

UD 3. APLICACIÓN DE TÉCNICAS PREVIAS

Antes de aplicar cualquier técnica o producto, es imprescindible preparar el cabello y el cuero cabelludo mediante una correcta higiene y acondicionamiento. Este paso no solo garantiza la limpieza, sino que optimiza la eficacia de los principios activos que se utilizarán posteriormente.

1. TÉCNICAS DE PREPARACIÓN Y ACONDICIONAMIENTO DEL CABELLO PARA EL TRATAMIENTO POSTERIOR

Antes de iniciar cualquier tratamiento capilar, es imprescindible cumplir con normas mínimas de seguridad e higiene que garanticen la eficacia del procedimiento y la salud del cliente. Esta fase no solo prepara el cabello, sino que en determinadas alteraciones, actúa como parte esencial del tratamiento, como ocurre en las alteraciones de la secreción sebácea, la pitiriasis o las alopecias.

1.1. MEDIDAS PREVENTIVAS PREVIAS AL TRATAMIENTO

Preparación de las manos del profesional

- Las manos estarán siempre limpias, sin joyas ni accesorios: es aconsejable llevar un reloj en el bolsillo del uniforme de trabajo de las manos
- Se deben proteger las manos con guantes del profesional
- Las uñas se mantendrán siempre cortas, limpias y sin maquillar.

Preparación del cliente

- El cliente debe quitarse los pendientes u otros accesorios ornamentales que puedan dificultar el proceso.
- Los materiales y utensilios que se van a utilizar deben estar limpios y preparados para cada cliente.
- Se debe proteger al cliente con lencería adecuada:
 - Con una bata o similar, para evitar manchas o alteraciones en la ropa.
 - Con capa, toalla, etc., para asegurarse de que quede bien adaptada a la medida del cuello.
- Antes de aplicar un producto, hay que comprobar las posibles sensibilizaciones que el cliente pueda tener hacia los cosméticos que se van a aplicar.

1.2. PREPARACIÓN DEL CABELLO

- Se observará el cabello para comprobar su estado y verificar que no existen infecciones o infestación por piojos u otro tipo de parásitos.
- A continuación, se desenreda y peina.
- El último paso consiste en higienizarlo.

2. TÉCNICAS DE HIGIENE DEL CABELLO EN LOS TRATAMIENTOS CAPILARES

Antes de aplicar cualquier tratamiento capilar, es fundamental realizar una higiene adecuada que respete y preserve la función barrera del cuero cabelludo. Esta fase no solo elimina impurezas, sino que prepara el terreno para que los principios activos penetren de forma eficaz y segura.

2.1. CARACTERÍSTICAS Y TIPOS

La elección del sistema de limpieza y de los cosméticos adecuados debe basarse en las características capilares individuales y en las necesidades específicas del tratamiento. Esta decisión influye directamente en la efectividad del tratamiento y en la tolerancia del cuero cabelludo y la fibra capilar.

TÉCNICAS DE LAVADO

Los sistemas fisicoquímicos empleados en los tratamientos de higiene pueden ser:

- ▶ Detergencia (champús), que es el método más utilizado.
- ▶ Abrasión química o física (peelings y scrubs).
- ▶ Adsorción (en seco).
- ▶ Disolución (aguas detergentes capilares).

¿QUÉ SE ELIMINA DURANTE LA HIGIENE?

El cabello se ensucia continuamente debido a que la grasa que lo recubre retiene la suciedad. Para eliminarla, no es suficiente con emplear agua, sino que hay que utilizar champú, pues tiene la capacidad de emulsionar la grasa y el agua.

Se entiende por higiene capilar el proceso por el cual se elimina la suciedad que se encuentra en el cuero cabelludo y el cabello. Esta suciedad puede ser de dos tipos:

- **Endógena:** es la suciedad que genera la propia actividad del cuero cabelludo. Está formada por las células muertas procedentes de la renovación epidérmica y los componentes de la emulsión epicutánea, el sudor y la grasa. Esta última es la mayor responsable del aspecto sucio de la cabellera, pero al mismo tiempo es imprescindible para protegerla y nutrir la piel y el pelo, dándole también elasticidad.
- **Exógena:** es la suciedad procedente del medio ambiente, compuesta por restos de cosméticos, polvo y contaminación ambiental.

2.2. CRITERIOS DE SELECCIÓN DE COSMÉTICOS Y EQUIPOS

Una vez conocido el diagnóstico, se seleccionarán los cosméticos de higiene más adecuados y se realizará una ficha del protocolo por seguir.

Para ello, se leerá detenidamente la etiqueta y se consultará el prospecto del cosmético, obteniendo así las instrucciones de aplicación y la dosis recomendada del producto. Realizar esta consulta es importante, sobre todo si se trata de un champú de tratamiento específico.

Debe quedar todo detallado en la ficha, para evitar errores o confusiones en caso de que no sea el mismo profesional quien realice el tratamiento.

En el apartado de cosméticos se anotará:

- ▶ El tipo de cosmético (siguiendo las instrucciones del fabricante).
- ▶ Método de aplicación.

- ▶ Efectos (previstos y resultado).
- ▶ Tiempos de exposición.
- ▶ Contraindicaciones.
- ▶ Observaciones: modificaciones o cambios por motivo del seguimiento o control de la evolución.

Esta ficha se puede adaptar a las necesidades del profesional, por lo que no existe un modelo estándar.

2.3. PROCESO DE HIGIENE CAPILAR

- ▶ Recepción y acomodación del cliente: después de preparar al cliente para el tratamiento, se le acomoda en el lavacabezas, ajustando los elementos necesarios (asiento, reposapiés, inclinación de la pileta, etc.) y se le pregunta directamente si se encuentra cómodo.
- ▶ Selección de los cosméticos: se escogen los productos de higiene adecuados según las necesidades del cliente.
- ▶ Selección de medios técnicos y preparación del cabello: se ha de disponer de un cepillo de desenredar, preferentemente de cerdas naturales, un peine de desenredar y guantes protectores, dependiendo de la técnica.
- ▶ Higiene capilar: una vez elegidos los cosméticos, se procede al lavado de cabeza, que puede ser de dos tipos diferentes: lavado tradicional y lavado de cabello en seco. Aunque tengan el mismo fin (la higiene capilar), tienen importantes diferencias.

Higiene capilar tradicional

1. Tras cepillar el cabello para eliminar la suciedad generada por restos de cosméticos o contaminación ambiental, se ayuda a acomodar al cliente en el lavacabezas, protegiéndolo con una capa impermeable y, sobre esta, una toalla. A continuación, se le pregunta si se encuentra cómodo y relajado.
2. Antes de mojar el cabello, se pregunta al cliente por sus preferencias sobre la temperatura del agua; generalmente, la ideal es entorno a los 36 °C.
3. Se mojan el cabello y el cuero cabelludo abundantemente, con cuidado de no salpicar la cara y evitando que el agua pueda entrar en los oídos.
4. Se toma una pequeña cantidad de champú (la dosis recomendada en caso de champú de tratamiento) y se reparte por toda la cabeza, nuca, frontal y occipitales.
5. Se emulsiona el cuero cabelludo con las yemas de los dedos, realizando movimientos de rotación.
6. Se comienza por la parte superior y se continúa por los laterales y las zonas medias hasta llegar a todo el cuero cabelludo. Este es un proceso que debe durar aproximadamente cinco minutos.
7. Se enjuaga bien el cabello de manera que no queden restos de champú.

8. Se realiza una segunda aplicación del champú, siguiendo los mismos pasos que la primera vez. Si se utiliza un champú corrector, se dejará el tiempo de exposición que indique el fabricante.

9. Se aclara el segundo lavado y se retira el exceso de agua.

10. Por último, se seca con una toalla, presionando sin frotar.

2.4. PROCEDIMIENTO DE HIGIENE CAPILAR EN SECO

En peluquería, el lavado en seco se realiza excepcionalmente; es más frecuente su uso doméstico y se aconseja solo en caso de cabellos grasos.

1. Se desenreda el cabello para facilitar la acción de las sustancias limpiadoras en el cuero cabelludo y cabello.

2. Se pulveriza sobre el cuero cabelludo a una distancia de veinte centímetros, para que el producto se distribuya uniformemente.

3. Se deja el champú sobre el cabello durante diez o quince minutos, masajeando suavemente con las yemas de los dedos para que se extienda y absorba complemente.

4. Pasado ese tiempo, se retira con un cepillado, asegurando que no queden restos sobre el cabello.

3. APLICACIÓN DE LAS TÉCNICAS DE HIGIENE CAPILAR SEGÚN EL TRATAMIENTO

En el caso de alteraciones capilares, el procedimiento de higiene se adaptará a las necesidades específicas e indicaciones del fabricante en cada caso.

En la siguiente tabla se indican las especificaciones técnicas y cosméticos según el tipo de alteración:

HIGIENE EN LAS ALTERACIONES ESTRUCTURALES		
ALTERACIÓN	TÉCNICA DE HIGIENE	COSMÉTICOS
Tricorrexis nudosa	Lavado tradicional suave o lavado en seco.	Champú de baja detergencia.
Triconodosis	Lavado tradicional bisemanal sin fricción.	Detergentes no jabonosos.
Tricoptilosis	Lavado tradicional.	Champú de baja detergencia
Tricoclasia	Lavado tradicional suave o lavado en seco	Champú de baja detergencia

HIGIENE DE MANTENIMIENTO Y PROTECCIÓN EN CABELLOS DETERIORADOS		
ALTERACIÓN	TÉCNICA DE HIGIENE	COSMÉTICOS
Cabellos teñidos y decolorados	Lavado tradicional	Champú con pH ácido específico para cabellos teñidos o decolorados.
Cabellos permanentados	Lavado tradicional	Champú para cabellos permanentados o champú de pH ácido similar al de la piel.
Cabellos frágiles	Lavado tradicional	Champú ácido de pH similar a la piel, especial para cabellos secos o frágiles.

HIGIENE EN LAS ALTERACIONES DEL CUERO CABELLUDO		
ALTERACIÓN	TÉCNICA DE HIGIENE	COSMÉTICOS
Seborrea	Lavado tradicional. Hay que evitar las fricciones en el cuero cabelludo.	En el primer lavado se utiliza un champú suave, y en el segundo, un champú específico antiseborreico.
Cuero cabelludo deshidratado	Lavado tradicional que se alterna con peeling suave.	Champú de uso frecuente
Pitiriasis seca	Lavado tradicional. Se puede alternar con lavado en seco.	Champú con pH ácido que contenga principios activos citostáticos.
Pitiriasis grasa o esteatoide	Lavado en seco. Se puede alternar con higiene tradicional.	• Lavado en seco: friccionar con suavidad para no estimular la secreción sebácea. • Lavado tradicional con champú suave.

4. FASES DEL PROCEDIMIENTO DE ACONDICIONAMIENTO CAPILAR

Puede ser de aplicación con aclarado o sin aclarado. De forma general, el acondicionamiento persigue estos objetivos:

- ▶ Compensar la secreción sebácea.
- ▶ Cerrar las escamas de la cutícula.
- ▶ Proporcionar elasticidad y brillo.
- ▶ Reducir la carga electroestática.
- ▶ Facilitar el peinado.

ACONDICIONAMIENTO CON ACLARADO

- 1- Retirar el exceso de agua con una toalla y aplicar el cosmético según el tipo de acondicionado. Aplicar siguiendo las instrucciones del fabricante, realizando un masaje muy suave de medios a puntas, nunca en la raíz, salvo que el tratamiento sea para el cuero cabelludo.
- 2- Dejar actuar el tiempo especificado. En caso de cabellos muy deteriorados, se utilizan sustancias reestructuradoras, hidratantes y nutritivas, con un tiempo de exposición de cinco a diez minutos, realizando un suave masaje por el cuero cabelludo para activar la circulación sanguínea. Otra opción es ocluir el cabello con un film transparente o gorro de plástico para acelerar su actuación.
- 3- Transcurrido el tiempo, se procede al aclarado final, retirando totalmente el cosmético.

ACONDICIONAMIENTO SIN ACLARADO

1. Una vez retirado el exceso de agua con una toalla, se aplica el producto según su forma cosmética y las indicaciones del fabricante.
- **Lociones:** pulverizaciones a unos veinte centímetros sobre la zona por acondicionar.

- **Productos bifásicos:** antes de aplicar el producto, debe agitarse para unificar sus fases. Se aplica igual que las lociones.

- **Geles y sérum:** se pone una pequeña cantidad en la mano y se aplica y emulsiona sobre el cabello.

- **Aceites capilares:** se pueden aplicar con pincel o gota a gota.

2. La cantidad de producto dependerá de las indicaciones del fabricante, que están relacionadas con el largo, la densidad y la porosidad del cabello. Para homogeneizar la aplicación del producto, se distribuirá mediante un suave masaje.

3. Una vez aplicado, se repartirá con un peine escarpidor, desenredando el cabello. Se empieza por la nuca y se asciende hasta el frontal.

4. El tiempo de aplicación variará dependiendo de su forma cosmética.

5. Al finalizar la aplicación, se procederá al servicio de secado.

4.1. CRITERIOS DE SELECCIÓN DE LOS ACONDICIONADORES CAPILARES

Actualmente se comercializan multitud de tipos, formatos y presentaciones de cosméticos para el acondicionamiento capilar. Su elección dependerá de las necesidades del cabello.

Champús acondicionadores	Se utilizan para cabellos en buenas condiciones. Limpian y acondicionan el cabello al mismo tiempo
Acondicionadores sin aclarado	Es la opción más adecuada para cabellos normales y grasos, ya que en su formulación apenas contienen grasas. No necesitan aclarado. Pueden presentarse en forma de lociones, geles y productos bifásicos
Acondicionadores con aclarado	Se trata de mascarillas y cremas que se utilizan para cabellos deshidratados y frágiles.
Aceites capilares	Antes: protegen el cabello de agresiones externas como son el agua salada o el cloro. Después: actúan como los acondicionadores en crema. Se pueden aplicar con pincel o con cuentagotas. Están indicados en algunas alteraciones estructurales como la Tricoptilosis.
Acondicionadores en spray de espuma	Son también acondicionadores sin aclarado. Incorporan muchos principios activos, por lo que se utilizan como tratamientos capilares. Pueden aplicarse en todo tipo de cabellos y aportan un acondicionamiento ligero y versátil.
Sérums	Se recomiendan para tratar cabellos secos. Deben aplicarse inmediatamente después del lavado, sobre el cabello húmedo o cuando se finalice el peinado.

5. TÉCNICAS DE EXFOLIACIÓN

La exfoliación capilar tiene como finalidad eliminar impurezas, tanto endógenas (sebo, células muertas, sudor) como exógenas (polvo, contaminación, residuos de productos), que se acumulan en el cuero cabelludo. Esta limpieza profunda permite que los principios activos de los cosméticos penetren con mayor eficacia y que el cuero cabelludo respire y se regenere correctamente.

5.1. CARACTERÍSTICAS Y TIPOS

Dependiendo de la forma y los principios activos, pueden ser:

► **Peeling:** es un exfoliante químico que contiene diferentes principios activos que se seleccionan en función de la alteración capilar (queratolíticos, purificantes, etc.) y ejercen una acción química sobre la zona tratada.

► **Scrub:** es un exfoliante suave, de acción física o mecánica de desgaste por fricción con las yemas de los dedos, que elimina la descamación visible del cuero cabelludo. Son productos que pueden incorporar principios naturales como menta, (antipruginosa) aceite de jojoba (hidratante) y otros como las algas, con distintos beneficios cosméticos.

5.2. FASES Y PARÁMETROS

El proceso de exfoliación se realiza antes de la higienización. La cantidad de producto por utilizar dependerá de las indicaciones del fabricante. El procedimiento que seguir es el siguiente:

1. Preparar el cosmético en un bol.
2. Aplicar el exfoliante con una paletina sobre el cuero cabelludo, siguiendo este orden:
 - Zona superior y frontal.
 - Laterales.
 - Coronilla.
 - Nuca.
3. Una vez aplicado, se fricciona el cuero cabelludo con las yemas de dos dedos, realizando círculos.
4. Se deja actuar el tiempo de exposición indicado por el fabricante, pasado el cual se retira con abundante agua.
5. Se realiza un lavado suave tras retirar el exfoliante.

Se recomienda no realizar ningún proceso químico tras la exfoliación (coloración, cambios de forma permanentes, etc.), ya que el cuero cabelludo puede estar ligeramente sensibilizado.

5.3. CRITERIOS DE SELECCIÓN DE TÉCNICAS DE EXFOLIACIÓN

Se pueden aplicar en diferentes protocolos de tratamiento, tales como:

Alteraciones	Cosméticos	Aplicación
Cabellos sanos	Exfoliantes suaves, preferentemente en forma de espuma o gel.	Una vez al mes.
Descamaciones	Exfoliantes suaves, en forma de gel o espuma.	La secuenciación se realizará dependiendo del grado de descamación.
Cabellos grasos	Exfoliantes queratolíticos.	Se alternará con la aplicación de mascarillas para cabello graso con activos antiseborreicos, dependiendo del grado de secreción.
Cabellos frágiles	Exfoliantes suaves, en forma de gel o espuma.	Una vez a la semana.
Cueros cabelludos deshidratados	Exfoliantes suaves, en forma de gel o espuma, alternando con champú de uso frecuente.	Una vez a la semana.
Alopecias	Exfoliantes de diferentes tipos, dependiendo de las alteraciones que puedan existir.	Dependerá del protocolo de tratamiento que se aplique.
Pitiriasis seca	Exfoliantes con queratolíticos	La secuenciación se realizará en función del grado de descamación que presente el cliente.
Pitiriasis grasa	Exfoliante purificante para el cuero cabelludo.	Depende del protocolo de tratamiento que se aplique.