

# 2

## TRATAMIENTO DE HIGIENE Y ACONDICIONAMIENTO CAPILAR

### Contenidos

1. Evolución de la higiene capilar
2. La higiene y el acondicionamiento capilar
  - 2.1. Criterios de selección de un champú
  - 2.2. Criterios de selección de un acondicionador
3. Masaje en la higiene capilar



*Un peinado de calidad comienza por un buen tratamiento de higiene del cabello, por lo que no solo es necesario conocer los procedimientos de lavado y acondicionado, sino también los cosméticos específicos para decidir el más adecuado en cada caso.*



## I. EVOLUCIÓN DE LA HIGIENE CAPILAR

A lo largo de los siglos se ha dado gran importancia al cabello aunque sus cuidados y, sobre todo, su higiene, dejaban mucho que desear, entre otras razones porque los detergentes sintéticos no fueron descubiertos hasta finales del siglo XIX y su difusión y comercialización no llegaron hasta entrado el siglo XX. Hasta entonces la higiene del cabello suponía algunas dificultades a las que hay que añadir la deficiencia de los hábitos higiénicos de determinadas épocas.

Una de las fórmulas más antiguas utilizadas para la higiene capilar data de los egipcios, que añadían al agua zumo de limón. El ácido cítrico ayudaba a descomponer la grasa y suavizaba el cabello. Durante siglos, las cualidades del limón fueron aprovechadas en preparados caseros de jabón a los que se añadía un ácido, y se utilizaba como cosmético capilar; en los raros casos en los que se lavaba el cabello.

### DOCUMENTO DE AMPLIACIÓN

#### Un poco de historia sobre la higiene del cabello

No es extraño que hasta entrado el siglo XIX no existieran productos específicos para el lavado del cabello, ya que esta era una práctica poco habitual. Las serias amenazas que, según las creencias más extendidas, suponían el agua y el jabón para la salud del cabello y de todo el organismo eran razones suficientes para desistir.

Hasta finales del siglo XIX, en los raros casos en los que se lavaba la cabeza, esta operación se realizaba con el mismo producto utilizado para la higiene corporal. Es en esta época cuando los primeros profesionales de la peluquería comienzan a fabricar sus propios productos. Se trataba de un jabón negro que se hervía con cristales de sosa. El resultado era una sustancia muy alcalina, que dejaba sobre el cabello una capa blanquecina que solo el vinagre podía eliminar.

En la fabricación del champú, a partir de 1900, se añade por primera vez jabón de potasio, aditivo que los hace más suaves y menos agresivos, aunque todavía queda camino por recorrer hasta llegar a lo que hoy conocemos como champús. Después de más de un siglo de evolución, el champú es un cosmético muy específico que cubre todas las necesidades de los distintos tipos de cabello y los requisitos para una buena higiene capilar.



Publicidad de los primeros champús.



## 2. LA HIGIENE Y ACONDICIONAMIENTO CAPILAR

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 del cabello, pero resulta imprescindible para proporcionarle elasticidad y también para proteger y nutrir la piel. .
- **Exógena:** es la suciedad procedente del medio ambiente compuesta por restos de cosméticos, polvo y contaminación ambiental.

Gracias a la propiedad detergente del champú, por la acción de sus tensioactivos, se consigue la emulsión de la grasa consiguiendo eliminar la suciedad.

### 2.1. CRITERIOS DE SELECCIÓN DE UN CHAMPÚ

Los clientes tienen necesidades diferentes según su tipo o características de cabello, por lo que existe también una amplia gama de champús que responden a estas necesidades.

La calidad del champú no depende de la cantidad de espuma que produzca; hay champús con un poder de limpieza excelente que no producen mucha espuma.

Atendiendo a sus características y efectos se pueden clasificar en:

Tipo de champú	Efectos e indicaciones
Neutros	• Para todo tipo de cabellos.
Ácidos, equilibrantes o con proteínas	• Equilibrar el pH del cabello alterado por los procesos químicos de coloración y cambios de forma. • Suelen llevar en su composición vitamina E (con propiedades antioxidantes) y proteínas de leche y trigo que favorecen la reestructuración del cabello.
De mantenimiento del color	• Aumenta la duración del color en los cabellos teñidos..
Acondicionadores	• Contienen sustancias activas para ayudar a desenredar el cabello y proporcionarle mayor brillo.
Protectores	• Sus componentes actúan de barrera protectora del cabello frente a las agresiones de los agentes atmosféricos.
Champús contra la deshidratación	• Sus principios activos favorecen la retención del agua en el cabello y aumentan su elasticidad.
Frecuencia	• Champú suave para uso diario.
Voluminizadores	• Aportan cuerpo y volumen a los cabellos finos o tratados químicamente, sin alterar su protección natural.
Alisador	• Hidrata y nutre el cabello, facilitando el desenredado y alisado en cabellos rizados y rebeldes.



MÓDULO RELACIONADO:

Cosmética para peluquería

## FASES PREVIAS : TRATAMIENTO DE HIGIENE

La realización del lavado de cabello y cuero cabelludo, comienza con la recepción y acomodación del cliente.

1

## Acomodación, preparación y análisis del cabello y cuero cabelludo

Tras proteger al cliente con bata y toalla, se le ayudará a acomodarse. El cuello debe reposar sobre el borde del lavacabezas, regulando la altura y la posición anatómica del cliente de manera que se sienta cómodo y facilite las maniobras del profesional.

El análisis del cuero y cabelludo y cabello se realizará en seco y nos permitirá seleccionar el cosmético más adecuado.



2

## Selección de medios técnicos y preparación del cabello

Como se ha explicado, la elección del champú dependerá del análisis capilar y los gustos del cliente.

Antes de comenzar el lavado es importante cepillar bien el cabello, para desenredarlo y extraer el polvo y resto de cosméticos. Se recomienda el uso de cepillos de cerdas naturales, ya que son menos agresivos.

Se dispondrá de una segunda toalla para eliminar el exceso de agua al final del proceso de higiene.



“

## IMPORTANTE

Para elegir adecuadamente qué tipo cosmético se debe de utilizar en cada caso, hay que tener en cuenta los datos obtenidos al analizar el cabello en cuanto a:

- Características generales del cabello.
- Estado y textura de la cutícula.
- Composición de la emulsión epicutánea.
- Existencia de alteraciones.

Conviene también consultar con la clienta las pautas sobre el lavado del cabello y los cosméticos que acostumbra a utilizar.

También hay que tener en cuenta la calidad del agua con la que trabajamos en nuestro salón, si se trata de aguas duras, requieren mayor cantidad de champú para que se emulsione y cree espuma, o blandas, que facilitan la emulsión con el champú y aumentan sus propiedades espumantes.



PROCEDIMIENTO  
DE LAVADO

Tras estas fases previas se comienza la aplicación del tratamiento de higiene capilar siguiendo las pautas detalladas en estos pasos:

1

**Comprobar la temperatura y la presión del agua**

La temperatura del agua debe ser moderada, en torno a 37-45 °C, para facilitar la emulsión y el arrastre de la suciedad. Se probará en el dorso de la mano y se consultará al cliente si es de su agrado, rectificándose según sus preferencias. Para evitar salpicaduras sujetaremos el grifo firmemente, cerca del cuero cabelludo.



2

**Mojar el cabello y el cuero cabelludo**

Se empieza en la zona frontal, manteniendo el grifo durante unos segundos para que penetre bien en toda la masa del cabello, y se pasa a laterales, coronilla y nuca. Se debe inclinar ligeramente el grifo hacia atrás, poniendo una mano a modo de pantalla en la línea de contorno del rostro para evitar mojarlo.



3

**Escurrir suavemente el cabello**

Con las dos manos se suprime el exceso de agua del cabello y se emulsiona con el champú.



4

**Dosificar la cantidad del champú seleccionado**

Un exceso de champú no mejora los resultados, y necesita un mayor tiempo de aclarado. Se deposita en la mano, desde donde se aplica en la zona frontal, laterales, coronilla y nuca.



5

**Distribuir el champú de forma homogénea por todo el cuero cabelludo**

En ocasiones se necesitará una pequeña cantidad de agua para emulsionarlo. En el cabello se distribuye desde la raíz hasta las puntas sin frotar.

“

**IMPORTANTE**

El servicio de lavado del cuero cabelludo y cabello no es un servicio menor, y no hay que restarle importancia, ya que es fundamental para el éxito de otras técnicas como el corte o el peinado.

Es también la primera toma de contacto con el cliente y su momento de relax que debemos aprovechar para transmitirle una buena imagen profesional y del salón.



6

Realizar manipulaciones circulares con la yema de los dedos por el cuero cabelludo

Terminamos en la zona de la coronilla sujetando la cabeza con ambas manos para ayudar a mantener una postura correcta y que el agua no se filtre por la nuca. Repetir estos pasos varias veces.



7

Aclarar abundantemente

Se comienza por el contorno del rostro, dirigiendo la presión del agua hacia el cuero cabelludo. Con una mano se ahueca el cabello para facilitar la eliminación del champú y con la otra ahuecando el cabello para conseguir eliminar los restos de espuma de las zonas interiores y se ahueca la nuca.



8

Repetir una nueva aplicación de champú

El verdadero proceso de lavado ocurre en la primera aplicación, que es la que arrastra la mayor parte de suciedad. Es por este motivo que en el segundo lavado se forma más cantidad de espuma a pesar de aplicar menor cantidad de champú.



9

Aclarado profundo para terminar el lavado

Elevar el cabello sobre su base para que penetre el agua y pueda arrastrar los restos de suciedad y cosméticos.

Es importante insistir en la zona de la nuca y las puntas si se trata de cabello largo o muy abundante.



10

Escurrir el exceso de humedad con las manos

Secar con una toalla limpia, realizando presiones suaves sin frotar y luego desenredar el cabello. En los casos en que no se pueda desenredar en el lavacabezas, por motivos de cantidad o longitud de la cabellera, se cubre con una toalla limpia.



## 2.2. CRITERIOS DE SELECCIÓN DE UN ACONDICIONADOR

Podríamos clasificarlos según su forma cosmética, principios activos y aplicación:

Forma cosmética	Principios activos	Efectos e indicaciones
Cremas y bálsamos suavizantes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lanolina, extractos de hierbas, té verde (hidratantes).</li> <li>Extractos oleicos y proteínas marinas (nutrición, protección, suavidad y brillo).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mejoran la belleza y la salud de la fibra capilar. Todo tipo de cabello.</li> </ul>
Crema-gel	<ul style="list-style-type: none"> <li>Extractos de semillas de girasol (protegen y reparan el cabello dañado).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ayudan a desenredar el cabello, y proporcionan suavidad y brillo. Cabellos resecos y quebradizos.</li> </ul>
Crema con proteína	<ul style="list-style-type: none"> <li>Similares a la crema gel, principios activos nutrientes, suavizantes e hidratantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Evita el encrespamiento y aporta brillo y suavidad a los cabellos. Indicado para cabellos secos y deshidratados.</li> </ul>

### Acondicionadores sin aclarado

Forma cosmética	Efectos e indicaciones
Bifásicos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Para cabellos maltratados y sensibilizados. Aporta suavidad y nutrición a los cabellos, dejándolos sueltos y brillantes. Están formados por dos fases de textura diferente. Se pueden encontrar con vaporizador para facilitar su aplicación.</li> </ul>
Emulsiones fortificantes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Muy utilizadas para devolver al cabello su vitalidad y vigor. Suelen contener principios activos, como el bambú y el hibisco con acción rápida y eficaz sobre el cabello débil y deshidratado, aumentando su resistencia. Es conveniente realizar aplicaciones continuadas para mejorar los resultados.</li> </ul>
Voluminizadores e hidratantes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Para cabellos finos y sin cuerpo. Controlan los cabellos electrizados, hidratan sin apelmazar fortaleciendo y aportando cuerpo a los cabellos, dejándolos más manejables.</li> </ul>
Emulsiones alisadoras	<ul style="list-style-type: none"> <li>Para cabellos rizados y rebeldes, aportando una nutrición intensa que proporciona un cabello suave y sedoso con facilidad para ser alisado posteriormente.</li> </ul>
Reestructuradores, serum, reparador de puntas, queratina líquida	<ul style="list-style-type: none"> <li>Su función principal es la de reparar la queratina capilar, sellando las escamas de cutícula y proporcionando mucho más brillo. Suelen contener complejos activos de siliconas.</li> </ul>
Bálsamo reparador proteínas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Indicado para cabellos secos, desvitalizados, débiles o tratados químicamente. Como tratamiento intensivo aporta hidratación, brillo y cuerpo.</li> </ul>
Cremas nutritivas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Para cabellos con las características anteriores. Regenera, reestructura y suaviza la fibra capilar, devolviéndole elasticidad y eliminando la electricidad estática.</li> </ul>
Mascarilla	<ul style="list-style-type: none"> <li>Las hay de varios tipos y con cualidades semejantes a las cremas pero sus efectos son más intensos. Requieren tiempo de exposición y aclarado.</li> </ul>

## Acondicionadores con aclarado

Forma cosmética	Efectos e indicaciones
Mascarillas gel, protector	<ul style="list-style-type: none"> <li>Específica para cabellos tratados químicamente, reconstituye la fibra capilar, alisa las escamas de la cutícula y aporta al cabello vitalidad.</li> </ul>
Baños rehidratantes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Para cabellos maltratados. Contienen vitaminas y proteínas de seda con acción acondicionadora aportando suavidad y brillo.</li> </ul>
Reestructurador capilar de acción inmediata	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se obtiene un acondicionamiento extra, dejando el cabello suelto y brillante en un minuto. Ayuda a mantener el estilo del peinado durante más tiempo.</li> </ul>
Fluido estructural	<ul style="list-style-type: none"> <li>Actúa de forma progresiva hidratando y aislando el cabello de los agentes agresivos.</li> </ul>

## ACONDICIONADO

El procedimiento de acondicionado capilar en el lavabo se aplica inmediatamente después del servicio de higiene. Las pautas generales son:

- ▶ Comprobar que todos los cabellos tienen el mismo grado de humedad antes de aplicar el producto con el fin de que se extienda uniformemente.
- ▶ Dosificar la cantidad en función de la densidad y longitud del cabello.
- ▶ Repartirlo homogéneamente por la fibra capilar.



**1** Tras retirar el exceso de agua del último aclarado, aplicar el acondicionador (en pequeña cantidad) y repartirlo uniformemente a lo largo del tallo capilar. A partir de tres centímetros de la raíz.

**2** Desenredar el cabello utilizando un peine de púas anchas y separadas. Evitando tocar las raíces para no depositar el acondicionador en el cuero cabelludo, ya que podría engrasarlo.

**3** Aclarar abundantemente, con movimientos enérgicos y agua caliente (nunca fría ya que no llegaría a eliminar todos los restos del producto), y escurrir el cabello con las manos y secar con una toalla limpia, presionando pero sin frotar.



## TÉCNICAS COMPLEMENTARIAS

### Oclusión



Dependiendo del tipo de acondicionador y estado del cabello, se puede envolver la cabeza con un plástico especial para producir la oclusión, esto facilita la penetración del acondicionador y potencia su efecto que se puede acelerar aplicando calor suave.



En el tocador, el acondicionador se aplica con el cabello húmedo, antes de comenzar el cambio de forma.

### Vapor

Fundamentalmente realiza dos funciones:

- ▶ Favorece el efecto de los cosméticos al aumentar su absorción y el grado de humedad del cabello y las capas superficiales del cuero cabelludo.
- ▶ Mejora la apariencia del cabello seco proporcionándole hidratación.

Su uso no está recomendado en cabellos grasos, ya que favorece la secreción y dispersión del sebo.



Aparato de vapor que combina la emisión de vapor de agua con la de ozono.

### Infrarrojos

La aplicación de esta técnica se efectúa con la lámpara de infrarrojos que se debe colocar a unos 30 cm de la zona a tratar y, preferentemente, situándola perpendicular a la piel. El calor produce una vasodilatación a nivel periférico con hiperemia superficial provocando los siguientes efectos:

- ▶ Mejora la penetración del cosmético.
- ▶ Tiene efectos sedantes y antiinflamatorios.

El tiempo de tratamiento no debe exceder los 30 minutos. Hay que tener especial precaución en la manipulación de la lámpara para evitar quemaduras y no debe mirarse directamente a la luz.



El calor emitido por las lámparas de infrarrojos se emplea, en ocasiones, para fijar y secar el cabello en algunas técnicas de marcado, como por ejemplo las ondas al agua o el moldeado con los dedos.

### 3. MASAJE EN LA HIGIENE CAPILAR

El masaje durante el lavado del cabello y cuero cabelludo tiene como finalidad favorecer la emulsión, facilitando la eliminación de la suciedad por medio del aclarado. Cuando el objetivo del lavado es solo la higiene, el masaje puede realizarse sin el champú después del aclarado, como finalización del servicio.

El masaje activa la circulación sanguínea y estimula la segregación glandular ayudando a mantener el equilibrio capilar y la salud del cabello.

#### Maniobras del masaje que favorecen la emulsión

Las manipulaciones que ayudan a la emulsión de la suciedad, son las que se realizan con amasamientos digitales y digitopalmares, recorriendo toda la superficie del cuero cabelludo con movimientos circulares y de rotación.

Hay que tener en cuenta varios parámetros a la hora de realizar el masaje:

- ▶ Dirección: preferiblemente ascendente para facilitar la circulación sanguínea.
- ▶ Presión: será moderada, ya que si se realiza demasiado fuerte es posible que moleste al cliente, por el contrario, muy suaves apenas tendrá efecto.
- ▶ Ritmo: se comienza con movimientos lentos para ir incrementado el ritmo poco a poco si lo que queremos conseguir es estimulación. Para finalizar el lavado se aconseja volver a las manipulaciones lentas y suaves para conseguir un efecto de relajación.



#### Maniobras para casos específicos

Es difícil encontrar un cabello «normal», aunque no exista una alteración severa, el cuero cabelludo puede presentar una ligera tendencia a la grasa, sequedad, deshidratación...

En estos casos, se procederá en el primer lavado con las maniobras digitales y digitopalmares para favorecer la emulsión, y en el segundo se aplicarán las maniobras específicas de la alteración a tratar:

##### ▶ La higiene en casos de tendencia a la caspa

Para facilitar el desprendimiento de la caspa se realizan movimientos cortos, rápidos y transversales de fricción sin desplazamiento, actuando zona por zona e incidiendo en las áreas donde haya una acumulación celular excesiva.

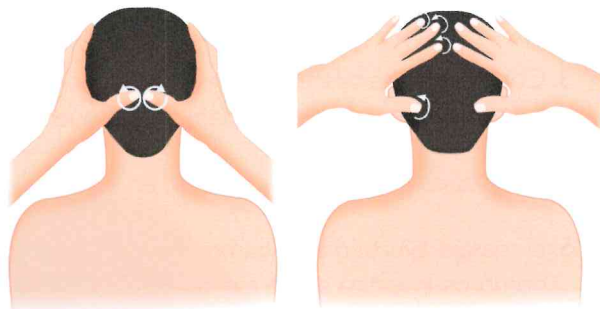




► La higiene en casos de tendencia a la caída de cabello y a la sequedad de cuero cabelludo

Para potenciar la irrigación sanguínea y activar las funciones glandulares se trabaja con movimientos de estimulación.

Realizados siempre en dirección ascendente y con ligeras presiones de las yemas de los dedos hasta alcanzar la parte superior del cráneo.



► La higiene en casos de tendencia a grasa

Evitar las maniobras de estimulación de las glándulas ya que podría producir un efecto rebote y activar la segregación de grasa.

Las manipulaciones en cuero cabelludo seborreico deberán ser suaves con la única finalidad de emulsionar la suciedad.



La relajación a través del masaje

Cuando se trata de un tratamiento de higiene, en el que no deseamos que el cosmético esté demasiado tiempo en contacto con el cuero cabelludo, el masaje se realiza tras el aclarado, como finalización del servicio. El fin de este masaje es favorecer la relajación del cliente, por lo que se realizarán maniobras más lentas y amasamientos profundos, especialmente en la región de la nuca para facilitar la liberación de tensiones. Se finaliza con pases suaves, realizados con la punta de los dedos hacia la coronilla.

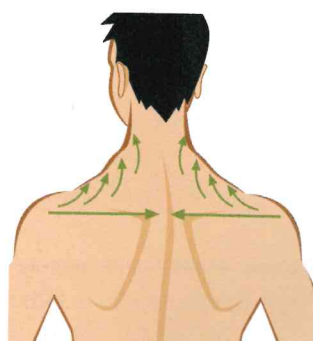
Uso de aceites esenciales

Los aceites esenciales se sintetizan de las plantas, son líquidos, volátiles y solubles en grasas, alcohol y éter. Sus moléculas son de pequeño tamaño por lo que penetran fácilmente a través de la piel y mucosas.

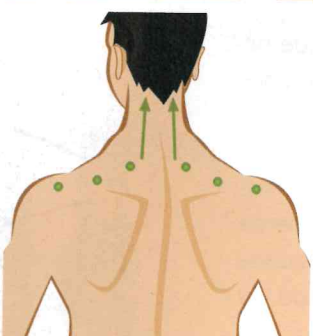
Se utilizan siempre diluidos, de forma que el aceite sea un 2 % de la mezcla. En peluquería se usan sobre todo los que poseen propiedades antisépticas, como el árbol de té y el tomillo; astringentes, cedro, ciprés o limón; reguladores sebáceos, laurel o salvia; rubefacientes, romero; cicatrizantes y calmantes, lavanda y vasoconstrictores, calmantes y suavizantes como la manzanilla.



1. Haz un esquema sobre los acondicionadores sin aclarado.
2. Investiga sobre los principios activos que llevan los champús alisadores.
3. Comprueba las diferencias en la composición de un champú para pelo seco y otro para pelo graso. ¿Cuáles son los ingredientes fundamentales que diferencian a ambos?
4. ¿Qué tipos de suciedad aparecen en el cuero cabelludo y cabello? ¿Cómo se eliminan con el champú?
5. El masaje ayurbédico Champi es un masaje tradicional de la India que se aplica sobre cabeza, cuello y hombros. Investiga sobre esta tradicional técnica oriental. Sus efectos relajantes y de bienestar sobre todo el organismo es una ventaja competitiva para el profesional que la ponga en práctica. Estas son algunas de sus principales maniobras:



**Maniobra: frotación** de pulgares a lo largo del músculo trapecio, desde los hombros hasta la base del cuello.



**Maniobra: presión** de pulgares a lo largo del músculo trapecio, desde los hombros hasta la base del cuello.



**Maniobra: frotación** de antebrazos a lo largo del músculo trapecio, desde los hombros hasta la base del cuello.

Los principales efectos y beneficios de estas maniobras son la relajación de la musculatura de los hombros y el cuello a la vez que mejora la movilidad articular de la zona.