos un cuadro comparativo de las ventajas y desventajas de los productos químicos y naturales mediante las Investigación sobre beneficios de productos nutricionales en beneficio del cabello y la salud.

**Actividad 4.** Preparación y Aplicación de las mascarillas químicas y naturales acorde al diagnóstico del cabello.

**Actividad 5.** Visitemos a miembros de la comunidad y rescata sus recetas ancestrales para cuidar el cabello.

Elaboremos nuestro propio recetario de tratamientos capilares con los conocimientos de la población.



## Producto del módulo

- Habilidad y destreza en preparación y aplicación de mascarillas químicas y naturales.
- Recetarios.
- Informes de investigación.





En este módulo de tratamiento capilar encontraremos diferentes actividades, como investigación, realizaremos prácticas de tratamientos capilares tanto químicas como caseras, que embellecen el cabello a partir de los conocimientos y saberes de las participantes, tomando en cuenta la diversidad cultural, ya que cada pueblo tiene sus diversas costumbres de cuidados personales, las cuales nos favorecen mucho en nuestra carrera y así poder preparar nuestras propias recetas caseras.

### Recordemos

- No realizar el enjuague con agua muy caliente.
- No retorcer el cabello para eliminar el exceso de agua tras el lavado.
- No frotar el cabello con la toalla para que seque.
- Aplicar acondicionador para peinar el cabello desenredado de puntas, medios y raíz.
- Que la buena alimentación influye, en el crecimiento y fortalecimiento del cabello tanto como los factores externos, tales como el uso excesivo de productos químicos y herramientas de calor.
- ¿Cómo se puede prevenir óptimamente la caída de cabello?



# Módulo III

## Cortes de cabello (Varones y Damas)



### Objetivo holístico del módulo

Contribuimos a la reactivación económica de Bolivia, promoviendo Salones de Belleza en cortes unisex, con herramientas, equipos y técnicas apropiadas, fortaleciendo las capacidades emprendedoras de las personas jóvenes y adultos, desde los Centros de Educación Alternativa.



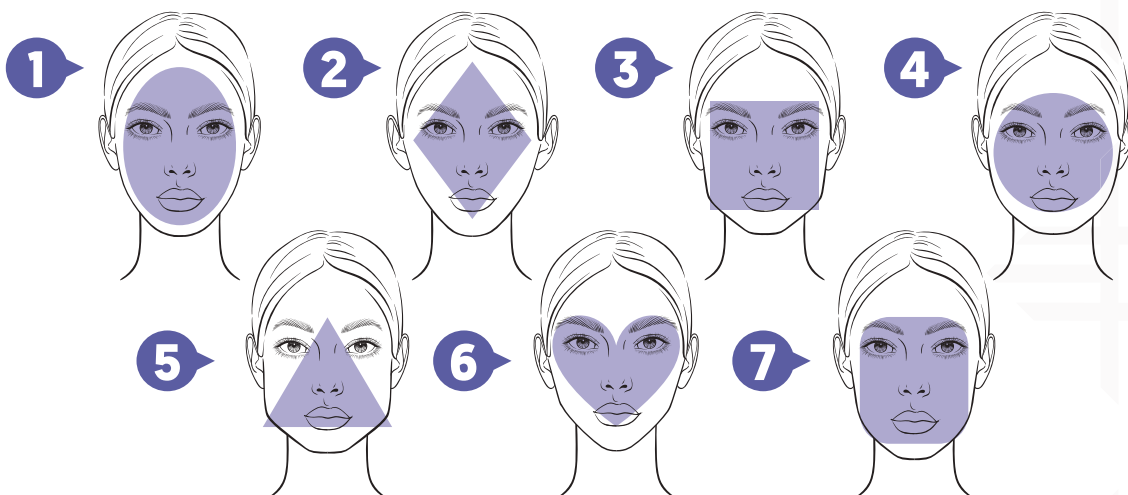
### Unidad temática N° 1. Visagismo



### A partir de nuestros conocimientos previos y saberes preguntamos.

Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

- ¿Qué es visagismo?
- ¿Hemos observado las diferentes formas de rostro de las personas?
- Mediante la imagen, hagamos la medición de nuestros rostros utilizando la medición e identificación, plasmándolo en una hoja junto con la foto del mismo.
- Observemos las imágenes y marquemos con cuál forma de rostro nos asemejamos:



Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:

- ¿Cuál es la herramienta fundamental para cortar el cabello?
- Cuándo nos hemos cortado el cabello en las peluquerías, ¿Toman en cuenta la forma de nuestros rostros?



**Utilizamos el visagismo para conocer las diferentes formas del rostro y poder brindar un servicio de calidad. Esta técnica nos permite destacar las características más favorables y corregir los rasgos que no nos agradan, ya que está basada en la fisonomía facial.**

**Visagismo.** Es el análisis de las características faciales de una persona que nos permite determinar que corte de cabello le favorece más según su estructura facial.

### Características e importancia

El visagismo es el estudio de las características físicas del rostro y es similar al maquillaje, ya que permite resaltar las ventajas y corregir los detalles que no nos gustan, todo esto basado en la fisonomía facial. Esta técnica tiene en cuenta varios factores que dan forma al rostro, como el tipo de perfil, cuello y características inherentes del cráneo y todos ellos influyen en la apariencia de la cara.

### Medición e identificación

La medición e identificación de la forma del rostro comienza trazando una línea vertical que va desde el nacimiento del cabello hasta la barbilla, pasando por la nariz. Después, se dibuja esa línea en el papel, utilizando la medida de la longitud del rostro que se acaba de obtener. Luego, se mide de sien a sien y se dibuja una línea horizontal en el papel, sin contornear la cinta métrica.

A continuación, se mide la línea de los ojos y se dibuja esa línea en el papel. Lo mismo se hace con los pómulos, dibujando otra línea en el papel para aproximadamente la altura de los oídos

Para medir la longitud de la mandíbula, hay que ubicar el punto en el que el hueso se inclina hacia la barbilla y medir la distancia de lado a lado y trazar una línea debajo de la tercera línea de medición.

Después, utilizar la misma cinta métrica para unir las esquinas de cada línea y así obtener una forma similar a corazón, óvalo, diamante, círculo, rectángulo y otros. ¿Cuáles son las formas de rostro más



comunes. A medida que se realiza varias veces esta práctica, el ojo y la mente se acostumbran a percibir visualmente las diferencias de tamaño y distancias en el rostro.

Es importante remarcar que esta práctica es solo para adquirir habilidad, y no debe ser realizada en los clientes.

## Tipos de rostros

- 1 Ovalado.** Se considera perfecto porque tiene forma armónica y todas sus proporciones están distribuidas de manera uniforme. Este tipo de rostro puede llevar todo tipo de peinados y estilos con buenos resultados ya que es proporcionado y armonioso.
- 2 Diamante.** Se caracteriza por tener pómulos sobresalientes y una mandíbula y frente estrechas. Los cortes en capas, el volumen en los laterales y los flequillos van bien con este tipo de cara.
- 3 Cuadrado.** Se identifica fácilmente, dado que es un rostro ancho con las facciones notoriamente marcadas y endurecidas. Frente, pómulos y mentón parecen dibujar una línea recta. Le favorece: raya al medio, cortes asimétricos, recogidos altos sin volumen, estilos salvajes para suavizar las facciones.<sup>1</sup>



El rostro cuadrado es fácil de identificar debido a que es ancho y tiene las facciones notoriamente marcadas y endurecidas. La línea de la frente, los pómulos y el mentón parecen formar una línea recta. Las opciones de moda que suelen ser más favorecedoras para este tipo de rostro son la raya en medio, los cortes asimétricos, los recogidos altos sin volumen y los peinados salvajes que ayudan a suavizar las facciones.

- 4 Redondo.** Tiene formas redondeadas similares al ovalado, sin embargo, es más ancho y corto en longitud. Para este tipo de rostro, son favorecedoras las melenas largas con laterales cortos o despejados, los flecos degrafilados y el volumen en la parte superior.
- 5 Triángulo.** Es lo opuesto al rostro en forma de triángulo invertido, ya que la frente es la parte más estrecha mientras que el mentón es ancho. Para este tipo de rostro, es favorecedor un corte en capas, flequillos irregulares y agregar volumen en los laterales de la frente.
- 6 Triángulo invertido o corazón.** Se caracteriza por una mandíbula estrecha, pómulos un poco más angostos y una frente ancha. Para



<sup>1</sup> <https://itisdandelion.wordpress.com/2020/07/20/visagismo-la-guia-para-el-corte-de-cabello-perfecto/>

este tipo de rostro, son favorecedoras las medias melenas largas con volumen alrededor del cuello, recogidos bajos y melenas geométricas.

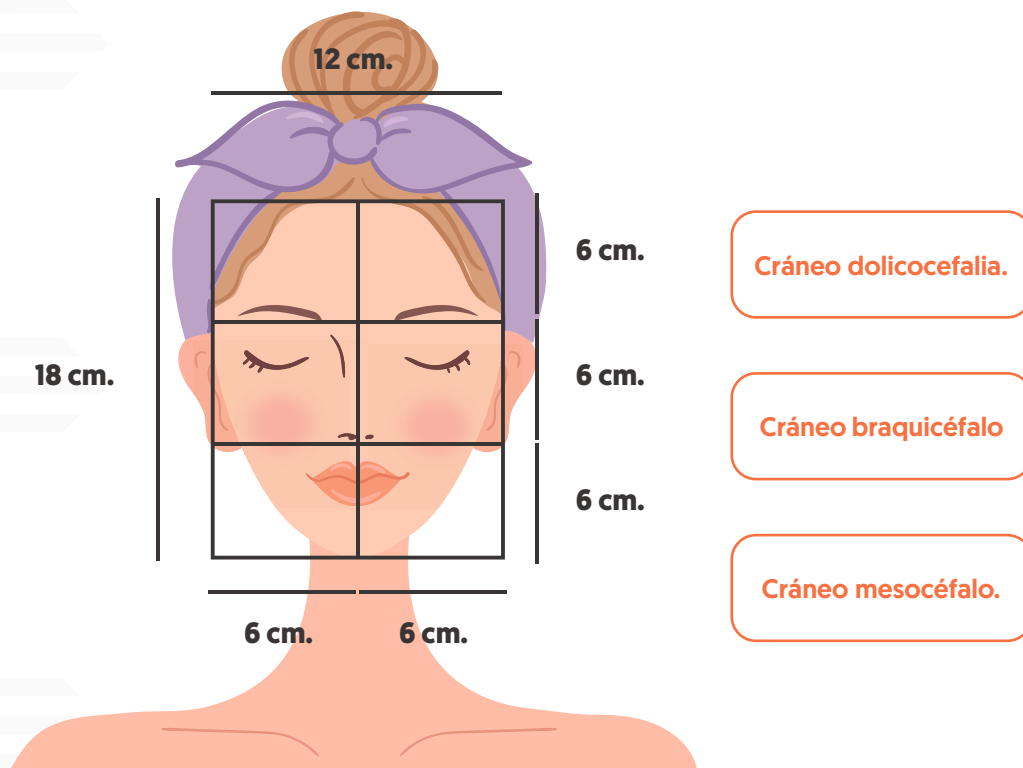
7

**Alargado.** Se caracteriza por tener una sola línea lateral a lo largo del rostro, como indica su nombre. La frente y el mentón son estrechos y largos, mientras que los pómulos están altos. Para este tipo de rostro, son favorecedores los cortes en capas, los flequillos, los medios recogidos, el volumen en la zona lateral pero no en la parte superior.



**Craneometría.** Es una rama de la antropología física que se enfoca en el estudio y comparación de diferentes medidas entre cráneos humanos. La medida, forma y tamaño son importantes en la determinación no solo de la especie y subespecie, sino también de la raza, edad y sexo. El conocimiento en este tema nos ayuda a conocer el tipo de cráneo que tenemos y a aprovecharlo al máximo.

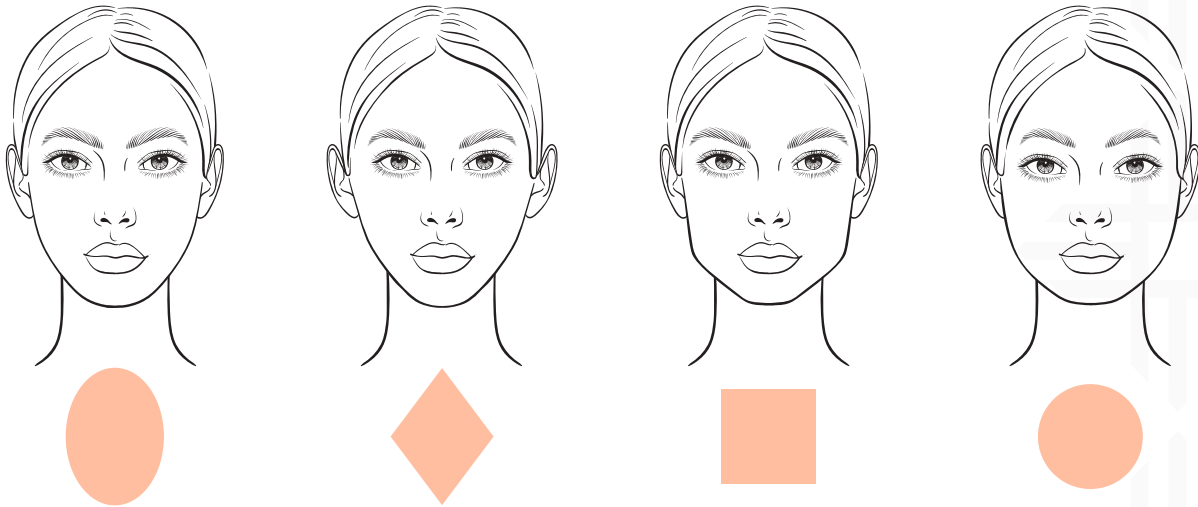
Actualmente existen 3 tipos de cráneos:





**Analicemos la importancia del visagismo en nuestros trabajos, para resultados eficaces y nos preguntamos.**

¿Antiguamente se realizaban cortes de cabello tomando en cuenta las formas del rostro?



Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

Desarrollemos las siguientes preguntas:

- 1 ¿Cuál es la regla fundamental al diagnosticar un rostro?
- 2 ¿Cuál es el rostro considerado como el más armonioso en la peluquería?
- 3 Elijamos un tipo de rostro y las sugerencias de peinado.
- 4 Describamos 5 herramientas para realizar un corte de cabello.
- 5 ¿Qué tipo de rostro se asemeja al nuestro y por qué?



**Conozcamos los resultados tangibles e intangibles del proceso formativo.**

Los participantes son capaces de identificar formas del rostro para la aplicación en sus respectivas prácticas en los procesos de aprendizaje y ofrecer mejores servicios a la comunidad.

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Identifiquemos rostros observando el entorno.

**Actividad 2.** Con la identificación del tipo de rostro de los miembros de nuestra familia, y nuestro entorno dibuja los rostros con las medidas correspondientes.

**Actividad 3.** Recortemos imágenes de rostros de periódicos y/o revistas, identifiquemos los tipos de rostros y sugiera soluciones a ellos.

**Actividad 4.** Elaboremos un álbum de nuestros trabajos.



## Unidad temática N° 2. Terminología del corte



**Compartamos experiencias a partir de nuestros aprendizajes previos sobre procedimientos básicos para un corte de cabello.**

Observemos la imagen e interpretemos:



Respondamos las siguientes preguntas en nuestros cuadernos:



¿Cuándo visitamos un salón o peluquería, observamos cómo nos cortan el cabello?

- ¿Con qué frecuencia nos cortamos el cabello?
- ¿Qué forma de corte de cabello nos gusta más y por que?



## Terminología de corte

**Conocemos por medio de la terminología del corte los procedimientos, formas, partición, distribución, proyección y línea de diseño para la realización de los cortes.**

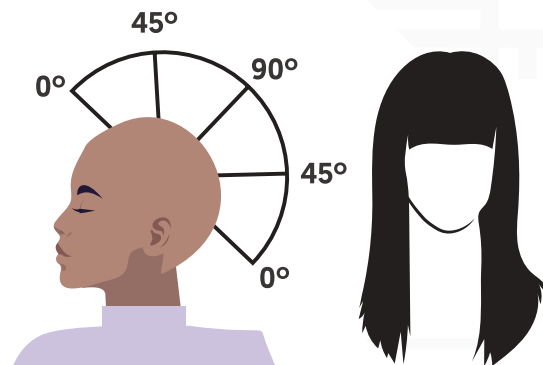
La terminología. Es una comunicación clara. Es la parte crucial del proceso de la educación en el círculo del estilista, donde muchos conceptos son familiares para el aprendizaje, es necesario un lenguaje común en el orden de expresarse claramente. <sup>2</sup>

La forma es la representación tridimensional de la figura. Incluye longitud, anchura y profundidad.

### Las cuatro formas básicas son

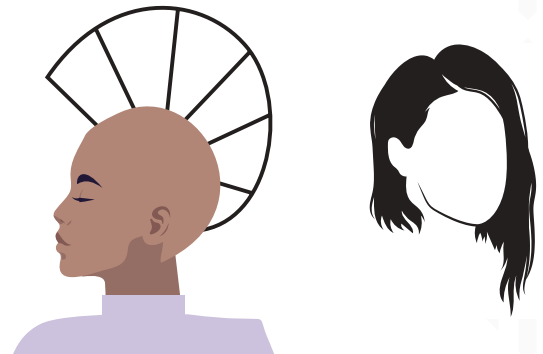
#### Forma de escalonado

La forma en escalonado se caracteriza por una progresión que aumenta desde la parte superior hacia abajo, lo que resulta en una textura de superficie totalmente en capas con poco peso visible. Normalmente, esta forma tiene una apariencia alargada.



#### Forma recta o cuadrada

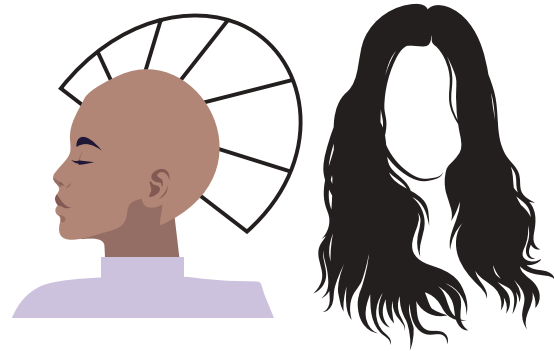
La forma recta o cuadrada se caracteriza por una progresión de largos que aumenta desde abajo hacia arriba. El cabello cae hasta un nivel, lo que resulta en una textura de superficie continua o sin capas. Cerca de la parte superior, la forma sigue las curvas de la cabeza, mientras que en la parte inferior se crea una línea angular debido al aumento de peso en el perímetro.



<sup>2</sup> <http://lalito-campanelli.blogspot.com/2012/11/metodologia-y-terminologia.html>

### Forma triangular

La forma triangular se caracteriza por poseer una progresión de la largura que va disminuyendo desde la parte superior hacia la inferior, lo que hace que las pautas parezcan apiladas unas encima de las otras. Esto da como resultado una textura con capas en la parte inferior y sin capas en la parte superior y el peso de la forma progresiva está sobre la línea de forma del perímetro, lo que hace que la forma tenga una figura triangular.



### Forma circular

Presenta largos consistentes por todo el diseño, produciendo un peso que no se percibe. Los largos se dispersan sobre la curva de la cabeza, creando una textura totalmente en capas a figura redondeada de esta forma queda paralela a las curvas de la cabeza <sup>3</sup>



**Partición.** En el corte de cabello, las cuales son líneas que se utilizan para dividir las secciones del cabello con el fin de separar, distribuir y controlar el cabello durante el proceso de corte.



**Distribución.** En el corte de cabello, la cual hace referencia a la dirección en la que se peina el cabello en relación con la partición. Se identifican cuatro tipos principales de distribución: natural, perpendicular, variable y direccional.





## Proyección

En el corte de cabello, la cual hace referencia al ángulo en el que se sostiene el cabello en relación con la curva de la cabeza antes de realizar el corte en relación con su caída natural o la curva de la cabeza.

### Caída natural (Proyección para la forma recta o cuadrada)

Se trata de la posición del cabello que adopta debido a la fuerza de gravedad, sin elevarse ni acercarse al cráneo, aplicando la mínima tensión posible.

**Proyección para la forma triangular.** La proyección debe estar entre la caída natural del cabello y los 90 grados, se debe graduar en niveles bajos, medios y altos. A medida que el ángulo de proyección sea mayor, la gradación (peso) será más alta, lo que implica que el cabello estará más levantado en la parte superior y tendrá una inclinación más fuerte.

**Proyección baja** — a más de 0 grados y a menos de 30 grados.

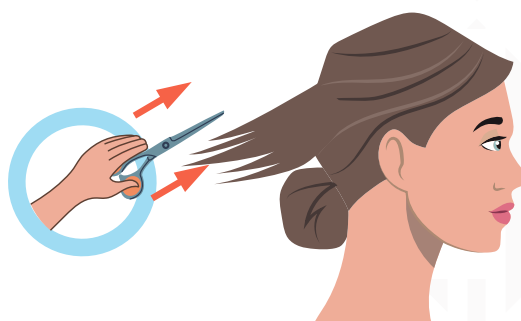
**Proyección media** — a más de 30 grados y a menos de 60 grados

**Proyección alta** — a más de 60 grados y a menos de 90 grados.

**Proyección a 90 grados** — [Proyección para la forma circular]:

Cuando el cabello se levanta a 90 grados desde la curva de la cabeza.

**Esculpido paralelo** — una técnica en la cual se esculpe una sección de cabello paralela a la partición de la raíz.



**Esculpido oblicuo** — una técnica en la cual los dedos se colocan en cualquier dirección durante el esculpido, excepto en paralelo a la partición de la raíz.

**Proyección para la forma ovalada.** La proyección puede ser de 0, 45 o 90 grados, pero siempre en dirección hacia arriba. La proyección se aplica solo en el primer mechón del cabello, dado que el resto del cabello se va uniendo hasta ese punto.

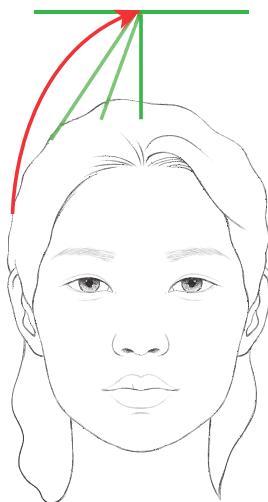
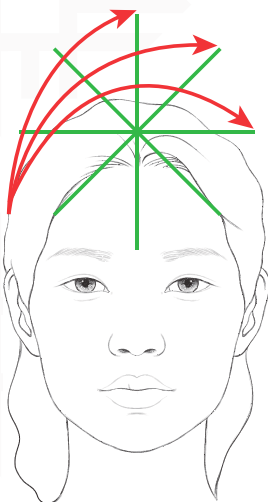
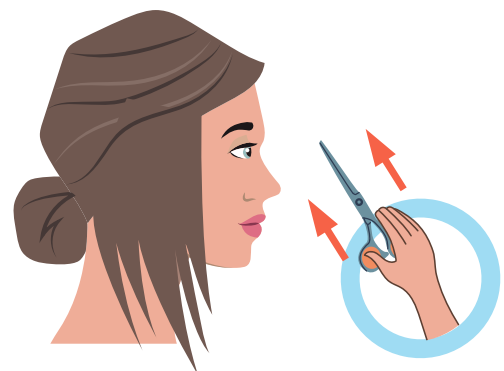
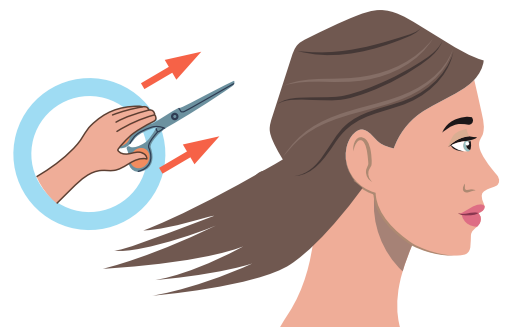
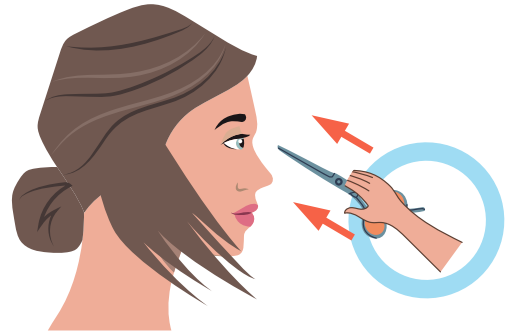
### Línea de diseño

Sirve como guía de largura para esculpir un área determinada de la escultura.

**Línea de diseño estable.** Es una guía constante y estable que sirve como punto de referencia hacia donde se dirigen todos los largos. Esta línea de diseño estable la guía de longitud constante que convergen todos los largos para generar un aumento gradual de longitud en la dirección opuesta.

**Línea de diseño móvil**-guía movable, pequeña cantidad.

Es una guía que puede moverse y tiene una pequeña cantidad de cabello. Se utiliza después de haber esculpido el cabello previo como guía para la longitud al cortar la siguiente sección.







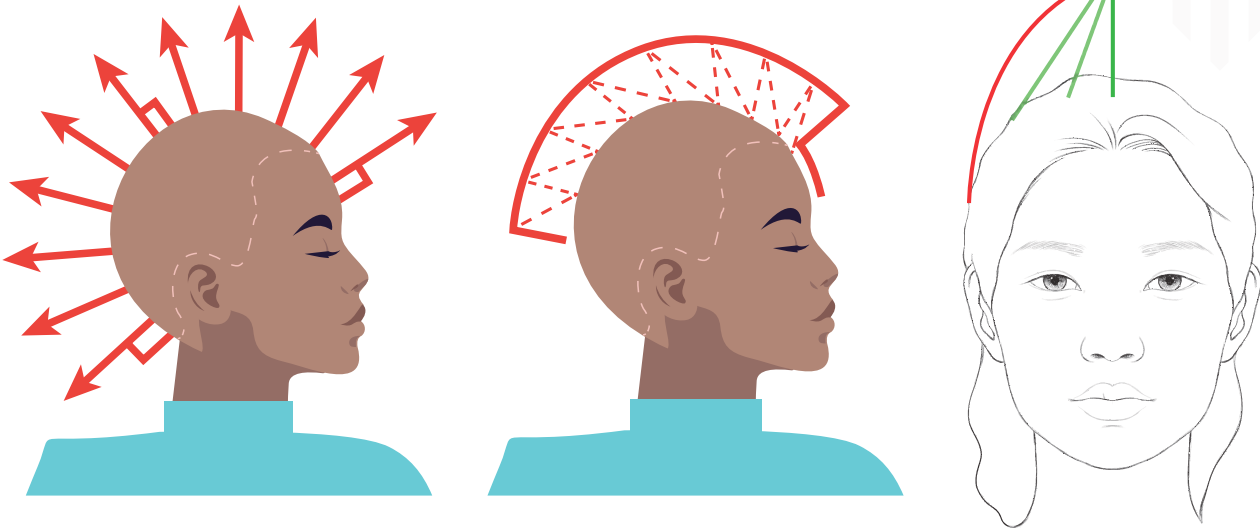
**Analicemos las formas de cada corte desde sus procedimientos para realizar, desde las caídas naturales y grados de elevaciones.**

Respondamos en nuestros cuadernos las siguientes preguntas:

- ¿En qué consiste la distribución y proyección en un corte de cabello?

### Actividad

Identifiquemos los grados de elevación de la siguiente imagen:



Identifiquemos las siguientes técnicas y describamos en nuestros cuadernos.

Respondamos en nuestros cuadernos las siguientes preguntas:

- 1. ¿En qué consiste el corte deslizante?
- 2. ¿En qué consiste el corte estable?
- 3. ¿En qué consiste el corte móvil?
- 4. ¿Qué significa forma?



## Conoceremos los resultados tangibles e intangibles del proceso formativo de terminología del corte.

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

**Actividad 1.** Elaboremos particiones o seccionamientos de cabello en miembros de nuestras familias y tomemos fotografías de los mismos y peguemoslos en nuestro álbum.

**Actividad 2.** Realicemos un álbum indicando paso a paso cómo realizar la técnica de corte recto, dentado, desfilado.



## Analicemos las formas de cada corte desde sus procedimientos para realizar, desde las caídas naturales y grados de elevaciones.

Respondamos en nuestros cuadernos las siguientes preguntas:

- ¿Sabemos qué es esculpido en el cabello?
- Observemos la imagen describimos:
- ¿Hemos observado cómo son los cortes en capas?
- ¿A nuestro parecer cómo defines los cortes?





## Unidad temática N° 3. Técnica de esculpido

Esculpido artístico es el corte detallado o recorte de los largos del cabello implica un corte detallado y preciso de los largos del cabello, utilizando herramientas como tijeras, micros dentados, navajos con protección y sin protección, sacadoras, y maquinillas. Con estas herramientas se pueden crear distintas formas y figuras en el cabello, creando así un efecto artístico y único.

**La técnica de corte forma sólida.** Se distribuye el cabello de tal manera que los largos progresan desde el exterior hacia el interior. El cabello más largo se corta hasta la línea de diseño, lo que produce una textura sin capas y sin movimiento en el cabello.

### Técnica de corte móvil

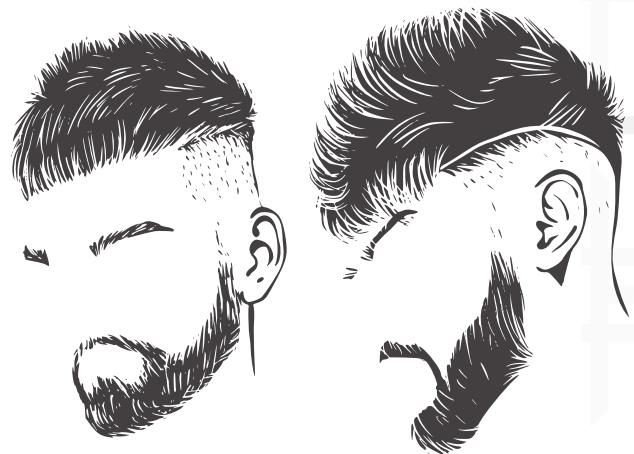
Se utiliza cuando se necesita tomar una nueva sección de cabello para cortarla. En esta técnica, la mecha guía es movida para tomar la próxima sección de cabello a cortar. Se corta el cabello sobre su base, con o sin proyección y luego se toma una pequeña sección del cabello cortado para medir con precisión y luego cortar la sección de cabello siguiente.



### Gradados contra piel

Entre los degradé, los más comunes son:

- Degradé alto o High Fade: Donde la parte rapada alcanza la mitad de la frente.
- Degradé bajo o Low Fade: Donde la parte rapada se encuentra bien en la base del corte.
- Degradé medio o Mid Fade: La parte rapada alcanza la altura de las cejas.



## Texturizados

Proceso de texturizado en el cabello, el cual es una herramienta fundamental para darle personalidad al cabello. El texturizado es una técnica que cambia el peso y la apariencia visual del cabello, y se utiliza para añadir textura a los cabellos finos, modelar los cabellos rizados, y reducir el volumen de los cabellos gruesos y pesados.

## Corte deslizante

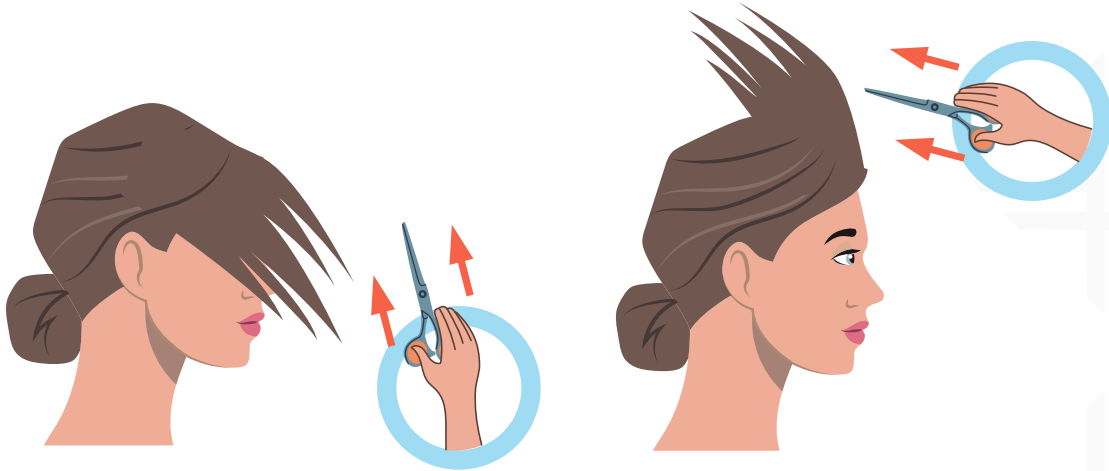
Se utiliza para quitar longitud o texturizar el cabello. En esta técnica, las tijeras se deslizan a lo largo del mechón de cabello y se utilizan comúnmente para lograr un cambio rápido de longitud en el cabello. Es posible crear distintos diseños de corte de cabello gracias a la terminología aprendida, de acuerdo con las características del rostro, personalidad, edad, entre otros factores. El filo convexo de las tijeras hace que el cabello se deslice hacia el exterior si intentamos realizar un corte lineal. Esta herramienta es útil debido a que se puede mover por el cabello sin causar tirones o daños, lo que permite controlar el porcentaje de cabello que se está cortando durante el proceso de texturizado.



**Analicemos el escupido artístico de cabello para darle forma, dependiendo de los tipos de rostro y la textura del cabello para un finalizado con estilo y profesionalidad.**

**Actividad.** Recortemos una imagen, pega en tu cuaderno y defina que tipo de rostro tiene y qué corte es el indicado.

## Identifiquemos las siguientes técnicas



## Definamos

- Degradé alto o High Fade.
- Degradé bajo o Low Fade.
- Degradé medio o Mid Fade.
- ¿En qué consiste realizar un corte con técnica de corte sólido estable?
- ¿Qué se toma en cuenta para realizar unas buenas líneas de diseño?



## Conozcamos los resultados tangibles e intangibles del proceso formativo.

**Actividad.** Realicemos un álbum con fotos de sus prácticas de cortés tomando en cuenta la forma del rostro y la textura del cabello con procedimientos adecuados al escupido de cabello.



## Producto del módulo

Elaboremos de un álbum fotográfico de sus prácticas de cortes, cuadros creativo imágenes, dibujos, recortes conocimiento en las técnicas de corte de mujer y varón con los procedimientos básicos para sus prácticas en la comunidad barrio o casa.

# Módulo IV

## Peinados, diseño y creación



### Objetivo holístico del módulo

Desarrollamos en los estudiantes habilidades prácticas y conocimientos teóricos para diseñar y crear peinados personalizados, teniendo en cuenta las necesidades y preferencias del cliente, así como su estilo de vida y personalidad, utilizando técnicas innovadoras y respetando los principios de la estética y la salud capilar, con el fin de lograr la satisfacción del cliente y promover la imagen corporal positiva.

Este objetivo holístico abarca no solo la parte técnica y práctica, sino también la parte teórica y conceptual, así como la consideración del cliente como un ser integral que merece un servicio de calidad y personalizado. También se enfoca en la importancia de utilizar técnicas innovadoras y de respetar los principios de la estética y la salud capilar para lograr resultados satisfactorios.



### Unidad temática N° 1. El cabello y su relación con el peinado



### Comencemos a auto diagnosticarnos con conocimientos y experiencias en el uso de técnicas del peinado, en la comunidad.

Describamos brevemente cuáles son los peinados que usan las mujeres y varones en nuestra comunidad:

Peinados de antes	Peinados de la actualidad
Dibuja un peinado de mujer	Dibuja un peinado de varón



## Estructura y forma del cabello

Los principios y técnicas de estilización, así como los diferentes tipos y variedades de tejido de trenzas, peinados, sofisticaciones vanguardistas, acabados y la tipología de peinados que se derivan de la diversidad cultural. Se explica que es posible cambiar la forma natural del cabello gracias a ciertas propiedades de la fibra capilar, lo que permite crear formas, volúmenes, textura y movimientos que se pueden fijar por un tiempo determinado. Sin embargo, para poder realizar una transformación en el cabello, es necesario que el profesional desarrolle aptitudes como la creatividad y la destreza, pero también es necesario que conozca los fundamentos básicos de los cambios de forma temporal para poder utilizar adecuadamente las distintas técnicas que están a su disposición.<sup>1</sup>



### Describe cómo es tu cabello

El cabello es una estructura compleja con distintas propiedades físicas y químicas.

**Física.** Cada cabello tiene la capacidad de soportar una carga de entre 60 a 100 gramos de peso sin romperse. Además, se indica que cuando el cabello está húmedo, su resistencia a la ruptura se incrementa aproximadamente al doble de su capacidad normal. En pocas palabras, se explica que el cabello cuenta con una resistencia determinada que puede aumentar al doble cuando está mojado.

**Química.** La queratina y su resistencia a los agentes químicos ácidos. Se menciona que solo los agentes químicos alcalinos y reductores, utilizados en la ondulación permanente, actúan sobre los puentes de azufre de la queratina.

### Propiedades del cabello

Algunas de las principales propiedades del cabello son:

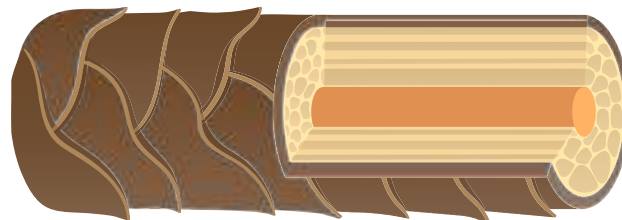
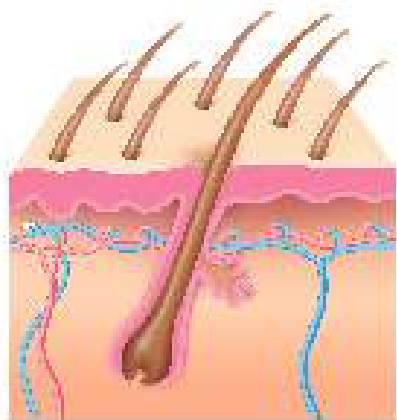
#### Elasticidad

Se refiere a su capacidad de estirarse y volver a su forma original sin romperse. Esto es posible gracias a la presencia de queratina, una proteína presente en el cabello que está formada por cadenas

<sup>1</sup> [https://formaciontecnicabolivia.org/webdocs/publicaciones/2016/5\\_Disenio\\_Belleza\\_Integral\\_FAU.pdf](https://formaciontecnicabolivia.org/webdocs/publicaciones/2016/5_Disenio_Belleza_Integral_FAU.pdf)



moleculares alargadas conocidas como cadenas queratínicas. Estas cadenas se unen formando una estructura molecular en forma de hélice y se mantienen unidas por enlaces y puentes que fijan la forma natural del cabello.



### Resistencia

El cabello es resistente a la tracción y puede soportar fuerzas importantes sin romperse. Se indica que esta resistencia se debe a la presencia de la proteína queratina.

La resistencia del cabello se refiere a la capacidad del pelo para soportar tensiones mecánicas sin romperse o dañarse. Una forma de entender la resistencia del cabello es viendo la forma en que está estructurado. El tallo del cabello está formado por 3 capas (cutícula, corteza y médula) y cada capa tiene un papel importante en la resistencia del cabello. Además el grosor, el tipo y el estado de salud del cabello también afectan a su resistencia. Un cabello fino y débil será menos resistente que uno grueso y sano.

### Porosidad

La porosidad del cabello se refiere a la capacidad del pelo para absorber y retener la humedad y otros productos químicos. La estructura de la cutícula del cabello juega un papel importante en la porosidad. En cabellos sanos, las células de la cutícula están estrechamente unidas y forman una capa protectora que ayuda a retener la humedad y otros nutrientes esenciales. Por otro lado, en cabellos dañados o procesados químicamente, la cutícula puede estar dañada o ser demasiado porosa, lo que hace que el cabello tenga dificultad para retener la humedad y se vuelva más propenso a dañarse y a enredarse. La porosidad del cabello también puede variar según el tipo de cabello, como los cabellos rizados o afro, que son naturalmente más porosos que los cabellos lisos.

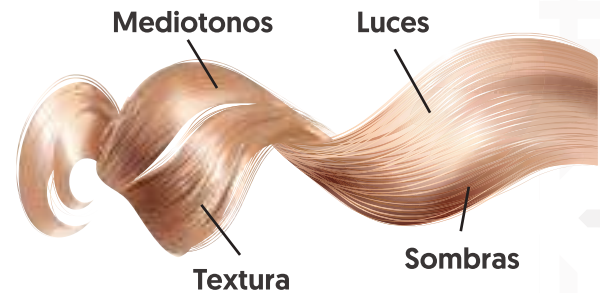




Indica que tiene la capacidad de absorber y retener líquidos y productos químicos. La porosidad del cabello puede ser diferente dependiendo de su tipo y estado de salud.

### Textura

El cabello cuenta con una textura que puede presentarse de forma lisa, ondulada o rizada. Esta textura se debe a la forma de los folículos pilosos, los cuales determinan la forma natural del cabello.



### Color

El cabello tiene la capacidad de mostrar diferentes tonos y matices, los cuales dependen de la cantidad y el tipo de pigmentos que se encuentren en el cabello.

### Brillo

El brillo del cabello es la capacidad del pelo para reflejar la luz. Este brillo se produce cuando la superficie del cabello está lisa y uniforme, lo que permite que la luz rebote en la cutícula del cabello y vuelva hacia el ojo. El brillo del cabello está influenciado por varios factores como su porosidad y su salud. Un cabello sano y bien cuidado suele tener un brillo natural, mientras que un cabello dañado o procesado químicamente puede tener una apariencia opaca y sin brillo. Además, el uso de productos adecuados para el cabello, como champús y acondicionadores hidratantes, puede ayudar a mantener y mejorar el brillo natural del cabello.

El cabello puede mostrar un brillo natural o artificial que se relaciona con la forma en que la luz se refleja sobre su superficie.

### pH

El pH del cabello se refiere a su nivel de acidez o alcalinidad, en una escala de 0 a 14. Un pH de 7 se considera neutral, mientras que un pH por debajo de 7 es ácido y un pH por encima de 7 es alcalino. El cabello sano tiene un pH ligeramente ácido, entre 4.5 y 5.5. Este pH ayuda a mantener la cutícula del cabello cerrada, lo que a su vez ayuda a retener la humedad y a mantener la salud del cabello. Ciertos tratamientos para el cabello, como el uso de champús y acondicionadores, pueden alterar el pH del cabello. Por ejemplo, algunos champús para la caspa tienen un pH alcalino para ayudar a eliminar la caspa, mientras que los champús para cabello teñido pueden tener un pH ácido para ayudar a fijar el color. En general, es importante mantener un equilibrio saludable del pH del cabello para evitar problemas como la sequedad, el daño y la pérdida de brillo.

## Características del cabello relacionadas con el peinado

La forma y el tipo de cabello tienen una influencia directa en el resultado final del peinado. Por lo tanto, al elegir y asesorar sobre un estilo específico, se deben considerar otros factores relacionados con las características del cabello que afectan al peinado.

### Grosor

El grosor del cabello se determina por su diámetro, el cual se puede clasificar en tres categorías: fino, normal y grueso. Los cabellos finos tienen un diámetro pequeño y suelen ser brillantes, pero no proporcionan mucho volumen. Los cabellos normales tienen un diámetro medio y permiten diversos estilos de peinado. Por último, los cabellos gruesos tienen un diámetro mayor, lo que les otorga cuerpo y volumen, aunque su aspecto no suele ser tan suave y brillante como el de los cabellos finos.

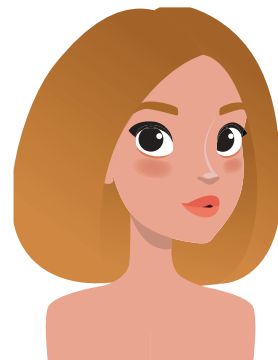
### Cantidad

La cantidad de cabello que posee una persona depende de diversos factores, entre ellos la genética, la edad, la salud y el género. Por lo general, los hombres tienen una mayor cantidad de cabello en comparación con las mujeres y las personas jóvenes tienen más cabello que las personas mayores.

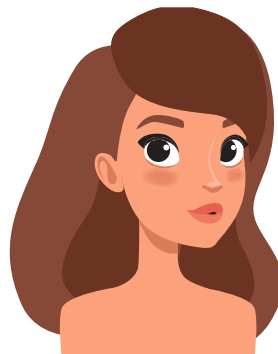
### Textura y forma del cabello

El término “textura y forma del cabello” se refiere a la curvatura o rizo que tiene el pelo, así como a la orientación de los folículos pilosos en el cuero cabelludo. La textura del cabello a menudo se relaciona con su forma, la cual se puede clasificar en cuatro grupos diferentes:

**Lacio.** El cabello lacio se refiere a un tipo de cabello que es notablemente suave y liso, generalmente no presenta mucho rizo u onda. Este tipo de cabello tiene una estructura lisa y uniforme, lo que hace que la luz rebote fácilmente en su superficie y por lo tanto, de un aspecto brillante. La textura y grosor del cabello lacio puede variar dependiendo de la persona y, puede ser delgado o grueso, pero su apariencia general sigue siendo suave y lisa. El cabello lacio es considerado el tipo de cabello más fácil de peinar, dado que se enreda con menos frecuencia comparado con otros tipos de cabello.



**Ondulado.** El cabello ondulado se refiere a un tipo de cabello que tiene una suave curva u onda en su estructura. A diferencia del cabello liso, el cabello ondulado tiene una textura más irregular y variedad de formas, lo que lo hace más propenso a enredarse. El grosor del cabello y la cantidad de ondas pueden



variar dependiendo de la persona, aunque por lo general, el cabello ondulado tiene un aspecto voluminoso y texturizado. Este tipo de cabello puede ser considerado un término medio entre el cabello liso y el cabello rizado, aunque puede variar dependiendo de la persona. En general, la longitud del cabello y la cantidad de capas de corte pueden influir en cómo se ve y se siente el cabello ondulado.

**Rizado.** El cabello rizado es un tipo de cabello que tiene una estructura naturalmente encrespada y rizada en toda su longitud. A menudo, este tipo de cabello es el más seco entre los tres tipos, lo que lo hace más propenso a la rotura y a la formación de nudos. Los rizos pueden variar en tamaño, desde pequeños y apretados hasta grandes y sueltos, cuanto más frizado esté el cabello, más propenso será a enredarse. Este tipo de cabello es conocido por su textura y volumen, a menudo es deseado por su apariencia distintiva. El cabello rizado es considerado como el tipo más delicado de cabello, lo que implica que se requiere un cuidado especial, como el uso de productos específicos para este tipo de cabello, acondicionadores profundos y técnicas de peinado suaves para evitar que se rompa.



**Muy rizado.** El cabello muy rizado es un tipo de cabello que presenta una curvatura en forma de bucles muy apretados y definidos. Este tipo de cabello es conocido por tener una textura bastante gruesa y por lo general seco, lo que lo hace más propenso a la rotura y la formación de nudos. En general, cuanto más frizado esté el cabello, más complicado será de peinar y desenredar. El cabello muy rizado puede verse increíblemente voluminoso y tener un aspecto exuberante y llamativo, pero requiere un cuidado especial para mantenerlo hidratado, saludable y brillante.



### Fundamentos del cambio de forma: Alfa y Beta queratina

La queratina es una proteína fibrosa que se encuentra en varios tejidos animales, incluyendo el cabello, uñas y piel. En el cabello, existen dos tipos de queratina: la alfa-queratina y la beta-queratina, las cuales son los principales componentes de esta proteína.

**La alfa-queratina.** La cual es la forma más común de queratina encontrada en el cabello. La alfa-queratina es responsable de brindar fuerza y elasticidad al cabello debido a su estructura helicoidal formada por una cadena de aminoácidos. Estas estructuras se unen para formar fibras de queratina, las cuales a su vez son responsables de la fuerza y elasticidad del cabello.

**La beta-queratina.** La beta-queratina, la cual es una forma menos común de queratina encontrada en el cabello. Esta forma de queratina es responsable de la rigidez del cabello debido a su estructura beta-plegada formada por una cadena de aminoácidos. Estas estructuras se agrupan para formar fibras de queratina, las cuales son responsables de la rigidez del cabello.

Las cadenas de queratina se disponen en el cabello cuando está seco y sin haber sido sometido a ningún tipo de estiramiento o proceso químico; en este caso, las cadenas se pliegan naturalmente una sobre otra, lo que se conoce como alfa-queratina. Por otro lado, cuando se humedece el cabello y se estira mecánicamente mediante cepillado, rulos, moldes o para realizarse un permanente, las cadenas se despliegan y adoptan una posición diferente, conocida como beta-queratina se logra el cambio de forma en el cabello, ya sea para un permanente o un alisado.

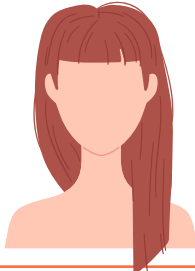
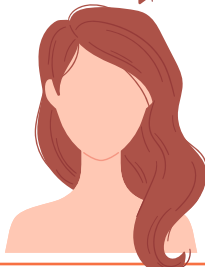


Para ello, se utilizan agentes químicos que rompen los enlaces de las estructuras de queratina en el cabello. En el caso del permanente, se enrolla el cabello alrededor de un rodillo para crear una nueva forma, mientras que en el alisado se estira el cabello para crear una forma lisa. En ambos casos, la estructura queratina del cabello se altera temporalmente para conseguir una nueva apariencia.



**Analicemos y reflexionemos lo aprendido a través del análisis reflexivo.**

**Actividad 1.** De acuerdo a la textura y forma del cabello:

Tipo	Identifica tu tipo de cabello
1. Lacio	
2. Ondulado	



**Actividad 2.** Tomemos una pequeña foto de nuestra cabellera, luego peguemos en nuestros cuadernos, posteriormente enumeremos y describamos las propiedades del cabello.

**Actividad 3.** Expliquemos en nuestros cuadernos los fundamentos físico-químicos del cambio de forma del cabello.



**Anotemos en nuestros cuadernos las diferentes características del cabello relacionadas con el peinado.**



**Unidad temática N° 2. Visagismo para la selección de peinados**



**Empecemos con un auto diagnóstico de conocimientos y experiencias en el uso de técnicas del peinado, en la comunidad.**

- De acuerdo a nuestro conocimiento, elaboremos una lista de las herramientas que se usan para realizar diferentes peinados.
- Posteriormente, socialicemos una lista de herramientas.



## Técnica de medición del rostro

Identificamos y analizamos tipos de rostro, de cabello, apoyados en la revisión del texto guía y selección de información vía internet sobre peinados y las herramientas de trabajo, en la comunidad.

Técnica empleada para elegir el peinado o estilo de cabello que mejor se ajuste a la forma del rostro de cada persona. El propósito es lograr un equilibrio visual entre el rostro y el cabello, realzando las características faciales que mejor favorezcan.

### EL análisis morfológico facial

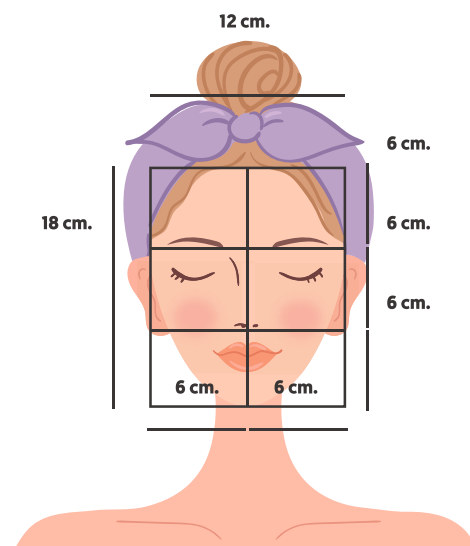
El cual se refiere al estudio de la estructura y forma de la cara, puede implicar la realización de mediciones en los planos horizontal y vertical.

#### Plano horizontal

El plano horizontal, donde se divide la cara en dos partes iguales, una superior y otra inferior, mediante una línea horizontal trazada a través de los ojos. Este plano se utiliza para analizar la relación entre las estructuras faciales superiores e inferiores, midiendo la distancia entre la base de la nariz y el mentón, la distancia entre los labios y la base de la nariz, y la longitud de la mandíbula, estudio del rostro desde el plano horizontal. en el modelo ideal, estas tres zonas deben medir lo mismo.

#### Plano vertical

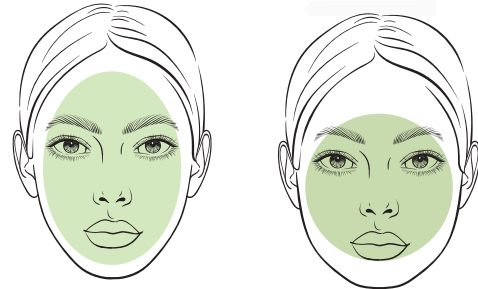
El plano vertical, que divide la cara en dos partes simétricas, una derecha y otra izquierda, trazando una línea vertical que atraviesa el centro de la cara. Este plano se utiliza para analizar la simetría facial y la relación entre las estructuras faciales de cada lado, midiendo la altura de las cejas, la distancia entre los ojos y la simetría de los pómulos, entre otros aspectos. El análisis combinado de ambos planos puede proporcionar información valiosa sobre la forma y la estructura de la cara, que puede ser útil para el diagnóstico y tratamiento de ciertas condiciones faciales, así como para la planificación de procedimientos estéticos y reconstructivos. Estudio del rostro desde el plano vertical, esta división nos ayuda a comprobar las asimetrías.



## Tipos de óvalo y sus correcciones

Los distintos tipos de óvalo facial y sus correcciones, en el contexto de la aplicación del visagismo para la elección de peinados. Se proporcionan recomendaciones generales para cada tipo de rostro, teniendo en cuenta la forma y características del óvalo facial:

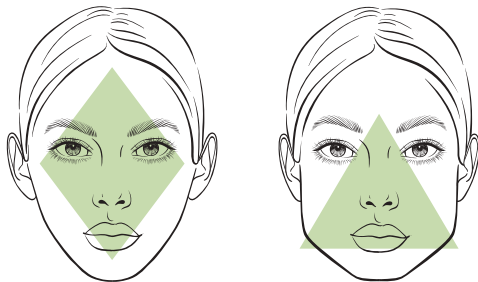
**Rostro ovalado.** El tipo de rostro ovalado como el ideal, ya que la mayoría de los peinados suelen favorecerle. Se ofrecen varias opciones de peinados adecuados para este tipo de rostro, como cortes con flequillo, recogidos, ondas suaves o cabello en estilo pixie.



**Rostro redondo.** El rostro redondo en cuanto a peinados. Se recomienda crear volumen en la parte superior del cabello para alargar visualmente el rostro. Para ello se pueden utilizar peinados con volumen en la zona de la coronilla, con flequillo largo y ligeramente desfilado, o con un corte de cabello largo en capas.



**Rostro cuadrado.** Se sugiere crear suavidad en las líneas angulosas, para lograrlo se pueden utilizar peinados con raya al medio, con ondas suaves, o con un corte de cabello largo en capas.



**Rostro alargado.** La importancia de crear volumen en los laterales del rostro para equilibrar la longitud. Se sugiere utilizar peinados con media melena, con ondas suaves y con un corte de cabello bob.

**Rostro en forma de corazón.** Para este tipo de rostro, se recomienda crear volumen en la parte inferior del cabello para equilibrar la amplitud de la frente. Para ello, se pueden utilizar peinados con flequillo largo y desfilado, con ondas suaves y con un corte de cabello bob.

## Tipos de cuello y sus correcciones

Los cuellos tienen un papel importante en la longitud del cabello y se pueden categorizar en cuatro tipos principales, lo que puede afectar cómo se deben corregir:

### Largo y delgado

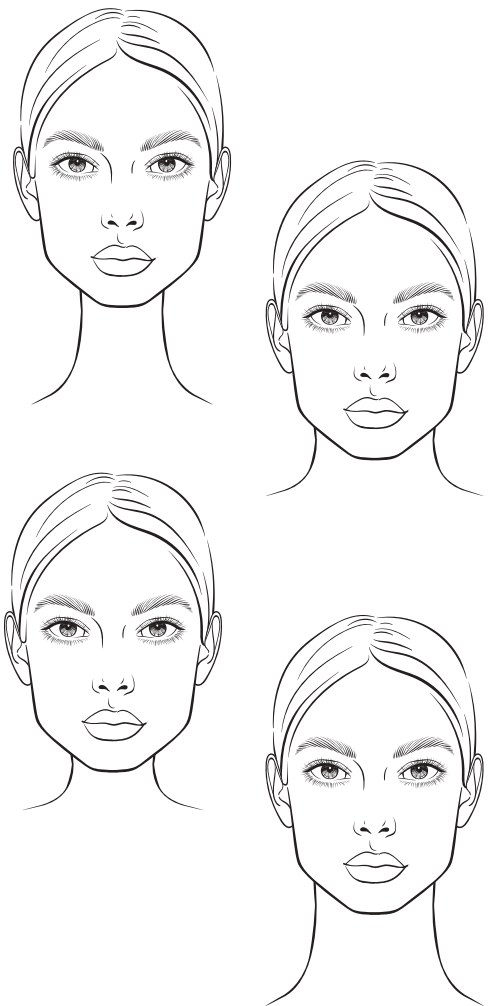
puede afectar la forma en que se ve un rostro largo y delgado. Se menciona que tanto el cabello corto como el largo puede alargar aún más el rostro, pero si el cabello es demasiado largo, se



deben evitar los volúmenes excesivos y dejar el cuello totalmente despejado.

### Corto y grueso

Un estilo que da la impresión de mayor longitud. Se sugiere llevar el cabello por encima de la nuca o en los laterales de la cabeza, dar mayor volumen a la zona alta de la cabeza para compensar el cuello corto. Esto es especialmente útil para personas de baja estatura, ya que las medidas medias dan la sensación de un cuello más corto que las largas.



### Corto y delgado

Se trata de cabello largo, no presenta muchos problemas y solo debemos tener en cuenta la estatura de la persona. Por otro lado, cuando se trata de cabello corto, se debe evitar los cortes rectos en la nuca, ya que eso haría que el cuello se vea aún más corto. Los peinados para cabello corto deben tener mayor volumen en la parte superior y el cuello debe estar despejado.

### Largo y grueso

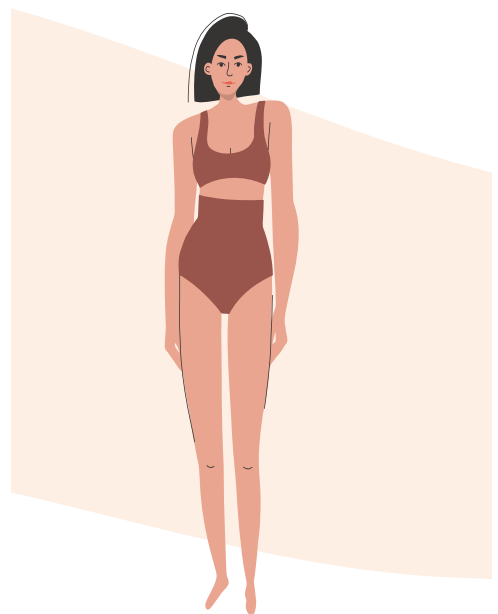
El Grosor dejando una mayor cantidad de cabello en la nuca, sin excederse y dejándola tan larga como lo permita el nacimiento del cabello, incluso dejando más longitud. También se sugiere dar más volumen a la cabeza en general para adelgazar la nuca por efecto óptico.

### Análisis morfológico corporal

En relación al peinado no solo tiene que ver con el rostro o cuello, sino que también se debe tener en cuenta la armonía de los volúmenes y formas del peinado con el tipo de silueta del cuerpo.

### Alta y delgada

Se sugiere evitar cortes de cabello demasiado largos que tengan poco volumen y en su lugar, optar por capas estratégicas y movimiento en el cabello. También se debe evitar el cabello demasiado largo y en línea recta, ya que esto acentuará aún más la imagen alargada de





la cara. Para compensar esa imagen alargada, se debe tratar de dar un efecto de anchura al cabello.

### Baja y delgada

Lo más recomendable es llevar una melena corta y agregarle un toque femenino con algún flequillo. Se debe evitar llevar el cabello largo y siempre mantener la longitud por encima de los hombros, ya que una melena larga acentúa aún más la baja estatura de la persona.

### Alta y gruesa

El cabello rizado al natural luce bien en las caras redondas, se recomienda cortar el cabello a la altura de los hombros para lograr simetría en las líneas de la cara y alargarla.

### Baja y gruesa

El cabello de una mujer que es baja y gruesa. Se sugiere que aquellos peinados que aporten volumen en la parte superior de la cabeza funcionan bien, como las coletas altas, los rodetes altos y los peinados up-do.





## Práctiquemos desde la observación y reflexión grupal sobre la importancia de la responsabilidad en la ejecución de trabajos con la clientela.

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

### Actividad 1

- Observar rostros reales y compararlos con las teorías.
- Análisis de fotografías: analizar fotografías de rostros de personas famosas o de sus propios clientes, aplicando las teorías aprendidas en clase para identificar las características faciales y las proporciones.

### Actividad 2

- Identificar los diferentes tipos de óvalo facial.
- Una vez identificados los diferentes tipos de óvalo facial, realizar un análisis de las proporciones faciales para determinar cuál es el óvalo facial ideal para cada persona.
- Después de identificar el tipo de óvalo facial de una persona, identificar las correcciones necesarias para lograr el óvalo facial ideal.
- Finalmente, una vez identificadas las correcciones necesarias para cada tipo de óvalo facial, se pueden practicar diferentes técnicas de maquillaje para lograr el resultado deseado. Por ejemplo, incluir técnicas de contorneado, iluminación y aplicación de sombras.

### Actividad 3

- **Observación en vivo.** Observar a diferentes personas y realizar un análisis morfológico de su cuerpo. Deben identificar las proporciones de cada persona, la forma de su cuerpo y las características que destacan.
- **Análisis de los efectos de la ropa.** Analizar cómo diferentes tipos de ropa afectan la apariencia del cuerpo.
- **Análisis de la postura.** Observar la postura de diferentes personas y analizar cómo afecta la apariencia del cuerpo.



## Prácticas de aplicación de técnicas y métodos tecnológicos en peinados.

**Modelado en arcilla.** Realizar modelos en arcilla de diferentes tipos de rostros, utilizando las proporciones y relaciones aprendidas en clase.

**Prácticas de dibujos.** Dibujar diferentes tipos de cuerpos para que puedan comprender mejor las proporciones y la forma del cuerpo humano. Al dibujar, identificar las áreas que necesitan atención y cómo pueden identificar las características positivas.



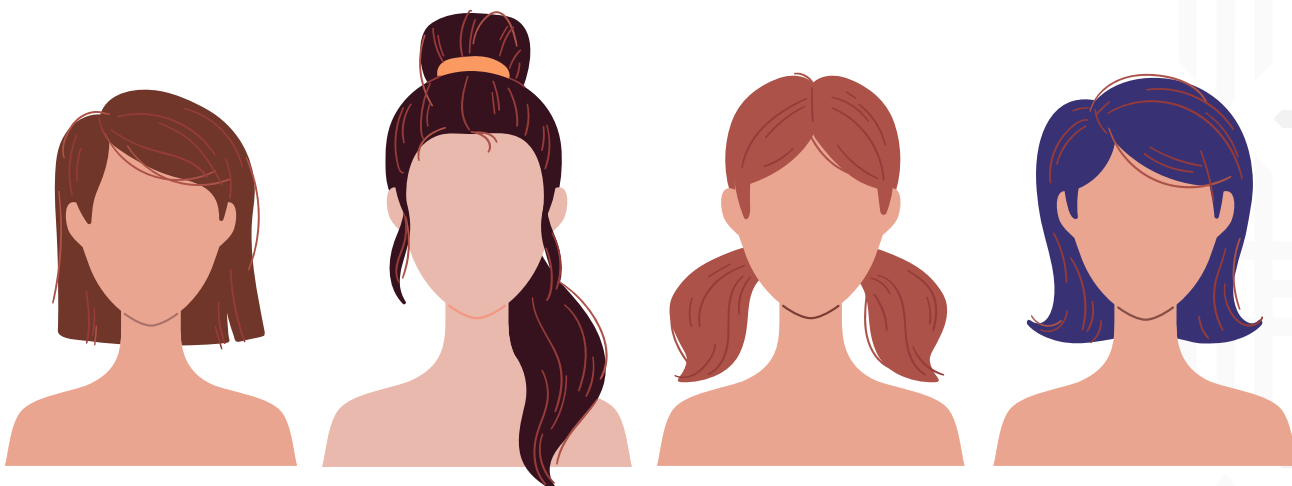
## Unidad temática N° 3. Técnicas para la realización de peinados y acabado.

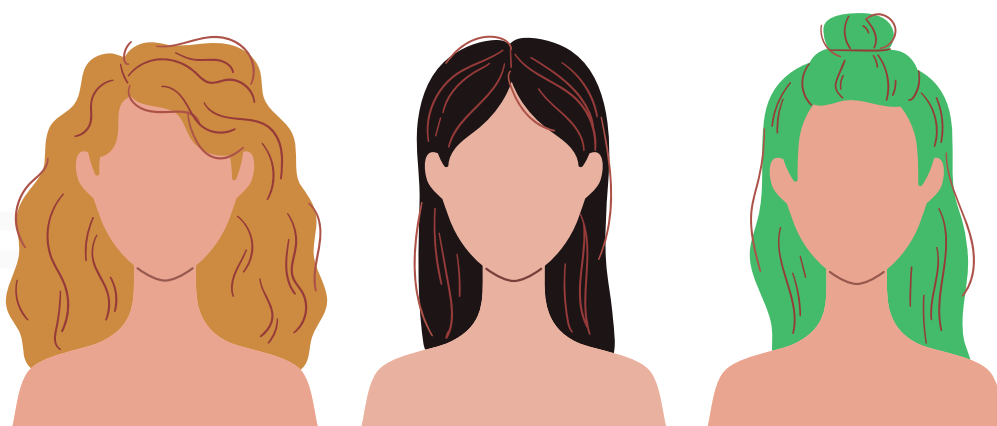


## Recuperemos vivencias y experiencias por parte del facilitador o la facilitadora y de los participantes a partir del diálogo, en relación a peinados, marcados y enrulados.

A su vez, observemos diferentes tipos de peinados en revistas, folletos y videos, efectuando prácticas demostrativas con diferentes modelos.

Presentación: Comencemos presentándonos a nosotras [os] mismas [os] y hablando sobre nuestra experiencia en el campo de la belleza y los peinados.





Posteriormente, socializamos sobre la importancia de aprender técnicas de peinados para los estilistas de belleza integral e introduciendo a los estudiantes a las diferentes técnicas de peinados como ser: brushing, ondas, rizos, planchado, trenzas, peinados recogidos, entre otros. Finalmente, hablamos sobre diferentes tipos de cabello y cómo cada uno requiere un enfoque diferente.



## Diseño de peinado

Hay una gran variedad de peinados, desde los más simples y naturales hasta los más elaborados y artísticos. Los peinados pueden ser influenciados por diferentes factores como la moda, la cultura, la época del año, la ocasión y la preferencia personal. El cabello puede ser llevado suelto, trenzado, recogido en moños, cola de caballo o peinados con flequillo, como también puede ser corto, mediano o largo. Además, también hay productos para el cabello que se pueden utilizar para mantener y peinar el cabello, como gel, mousse, laca, cera, entre otros.



### Elementos que influyen en el cabello

Los diferentes factores que pueden influir en el peinado que se elige. Se menciona que hay varios elementos que pueden influir, algunos de los factores más comunes son enumerados:

**Tipo y textura del cabello.** Pueden influir en la capacidad de mantener ciertos peinados. Si el cabello es fino y liso, puede no mantener rizos o peinados voluminosos por mucho tiempo, mientras que si es grueso y rizado, puede ser más difícil peinarlo en un estilo liso.

**Forma de la cara.** Puede tener un efecto en el peinado que se elija. Algunos peinados pueden acentuar ciertas características del rostro, como los pómulos o la mandíbula, mientras que otros peinados pueden suavizarlas.

**Ocasión especial.** La ocasión o el evento para el cual está peinado el cabello pueden influir en el estilo que se elige. Por ejemplo, un peinado elegante puede ser más apropiado para una boda o una cena formal, mientras que un estilo más relajado puede ser mejor para una salida casual.

**Estilo personal.** El estilo personal y las preferencias individuales también pueden afectar la elección del peinado. Algunas personas prefieren un estilo más clásico y formal, mientras que otras prefieren algo más atrevido y moderno.

**Habilidades y herramientas de peinado.** Que se tienen disponibles pueden influir en el estilo que se elige. Es posible que algunos peinados requieren más habilidades o herramientas, como secadores de pelo o planchas para el cabello, que otros.

### Cualidades de un peinado

Las características de un peinado pueden ser diferentes según la persona y la ocasión para la que se lo está haciendo, pero algunas características generales pueden incluir:

**Estilo.** La importancia de que un peinado tenga un estilo que sea adecuado tanto para la persona como para la ocasión. Dicho estilo debe ser atractivo y coherente con la apariencia general de la persona.

**Durabilidad.** Un buen peinado debe tener una duración adecuada, es decir, debe durar todo el día o al menos la mayor parte del día, sin necesidad de realizar ajustes constantes para mantener el peinado en su lugar.

**Comodidad.** Un buen peinado debe ser cómodo de llevar durante largos periodos de tiempo. El peinado no debe apretar demasiado ni ser incómodo de usar.

**Versatilidad.** La importancia de que un buen peinado sea versátil y pueda adaptarse a diferentes situaciones. Se menciona como ejemplo que un peinado que sea apropiado para una reunión de negocios también debería ser adecuado para una noche en la ciudad.



**Fácil de mantener.** Un buen peinado también debe ser fácil de mantener, es decir, no debería requerir mucho tiempo o esfuerzo para peinarse diariamente.



### Las principales características de los productos de acabado son las siguientes

- **ESPUMAS.** Las espumas para el cabello y su aplicación. Estas espumas aportan volumen y cuerpo al cabello para facilitar su estructuración, se aplican sobre el cabello húmedo recién lavado. Para lograr una forma ondulada más duradera en cabellos lisos y finos, se recomienda la aplicación de espuma de fijación fuerte y enrollar rulos. Una vez que el cabello se ha secado, se procede a trabajar las mechas una a una.
- **SPRAYS.** Los sprays para el cabello y su aplicación para finalizar y fijar diferentes peinados. Una vez que el cabello se ha peinado y secado, se dirige el spray hacia las zonas que se quieren fijar, pulverizando por su superficie. En el caso de querer moldear y ondular el cabello liso, el spray se aplicará mecha a mecha mientras se trabajan con diferentes utensilios como cepillos o peines, y se espera a que el cabello se seque. Finalmente, se lleva a cabo un cepillado del cabello para conseguir la forma deseada.
- **GELES.** Los geles para el cabello y su aplicación para conseguir un efecto de brillo. Estos geles pueden aplicarse sobre el cabello seco o húmedo para conseguir un look con efecto mojado. Si se peinan y se secan al aire libre o se aplican sobre el cabello seco, pueden crear

pequeños tirabuzones y fijar mechones despeinados o destacar una parte determinada, como los laterales.

### Procedimiento general de realización de acabados

Para realizar un acabado en el cabello, se debe acondicionar previamente el cabello para facilitar el trabajo, depurar y revisar el corte del cabello, decidir las herramientas que se van a utilizar según el efecto deseado y efectuar el trabajo de manipulación. Un elemento importante en este proceso es el secador de mano que se utiliza para secar el cabello, lograr las formas y volúmenes deseados. Para conseguir el efecto final, pueden utilizarse simplemente los dedos o diferentes utensilios como cepillos y peines. Acondicionar el cabello para facilitar el trabajo.

- Depurar y revisar el corte del cabello.
- Decidir las herramientas que se van a usar según el efecto que se quiera conseguir.
- Efectuar el trabajo de manipulación.

### Peinados y acabados en estilos cortos

La posibilidad de realizar tres tipos distintos de acabados en estilos de cabello corto: liso, rizado u ondulado, en estado seco o húmedo. A veces, un modelado previo o el rizo natural del cabello pueden servir como base para realizar los acabados rizados u ondulados.

**Acabados secos.** Dos formas de lograr un acabado seco para el cabello con capas largas. En la primera opción se utiliza un secador de mano y una dosis de espuma moldeadora para crear un peinado trabajado, guiando el cabello hacia adelante y metiendo las puntas utilizando un cepillo redondo en las capas superiores. La otra alternativa consiste en alisar el cabello con el secador de mano, hacer una raya hacia un lado y peinar con un peine fino mientras se fijan los laterales con gel.

Varios de los peinados y acabados que se pueden conseguir en estilos de cabello corto son: peinados rizados y ondulados con rizos naturales; acabados en seco para cabellos con capas largas; cortes en distintas capas con peinados cortos y rizados; aplicando cera de peinado para diferentes largos de cabello; cortes de pelo realmente cortos y prácticos con acabados en punta; y crema de fibra para controlar estilos cortos y largos. Asimismo, en estilos de cabello corto se pueden conseguir flequillos y looks mullet.



**Al finalizar la sesión, hagamos una evaluación de los estudiantes para conocer su nivel de comprensión de las técnicas de peinado.**



Hacemos preguntas sobre los diferentes tipos de cabello, las técnicas de peinado y cómo aplicarlas en diferentes situaciones.

Recordemos que la práctica hace al maestro. Los estudiantes necesitarán tiempo y práctica para dominar las técnicas de peinados, así que asegúrate de proporcionarles suficiente tiempo para practicar y mejorar en su habilidad.



#### Unidad temática N° 4. Técnicas para la realización de recogidos: trenzados, anudados y torcidos.



**Presentemos los conceptos básicos: antes de comenzar con la práctica, es importante que los estudiantes comprendan cuáles son los elementos básicos que se utilizan en la realización de recogidos, como los peines, cepillos, horquillas, gomas y productos para el cabello.**

A su vez, observamos diferentes tipos de peinados en revistas, folletos y videos, efectuando prácticas demostrativas con diferentes modelos.

Presentación: comenzamos presentándonos a nosotras [os] mismas [os] y hablando sobre nuestra experiencia en el campo de la belleza y los peinados.





Mostrar ejemplos: para que los estudiantes tengan una idea clara de lo que se espera de ellos, es recomendable mostrarles ejemplos de diferentes tipos recogidos, tanto en fotografías como en videos.



## Técnicas de estilización

Técnicas de estilización para cabellos largos, incluyendo diferentes tipos de trenzados, anudados sofisticados, torcidos y peinados de diversas culturas. Se han seleccionado las técnicas más útiles y universales y se han agrupado en familias con distintivos para facilitar su comprensión. Estas técnicas, como los trenzados, anudados y torcidos, ofrecen una amplia variedad de diseños y combinaciones que se adaptarán a cualquier necesidad.

Trenzados



Anudados



Torcidos



## Técnicas para trenzados

Las técnicas para hacer trenzas en el cabello. Las trenzas son una opción favorecedora y versátil para cualquier tipo de rostro, ya que existen diversos tipos de trenzas para cada estilo. Son ideales para quienes quieren cambiar su apariencia sin alterar el corte o el color de su cabello y permiten al estilista ser creativo e imaginativo.

**Trenza básica.** La trenza básica, que es la más sencilla y conocida, pero permite crear una gran variedad de looks al darle diferentes variantes. También se menciona que es la base para crear otros tipos de trenzas. Se puede comenzar a hacer la trenza desde la nuca o desde una coleta, dependiendo de la preferencia. Además, se sugiere hacer algunas trenzas sueltas en el cabello o en los mechones de la cara como una opción para aquellos que quieran un estilo especial pero sin amarrar el cabello.



Normalmente se comienza trenzando desde la nuca, pero, si se prefiere, se puede amarrar el cabello en una coleta y empezar a hacer la trenza desde ahí. Una muy buena opción para quienes desean dejar el cabello suelto, pero con un toque especial, es hacer algunas trenzas sueltas a lo largo del cabello o en los mechones de la cara.

## Trenza twist

También denominada trenza de cuerda, es otro tipo de trenza muy sencilla y rápida de realizar, además muy original. Para realizarlo, en primer lugar, hay que recoger el pelo en una cola, ya sea alta o baja, y después dividirlo en dos secciones.

Cada una de estas dos secciones se retuercen sobre sí mismas por separado, posteriormente se enroscan una con otra en sentido opuesto las veces necesarias hasta el final del cabello.

En los cabellos más gruesos y pesados es más fácil que se deshaga este tipo de trenza, por lo que una forma de evitarlo sería utilizar algún fijador en pequeña cantidad al torcer cada una de las secciones del cabello.



## Trenza espiga o cola de pez

La trenza de espiga es otra variante que nunca pasa de moda y que puede utilizarse en peinados de la misma forma que la trenza básica, pero dando un aspecto algo más sofisticado.<sup>2</sup>

En un primer lugar se debe separar el pelo en dos secciones, de cada una de ellas se toma un pequeño mechón de la parte más externa.

Este pequeño mechón en el exterior de la parte derecha se pasa hacia el centro y se une al mechón del lado izquierdo, se realiza la misma operación, pero con el lado izquierdo. Se repiten estos dos pasos sucesivamente hasta el final del cabello, jugando con la tensión para que quede más o menos suelta, estirada, despeinada.

### Trenza holandesa

La trenza holandesa, que se diferencia de la trenza francesa porque los mechones externos se pasan por debajo del mechón central en lugar de por encima. Este pequeño cambio en el procedimiento produce un resultado completamente diferente, ya que la trenza holandesa se destaca sobre el resto del cabello en lugar de integrarse con él. Una forma popular de llevar este peinado es hacer dos trenzas holandesas en la parte posterior de la cabeza, también llamadas trenzas de boxeadora o boxer braids. Estas trenzas son cómodas y prácticas para atletas, pero también se pueden utilizar para crear looks elegantes si se utilizan complementos adecuados.<sup>3</sup>

### Técnicas para anudados

Son recursos fáciles de realizar y que permiten obtener acabados muy atractivos. El ejemplo que se presenta es sencillo, pero el resultado final dependerá de la creatividad de cada persona.

### Anudados 1



<sup>3</sup> <https://revistacoiffure.com/como-hacer-trenzas-tipos-y-tecnicas/>

## Anudados 2

En este diseño utilizamos una serie de pequeños nudos encadenados unos a otros para finalizar uniéndose en la nuca en forma de torcidos. <sup>4</sup>

1

Dos coletas: una en el occipital y otra en la nuca.

2

Realizar un nudo sencillo.

3

Cardar las puntas para conseguir consistencia y esconder el sobrante.

4

Otra opción más actual sería dejar las puntas disparadas.



## Técnica para torcidos

1

Realicemos una coleta baja en la separación posterior.

2

Torcemos de un solo cabo, uniendo el extremo de uno con la base del siguiente.

3

Empezando por la separación de la sien, realicemos torcidos hacia la nuca,

4

Continuemos con la misma operación hasta completar el diseño.

5

Efecto final del acabado.



**Valoremos los conocimientos y experiencias en el uso de técnicas de estilización, trenzas y tipos de peinados de los participantes de la carrera de Belleza Integral nivel Técnico Medio.**

Realicemos las siguientes actividades en nuestros cuadernos:

#### **Actividad 1.**

**Enseñar técnicas.** Una vez que los participantes han visto algunos ejemplos, es hora de enseñarles las técnicas específicas que se van a utilizar en la práctica. Se puede comenzar con las técnicas más básicas y luego avanzar a las más complejas.

#### **Actividad 2.**

**Practicar en modelos.** Para que los estudiantes puedan poner en práctica lo que han aprendido, es importante que tengan la oportunidad de trabajar en modelos. Se pueden utilizar maniquíes o personas reales, dependiendo del nivel de habilidad de los estudiantes.

#### **Actividad 3.**

**Dar retroalimentación.** Durante la práctica, es importante que se dé retroalimentación a los estudiantes sobre su desempeño. Se pueden señalar los aciertos y las áreas de mejora, y dar sugerencias para que puedan mejorar su técnica.

#### **Actividad 4.**

**Promover la creatividad.** Aunque se estén enseñando técnicas específicas, es importante que se anime a los estudiantes a ser creativos y a experimentar con diferentes estilos y variaciones.



**Fomentar la práctica continua: para que los participantes puedan mejorar su habilidad en la realización de recogidos, es importante que practiquen de manera continua. Se pueden asignar tareas para que realicen en casa o en el salón de belleza.**

A manera de sugerencia y siguiendo estos pasos, se puede comenzar una práctica efectiva y enriquecedora para los estudiantes de belleza integral sobre técnicas para la realización de recogidos que incluyan trenzados, anudados y torcidos.

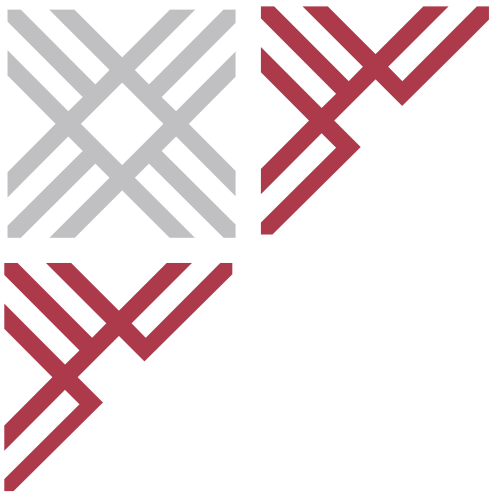
# Bibliografía

- Anatomía Humana. [sf]. “Huesos del cráneo”. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <http://www.anatomia-humana.com/Huesos/huesos-del-craneo.html#up2>
- Eucerín. [sf]. “Estructura y función de la piel. Acerca de la piel”. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <https://www.eucerin.com.mx/acerca-de-la-piel/conocimientos-basicos-sobre-lapiel/estructura-y-funcion-de-la-piel>
- Torres Lalito. [2016]. “Tricología Anatomía. Tipos de cabello, cuero e infecciones”. Blog. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <https://lalitotowers.wordpress.com/tricologia-anatomia-tipos-de-cabello-cuerocabelludo-e-infecciones/>
- Autor desconocido. [sf]. “Historia de peluquería”. Monografías. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <https://www.monografias.com/trabajos98/historia-de-peluqueria/historia-depeluqueria.shtml>
- Autor desconocido. [2020]. “Anatomía de la cabeza y tipos”. Blog Apuntes de Estética. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <https://apuntesdeesteticablog.wordpress.com/2020/08/06/anatomia-de-la-cabeza-ytipos/>
- Autor desconocido. [sf]. “Cabeza. Aula de Anatomía”. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <https://www.auladeanatomia.com/es/sistemas/14/cabeza>
- Laboratorios Orel. [sf]. “Composición de la epidermis”. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <https://laboratoriosorel.com/composicion-de-la-epidermis/>
- Nívea. [sf]. “Funciones de las capas de la piel”. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <https://www.nivea.es/consejos/piel-bonita/funciones-de-las-capas-de-la-piel>
- Manual MSD. [sf]. “Estructura y funcionamiento de la piel”. Trastornos de la piel. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornos-de-la-piel/biolog%C3%ADa-de-lapiel/estructura-y-funcionamiento-de-la-piel>
- Eucerín. [sf]. “Conocimiento básico sobre la piel”: Estructura y función de la piel. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <https://www.eucerin.pe/acerca-de-la-piel/conocimiento-basicosobre-la-piel/estructura-y-funcion-de-la-piel>
- Salud de los niños. [sf]. “Piel, pelo y uñas”. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <https://kidshealth.org/es/teens/skin-hair-nails.html>
- Aprendizaje.mec.edu.py. [sf]. “Peluquería - Material de apoyo”. Recuperado el 7 de julio de 2023, de [https://aprendizaje.mec.edu.py/dw-%B0\\_2.\\_NII.\\_Peluqueria\\_-\\_Material\\_de\\_apoyo.pdf](https://aprendizaje.mec.edu.py/dw-%B0_2._NII._Peluqueria_-_Material_de_apoyo.pdf)
- ABC Sevilla. [sf]. “Cortar el pelo en casa”. Recuperado el 7 de julio de 2023, de <https://sevilla.abc.es/estilo/bulevarsur/noticias/belleza/cortar-pelo-hombre-casa/>

## FUENTES DE IMÁGENES

- <https://www.freepik.es/foto-gratis>





ESTADO PLURINACIONAL DE  
**BOLIVIA**

MINISTERIO  
DE EDUCACIÓN

VICEMINISTERIO DE  
EDUCACIÓN ALTERNATIVA Y  
ESPECIAL



[minedu.gob.bo](http://minedu.gob.bo)



[@minedubol](https://www.facebook.com/minedubol)



[minedu\\_bol](https://www.youtube.com/minedu_bol)

Av. Arce No. 2147 - Teléfonos: (591 -2) 2442144 - 2681200  
La Paz - Bolivia