

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

PERFIL OCUPACIONAL DE TÉCNICO LABORAL EN COSMETOLOGÍA Y ESTÉTICA INTEGRAL

(Según acuerdo 360 del 22 de julio de 2010)
Comisión intersectorial para el talento humano en salud

COMPETENCIAS OBLIGATORIAS

4. Depilar el vello con base en métodos exclusivamente de naturaleza no cruenta, ni invasiva.

(Depilación)

4.1. Objetivos

- Determinar las condiciones de la zona pilosa de acuerdo con el protocolo de bioseguridad, y manual de procedimientos
- Depilar el vello con base en procedimientos manuales

GUÍA DE APRENDIZAJE

COMPETENCIA:

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS.

PRESENTACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

Este es un documento orientador sobre las temáticas que se abordarán en la competencia Depilar el vello con base en métodos no invasivos, hace parte de una de las funciones que demanda la estética y la belleza. Esta técnica cosmética corresponde con la eliminación del vello en áreas determinadas del cuerpo, para este retiro de vellosidades es muy importante comprender las características del folículo piloso, las técnicas, las precauciones necesarias para garantizar la continuidad de la primera capa de la piel . El abordaje de la competencia se realizará de acuerdo con los procesos definidos:

1. Determinar las condiciones de la zona pilosa de acuerdo con el protocolo de bioseguridad y manual de procedimiento.
2. Eliminar el vello con base en procedimientos manuales.

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

Existen muchas maneras de eliminar el vello corporal de manera superficial o de raíz según necesidades específicas. De acuerdo con lo anterior, se hace necesario profundizar sobre la condición pilosa y las técnicas de eliminación del vello.

En esta guía te indicamos los tiempos que tienes para desarrollar los dos (2) procesos del módulo en mención, con sus respectivas actividades de aprendizaje y los mecanismos para su evaluación para cada uno:

Módulo	Proceso	Actividad de Aprendizaje	Duración horas teóricas		Duración horas práctica
			Encuentro sincrónico	Autoformación	
DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS.	DETERMINAR LAS CONDICIONES DE LA ZONA PILOSA DE ACUERDO CON EL PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD Y MANUAL DE PROCEDIMIENTO.	1. VALORAR ZONA PILOSA TENIENDO EN CUENTA SENSIBILIDAD Y PROTOCOLO ESTABLECIDO	4	8	36
	ELIMINAR EL VELLO CON BASE EN PROCEDIMIENTOS MANUALES	2. DEPILAR LA ZONA PILOSA TENIENDO EN CUENTA PREFERENCIAS DEL USUARIO Y PROTOCOLO ESTABLECIDOS	2	4	
		3. HIDRATAR LA PIEL DEPILADA DE ACUERDO CON PROTOCOLO	2	4	

Duración de la Guía: 60 horas (24 h [teóricas 8 horas encuentros sincrónicos y 16 horas] de Autoformación y 36 horas de práctica).

PRESENTACIÓN - Duración 30 Minutos.

Estimado Estudiante, para el logro de los objetivos del Módulo de Depilar el vello con base en métodos no invasivos, tiene como objetivo dar a conocer las técnicas cosméticas que permitirán extirpación del vello corporal de alguna zona específica. Es importante reconocer que la distribución del vello en el cuerpo depende de las características de cada persona y área geográfica. De igual manera, profundizaremos en las características de la zona pilosa, entre otros.

FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Estimado estudiante. A continuación, se van a presentar todos los saberes que hacen parte de cada una de las actividades de aprendizaje con fines de adquirir los procesos que se derivan de la competencia de Depilar el vello con base en métodos no invasivos. Existen variedad de actividades propuestas que van a contribuir en la adquisición de conocimientos teórico – práctico en torno a las técnicas y estrategias que favorezcan el aprendizaje. Para este fin usted contará con una serie de documentos donde se podrá apoyar para desarrollar la Actividad de Aprendizaje. Para el primer proceso **Determinar Las Condiciones De La Zona Pilosa De Acuerdo Con El Protocolo De Bioseguridad Y Manual De Procedimiento.**, se definió 1 actividad de aprendizaje, así:

3.1 Actividad de aprendizaje AA1: Valorar Zona Pilosa Teniendo En Cuenta Sensibilidad Y Protocolo Establecido. Estimado alumno, para esta actividad se tendrán en cuenta los siguientes temas:

- Sistema tegumentario: Anatomía y fisiología de la piel, técnica de evaluación de las zonas pilosas. Alteraciones del crecimiento del vello: hirsutismos e hipertrichosis
- Prueba de sensibilidad de la piel a los productos cosméticos
- Primeros Auxilios: en los procesos de depilación, reacciones adversas en la aplicación de técnicas, prevención de accidentes.
- Zonas pilosas: concepto, descripción anatómica, mejillas, labio superior, brazos, mentón, nuca, nariz, senos, piernas, zona inguinal, zona genital, abdomen, espalda y otros.
- Alteraciones patológicas: Identificación de varices, telangiectasias y otros. Fichas técnicas: manejo y diligenciamiento, registros.
- Consentimiento informado: normativa, precauciones, registro.
- Normas de bioseguridad y seguridad Ocupacional: medidas de protección personal, técnicas de limpieza y desinfección-esterilización. Manejo de residuos.

Es importante que durante todo el proceso de aprendizaje se cuente con conceptos claros y precisos requeridos para lograr el cumplimiento de la actividad de aprendizaje:

Pelos y folículos pilosos

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

El pelo y los folículos pilosos son anexos cutáneos exclusivos de los mamíferos. En las especies domésticas el pelo cubre el cuerpo entero; con excepción de las almohadillas de las patas, las pezuñas, el glande del pene, las uniones mucocutáneas y los pezones de algunas especies.

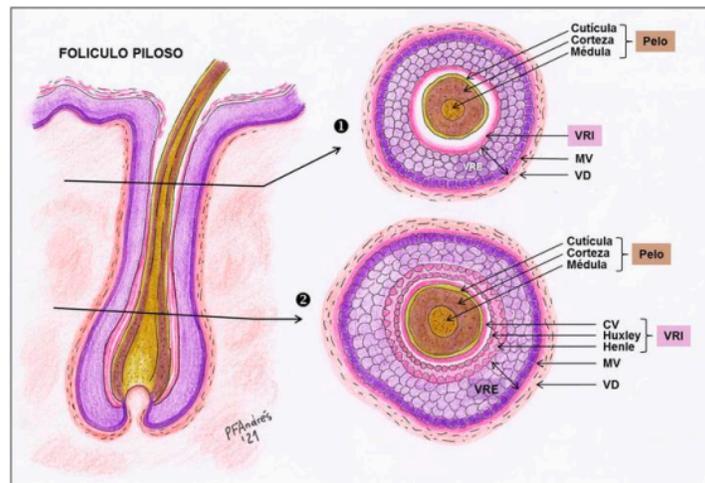


IMAGEN No. 1 Tomada de Sistema tegumentario Cecilia M. Krmpotic

Puede tener copyright

La función primaria de los pelos es contribuir al aislamiento térmico al retener una capa de aire entre la epidermis y el exterior; también otorga protección mecánica y participan de la comunicación social. Además, en muchos mamíferos, proveen de una coloración de “camuflaje” que los confunde con el ambiente. Los pelos están fijados en una invaginación tubular de la epidermis denominada folículo piloso que se extiende hacia la dermis y a veces hasta la hipodermis; el pelo se origina a partir de las células de este folículo piloso.

Folículos pilosos

El folículo piloso se divide en cuatro regiones: infundíbulo, istmo, protuberancia y bulbo.

El infundíbulo se extiende desde el orificio superficial del folículo hasta la altura de la desembocadura de su glándula sebácea asociada y, como consecuencia, constituye una parte del conducto pilosebáceo se utiliza como vía de descarga por la que discurre la secreción sebácea.

El istmo se extiende desde el infundíbulo hasta la zona de la inserción del músculo erector del pelo.

La protuberancia folicular sobresale del folículo piloso cerca de la inserción del músculo erector del pelo y contiene células madre epidermofoliculares. El segmento inferior del folículo en crecimiento tiene un diámetro casi uniforme excepto en su base, donde se expande y forma el bulbo piloso.

El bulbo piloso es el segmento terminal engrosado del folículo que se sitúa en la dermis o en la hipodermis. El bulbo piloso rodea a una papila de tejido conectivo (papila dérmica) con capilares sanguíneos. En la región profunda del bulbo se encuentra la matriz folicular que es comparable con el estrato basal de la epidermis, porque posee melanocitos y células madre epidermofoliculares que originan a las células del pelo y de la vaina radicular interna del folículo.

Por encima del bulbo, el folículo piloso está formado por las vainas radicales epiteliales interna y externa. Por fuera de esta última existe una vaina dérmica de tejido conectivo.

El músculo erector del pelo

Se fija a la vaina dérmica y al estrato papilar. Está formado por tejido muscular liso y su contracción refleja eriza el pelo. El músculo es particularmente prominente en la piel del gato y en el dorso de la piel de los caninos. Está innervado por el sistema simpático y responde a liberaciones abruptas de adrenalina y noradrenalina por lo que se contrae en situaciones de miedo o ante una posible pelea, de esta manera aumenta el volumen aparente del animal con fines de intimidación defensiva. También se contrae como respuesta al frío, en este caso el erizamiento de los pelos es importante para el aislamiento térmico ya que permite retener una capa de aire más gruesa entre el manto piloso y la piel que dificulta los intercambios calóricos con el ambiente. En el cerdo existen también músculos interfoliculares, que unen a los folículos entre sí y no tienen función conocida. En el sitio de inserción del músculo erector del pelo existe un engrosamiento de la vaina radicular externa (promontorio) donde se alojan las células madre epidermofoliculares. Estas células pueden autorrenovarse u originar linajes celulares específicos que se ubicarán tanto en el folículo como en la epidermis.

Alteraciones patológicas: Identificación de varices, telangiectasias y otro

Las várices, también llamadas venas varicosas o varices, son venas hinchadas y retorcidas que se encuentran justo debajo de la piel. Habitualmente se producen en las piernas, en ocasiones, se forman várices en otras partes del cuerpo.

Las telangiectasias o arañas vasculares, son otro tipo de problema venoso que afecta a los vasos sanguíneos más pequeños.

¿Cuáles son los síntomas?



IMAGEN No. 2 Tomada de NHLBI

Puede tener copyright

Las várices pueden causar, entre otros, los siguientes síntomas:

- venas azuladas y abultadas
- molestias por picazón o ardor alrededor de las venas
- cambios de coloración en la piel alrededor de las venas
- hinchazón en las piernas

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

- dolor sordo y persistente en las piernas
- sensación de pesadez en las piernas y los pies
- calambres nocturnos en las piernas

En ocasiones, las várices pueden limitar su actividad. Los síntomas pueden empeorar al permanecer sentado o de pie durante períodos prolongados, y pueden mejorar cuando se acuesta o eleva los pies.

¿Cómo se diagnostican las várices?

Para diagnosticar las várices, su médico le hará un examen físico, o chequeo, y le preguntará sobre sus síntomas, antecedentes familiares, nivel de actividad y estilo de vida.

Es posible que su proveedor también le realice un estudio por imágenes como una ecografía dúplex. Este método no invasivo utiliza ondas sonoras para evaluar el flujo de sangre en los vasos sanguíneos de las piernas.

¿Cuáles son las causas de las várices?

Las várices son una afección común provocada por paredes y válvulas venosas débiles o dañadas. Las venas tienen válvulas unidireccionales en su interior que se abren y cierran para que la sangre siga fluyendo hacia el corazón. Las válvulas y paredes venosas débiles o dañadas pueden hacer que la sangre se acumule o incluso que fluya en dirección contraria. Esto se llama reflujo. Las venas pueden aumentar de tamaño y deformarse, lo que provoca la aparición de várices. Aprenda más acerca de cómo funciona el corazón y cómo fluye la sangre desde y hacia el corazón.

Se pueden formar várices por cualquier aumento de presión dentro de las venas. Esto puede ocurrir por la edad, por un embarazo, por sobrepeso y obesidad, por permanecer sentado o de pie durante períodos prolongados o por un estilo de vida inactivo. El riesgo puede ser mayor si tiene antecedentes familiares de várices.

Fuente: [National heart Lung and blood institute \(NHLBI\)](#)

Métodos de Depilación

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

Tenemos en nuestra mano muchas formas de depilación, vamos a analizar algunas de las que menos residuos generan.

- **Depilación con ceras sostenibles.** Para que realmente sea una alternativa eco deberíamos decantarnos por ceras naturales o elaboradas con miel o azúcar. Aunque esta puede ser una alternativa más sostenible que aquellas ceras que contienen químicos, estaremos generando residuos (la propia cera).
- **Método por fricción.** Existen unas manoplas hechas de sílice que vendrían a comportarse como lijas muy suaves. Consiste en frotar la piel en pequeños círculos y el vello se corta. Este método no produce en sí ningún residuo aunque las manoplas tienen que renovarse al cabo de unos pocos usos.
- **Métodos mecánicos.** Aquí se encuadran las depiladoras eléctricas que arrancan el vello de raíz. En cuanto a los residuos generados son bajos, pero es un método que necesita electricidad y además tenemos que sumar el proceso de fabricación del propio aparato, que eleva su huella de carbono.
- **Afeitado.** En este caso las maquinillas desechables las tenemos que eliminar por completo de la ecuación, es uno de los utensilios más contaminantes del cuarto de baño. Es muy difícil de reciclar y además solo duran unos 6 o 7 usos, sin contar con la huella que deja su fabricación. Si optamos por este método de depilación lo ideal sería hacernos con una cuchilla de afeitar clásica de metal, de las que usaban nuestros abuelos.. Puedes encontrar en el mercado cuchillas reutilizables de metal muy fácilmente y haciendo esta pequeña inversión tendrás cuchilla para años.

Fuente: [auténtica cosmética ecológica](#)

Medidas de primeros auxilios

Siempre es necesario contar con conocimientos de primeros auxilios, especialmente cuando se manejan productos que pueden llegar a afectar la salud de las personas o existe riesgo de lesionar la capa externa de la piel.

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

A continuación se dan algunas directrices en caso de accidentes con productos cosméticos:

Ojos: En caso de que un cosmético entre en contacto con los ojos, enjuaguelos inmediatamente con abundante agua. Si la irritación persiste visite al médico.

Piel: Cuando un cosmético irritante, inflamable, oxidante o queratolítico entre en contacto por accidente con la piel, lave la zona afectada y, si la irritación persiste visite al médico.

Inhalación: Si el producto es en polvo seco y es inhalado, busque aire fresco; acuda al médico, si hay tos o si el ahogo continúa.

Ingestión: Consulte la ficha de seguridad del producto, suministre los primeros auxilios y busque ayuda médica en caso de ser necesario.

Medidas contra accidentes

Limpie los derrames inmediatamente para lo cual utilice guantes y tapabocas, demarque la zona con avisos de precaución y enjuague con suficiente agua y trapee.

Gestión integral de residuos provenientes de centros de estética, peluquerías y actividades similares

Los establecimientos de estética facial, corporal y ornamental; salas de masajes; escuelas de capacitación y/o formación en estética facial, corporal y ornamental y establecimientos afines se clasifican como generadores de residuos infecciosos o residuos biológicos, de los clasificados legalmente como biosanitarios y cortopunzantes.

Los establecimientos de estética facial, corporal y ornamental; salas de masajes; escuelas de capacitación y/o formación en estética facial, corporal y ornamental y establecimientos afines deberán realizar las siguientes actividades respecto a sus residuos: Segregación, movimiento interno, almacenamiento intermedio y/o central, desactivación (gestión interna), recolección, transporte, tratamiento y/o disposición final (gestión externa).

Separación: Todos los residuos sólidos generados en los establecimientos de estética facial, corporal y ornamental; salas de masajes; escuelas de capacitación y/o formación en estética facial, corporal y ornamental y establecimientos afines deben ser previamente separados y clasificados dentro del manejo integral de residuos sólidos.

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

Los establecimiento de estética facial, corporal y ornamental; salas de masajes; escuelas de capacitación y/o formación en estética facial, corporal y ornamental y establecimientos afines deben trasladar los residuos del lugar de generación al almacenamiento intermedio o central, según sea el caso, empleando recipientes reutilizables para residuos hospitalarios y similares, los cuales deben tener las siguientes características:

Características de las bolsas desechables

La resistencia de las bolsas debe soportar la tensión ejercida por los residuos contenidos y por su manipulación.

El material plástico de las bolsas para residuos infecciosos debe ser polietileno de alta densidad, o el material que se determine necesario para la desactivación o el tratamiento de estos residuos.

El peso individual de la bolsa con los residuos no debe exceder los 8 kg.

La resistencia de cada una de las bolsas no debe ser inferior a 20 kg.

El color de las bolsas será el rojo.

Serán de alta densidad y calibre mínimo de 1.4 para bolsas pequeñas y de 1.6 milésimas de pulgada para bolsas grandes, suficiente para evitar el derrame durante el almacenamiento en el lugar de generación, recolección, movimiento interno, almacenamiento central y disposición final de los residuos que contengan.

Características de los recipientes para almacenar residuos biológicos

- * Livianos, que su tamaño permita almacenamiento temporal.
- * Resistente a los golpes, sin aristas internas, provisto de asas que faciliten el manejo durante la recolección.
- * Construidos en material rígido impermeable, de fácil limpieza y resistentes a la corrosión.
- * Dotados de tapa con buen ajuste, bordes redondeados y boca ancha para facilitar el retiro de la bolsa plástica.
- * Construidos en forma tal que, estando cerrados o tapados, no permitan la entrada de agua, insectos o roedores, ni el escape de líquidos por sus paredes o por el fondo.

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

* Contener una bolsa de color rojo que debe cubrir por lo menos la mitad del exterior del recipiente y que se encuentre perfectamente señalado junto al recipiente el tipo de residuos que allí se maneja.

Desactivación

Los establecimientos de estética facial, corporal y ornamental; salas de masajes; escuelas de capacitación y/o formación en estética facial, corporal y ornamental y establecimientos afines, como establecimientos de comercio, deben seleccionar e implementar el sistema de desactivación, tratamiento y disposición de residuos hospitalarios y similares, de acuerdo con lo establecido en el numeral 7.2.7 de la Resolución 11 64 de 2002, o las normas que la sustituyen o complementen.

Disposición final

Una vez realizados los procesos de desactivación de los residuos, el propietario de los establecimientos de estética facial, corporal y ornamental; salas de masajes; escuelas de capacitación y/o formación en estética facial, corporal, y establecimientos afines estará obligado a contratar con una empresa autorizada para tal fin, por la autoridad ambiental competente, el manejo y la disposición final de los residuos peligrosos generados como consecuencia de la actividad laboral del establecimiento.

Fuente: [resolución 2827 de 2006, Ministerio de protección social](#)

TÉCNICA DE EVALUACIÓN ZONAS PILOSAS

Por: [Liliana Sonza](#)

- ✓ Selección de técnicas estética sobre el vello teniendo en cuenta dirección del vello, piel y necesidades del usuario
- ✓ Cumplir con normas bioseguras
- ✓ Acomodar el usuario en una posición cómoda
- ✓ Diligenciar ficha técnica
- ✓ Aplicar prueba de sensibilidad
- ✓ Identificar alteraciones de la piel

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

Evidencias: a continuación, se describen las acciones y las correspondientes evidencias que conforman la primera actividad de aprendizaje del Módulo.

Evidencia de conocimiento. GA1-XXXXXX-AA1-EV01. Elaborar protocolo de depilación

Apreciado estudiante, elabore un protocolo para depilar una zona del cuerpo, lo invitamos a consultar la guía adjunta para este fin, la cual encontrará en el enlace compartido.

Lineamientos generales para la entrega de las evidencias de producto:

- **Producto para entregar 1: Protocolo de depilación**
- **Formato:** PDF.
- **Extensión:** máximo 2 hojas

Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente en la plataforma virtual y acceda al espacio: **Elaborar protocolo de depilación**

Para el segundo proceso **Eliminar El Vello Con Base En Procedimientos Manuales**, se definió 2 actividades de aprendizaje, así: Depilar La Zona Pilosa Teniendo En cuenta Preferencias Del Usuario Y Protocolo Establecidos E Hidratar La Piel Depilada De Acuerdo Con Protocolo

3.2 Actividad de aprendizaje AA2: Depilar La Zona Pilosa Teniendo en cuenta Preferencias Del Usuario Y Protocolo Establecidos. Estimado alumno, para esta acti

vidad se tendrán en cuenta los siguientes temas:

- Sistema tegumentario: la piel, cuidados e higiene.
- Métodos de eliminación de vello (afeitado, cera, cremas depilatorias, depilación con rollo, depilación con microondas, depilación cutánea, depiladores rotativos, electrolisis, electrolisis transdérmica, fotodepilación, fricción, etc.) responsabilidad frente a la ley 711 de 2001, Técnicas y métodos de depilación manual Depilación manual: cosmética y aparatología: conceptos, usos, cuidados, precauciones. Indicaciones, contraindicaciones de la depilación con cera: cuidados, medidas preventivas, pruebas de sensibilidad.

Sistema Tegumentario

(La Piel)

De todos los órganos del cuerpo, la piel es el más versátil de todos. Es el único órgano que está directa y constantemente abierto al exterior. La piel protege de agentes externos, del calor y el frío, del aire y los elementos, de las bacterias, es impermeable, se repara y lubrica a sí misma, incluso elimina algunos residuos del cuerpo.

Como sus parientes el pelo y las uñas, refleja tanto la salud física como la mental. La piel puede avisar de enfermedades internas con cambios en su color o textura, con aparición de granos o de manchas. Proporciona el sentido del tacto, puede ser áspera o delicada, suave o arrugada, según dicten las necesidades o la edad.

Puede erizarse, salirle ampollas, producir sensación de hormigueo, picar, doler, sudar, estirarse, encogerse, sangrar y sonrojarse. La piel contribuye a la producción de vitamina D, vital para la salud de huesos y articulaciones. Controla la temperatura del cuerpo. Puede mostrar las emociones, es fuente de atracción social y sexual y denota el origen racial. "La piel de un adulto medio cubre casi dos metros cuadrados y pesa más de dos kilos y medio"

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

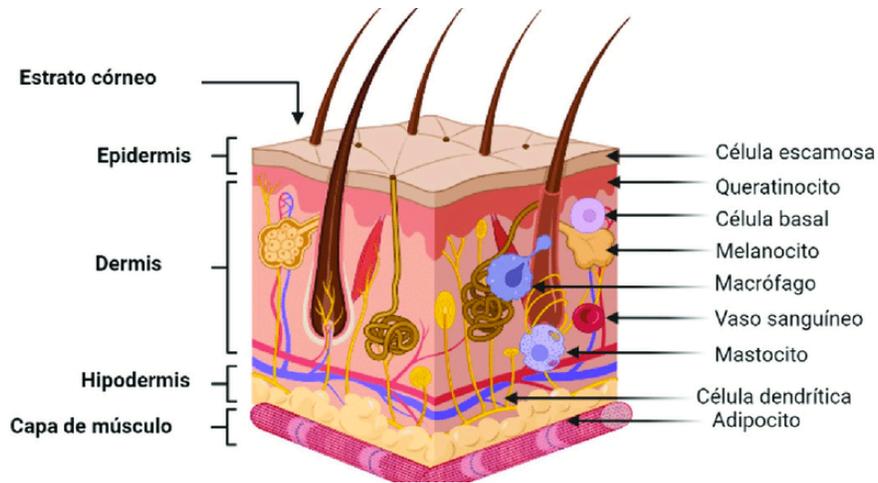


IMAGEN No.3 uploaded by [Nicolas Amaya Zambrano](#)

Puede tener copyright

La epidermis es variable en grosor, de un milímetro en las palmas de las manos y plantas de los pies, donde la protección contra la presión es lo más importante, a una décima de milímetro en la cara, párpados y labios, donde se necesita precisión y rapidez en los movimientos.

La epidermis no contiene hematíes, pero produce melanina, que oscurece la piel para protegerla del sol. El color rosáceo de las personas con la piel blanca está influido por el color rojo de las células sanguíneas y por el caroteno, que filtra la luz solar.

En la parte más profunda de la epidermis, las células jóvenes, que son ovaladas, suaves y blandas, se dividen constantemente y salen a la superficie aproximadamente cada veintiocho días.

Cambian según suben por la zona germinativa y se rellenan de queratina (una sustancia fibrosa que también se encuentra en el pelo y las uñas), se aplanan y se unen unas a otras estrechamente para formar las dos secciones protectoras de la epidermis: la brillante membrana interior y la superficie con sus millones de pelos y glándulas sudoríparas.

Sujetas a constante desgaste, estas células se descaman, pero son constantemente reemplazadas. Nuevas células proporcionan el agua esencial para mantener la flexibilidad de la piel.

Bajo la epidermis está la dermis, una capa fibrosa, más gruesa en los hombres que en las mujeres, más basta en la espalda y variable en grosor (entre medio milímetro y tres). Está llena de colágeno, que con sus fibras elásticas le da a la piel solidez y elasticidad.

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

La dermis alimenta la producción de keratina, extrae los desechos y regula la temperatura corporal. Varios miles de terminaciones nerviosas juegan un papel esencial en el sentido del tacto percibiendo frío, calor, presión y dolor.

Hay también bolsas de folículos pilosos, donde las glándulas sebáceas segregan sebo, una sustancia aceitosa que hace que la piel sea dúctil y el pelo brillante.

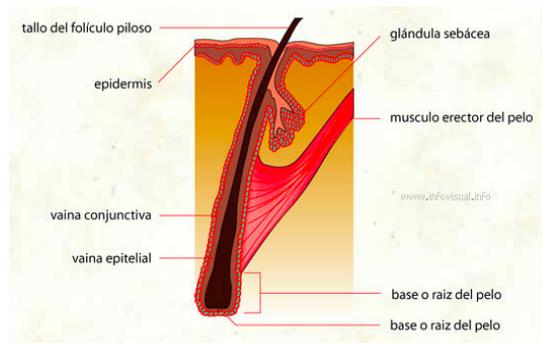


IMAGEN No. 4 Tomada de Hair Care

Puede tener copyright

Las uñas son, simplemente, keratina comprimida. Como la piel, la base de la uña tiene una zona germinativa y una dermis que sirve de base, que proporciona sangre y que da a la uña su tono sonrosado. Junto a su raíz, la uña es más densa y el suministro de sangre reducido, de aquí la media luna blanca. La cutícula forma un sello impermeabilizador.

El pelo es la capa más exterior de la epidermis, y tiene varias funciones protectoras. El pelo de la cabeza aísla, las pestañas y los pelos de la nariz y las orejas protegen de objetos extraños y las cejas ayudan a evitar que el sudor llegue a los ojos. "Los problemas emocionales también pueden provocar problemas en la piel

Higiene de la piel

La piel es tan maravillosamente autosuficiente que podemos llegar a pensar que la tenemos garantizada para siempre o que podemos abusar de ella sin problemas. Pero merece y requiere de cuidados adecuados, principalmente a medida que nos hacemos mayores.

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

La piel debe mantenerse limpia, pero lavarla excesivamente con jabón la secará, privándola de su lubricante natural: el sebo. El jabón también puede causar reacciones alérgicas. Si eso sucede, debemos elegir algún producto marcado como "hipoalergénico". Los productos hidratantes ayudan a lubricar la piel con una película de emulsión de aceite y agua. El mayor riesgo para la piel es el exceso de luz solar. La exposición excesiva causa no sólo sequedad o quemaduras, sino cambios a largo plazo que pueden provocar envejecimiento prematuro o, incluso, cáncer de piel.

Un amplio espectro de protectores solares con un factor de protección de al menos 15 (30 para niños), bloquea la mayor parte de las dañinas radiaciones ultravioleta. Los protectores solares deben aplicarse antes de ponerse al sol y aplicarlos nuevamente cada dos horas, deben aplicarse generosamente, la mayor parte de la gente no se aplica la cantidad suficiente.

Hay que tener en cuenta que, incluso los productos preparados para resistir el agua, se van con el uso de una toalla.

Fuente: Biblioteca de salud Sanitas

Depilación, Generalidades y Tipos

La práctica de la depilación no es exclusiva de la era moderna; los egipcios ya la consideraban parte de la higiene y estética, utilizando cremas depilatorias y diseñando cuchillas. Esta costumbre se extendió a culturas como la griega y la romana, que asociaban el cuerpo depilado con la belleza ideal y dedicaban espacios en los baños públicos para esta práctica.

En la Edad Media, la depilación continuó siendo común, siendo Elizabeth I toda una *influencer* que popularizó el uso de pinzas y navajas. Sin embargo, no fue hasta 1903 con la invención de la maquinilla de hojas intercambiables de *Gillette* que la depilación experimentó un cambio significativo. Finalmente, en la década de 1960, se desarrolló el láser Ruby con aplicaciones estéticas y dermatológicas, marcando otro hito en la evolución de las técnicas de depilación.

Tipos de depilación: de la cuchilla al láser

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

Podemos nombrar los métodos de depilación más relevantes:

- Depilación con cuchilla.
- Depilación con cera.
- Depilación con hilo.
- Depilación eléctrica.
- Depilación láser.
- Depilación con cuchilla

La depilación con cuchilla es la menos eficiente, puesto que el vello crece muy rápidamente. Y siendo estrictos con el término, la depilación con cuchilla no es depilación, ya que con los pasos de la cuchilla sobre la piel no se logra quitar los vellos de raíz.

Se suele practicar en casa como medida rápida y resultado en el mismo día. Se trata de un método que dura poco tiempo y la piel suele quedar enrojecida.

Depilación con cera

No hace falta explicar esta técnica, ya que ha sido una de más utilizada y quizás el primer acercamiento en la depilación de hombres y mujeres. Pero, aun así, vamos a resumirla. Se trata de aplicar una cera—puede ser caliente, tibia o fría— sobre la piel. Cuando la capa de cera se endurece se quita tirando de forma rápida. Es dolorosa y es muy importante que la aplique un profesional.

1. Depilación con cera caliente: Se aplica cera fundida sobre la piel y se retira con tiras de tela o papel una vez que se ha enfriado y adherido al vello.
2. Depilación con cera fría: Suelen venir en bandas de cera que se aplican directamente sobre la piel y se retira sin necesidad de calentamiento previo.

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

3. Depilación con cera oriental o sugaring: Utiliza una mezcla de azúcar, agua y limón para crear una pasta pegajosa que se aplica sobre la piel y se retira arrastrando el vello en la dirección opuesta al crecimiento.

Depilación con hilo

La depilación con hilo es realmente útil para zonas pequeñas como cejas o bigotes. Esta técnica no lo puede realizar cualquier persona. Bien realizada es duradera, precisa y además tiene un efecto exfoliación por eliminar células muertas. Por otro lado, existe riesgo de infección por dejar el folículo abierto.

Depilación eléctrica

La depilación eléctrica, también conocida como electrólisis, se basa en aplicar corrientes eléctricas en la raíz del pelo a través de unas agujas muy finas para provocar su destrucción. Aunque es una técnica eficaz presenta como inconvenientes ser un tratamiento muy lento y doloroso, por ello, se recomienda para zonas muy localizadas.

Depilación con Láser

Es la única técnica que garantiza una depilación permanente (tras un número de sesiones según vello y piel) y evita que la piel se dañe. Esta técnica se basa en el principio de la fototermólisis selectiva, el aumento térmico inducido por el láser destruye la estructura celular del pelo.

CUIDADOS DE LA PIEL ANTES Y DESPUÉS DE LA DEPILACIÓN

- Lo más recomendable es inicialmente preparar la piel para el proceso de la depilación, con el fin de obtener mejores resultados: Dependiendo de las características de la piel, informe al

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

usuario mantener una piel bien exfoliada. Por lo menos 1 vez cada 15 días, existen varios métodos, por ejemplo, empleando un guante de crin y un poco de gel con PH neutro, teniendo cuidado y de forma suave para no retirar más piel que la muerta. De esta forma, eliminarás las células muertas y obtendrás una piel mucho más limpia. Esto ayudará a que menos vello quede bajo la piel. Otros métodos: Una ducha caliente antes de la depilación hará que los poros se abran, favoreciendo el procedimiento menos indolora y más eficaz.

- Los cuidados tras la depilación son muy importantes pues evitan irritaciones y dolores en la piel. AGUA FRÍA: Tras la depilación es aconsejable una ducha de agua fría, o aplicar sobre la zona depilada agua fría o incluso un cubito de hielo, ya que calmará la piel y cerrará los poros. No uses productos muy abrasivos en tu piel justo después de la depilación, pues puedes irritarla. Evitar exponer la piel al sol justo después de la depilación, hay que esperar unas 48 horas, siempre se emplea protector solar. No combinar técnicas, ejemplo rasurado y cremas depilatorias.

Fuente: Almasermedic. Diciembre 2023

Evidencia de conocimiento. GA2-XXXXXX-AA1-EV02. Elaborar presentación métodos de depilación

Apreciado estudiante, elabore una presentación PP sobre los métodos de depilación evidenciando ventajas, pero también las desventajas, lo invitamos a consultar la guía adjunta para este fin, la cual encontrarás en el enlace compartido.

Lineamientos generales para la entrega de las evidencias de producto:

- Producto para entregar 1: PP métodos de depilación
- Formato: PP.
- Extensión: máximo 5 diapositivas

Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente en la plataforma virtual y acceda al espacio: **métodos de depilación**

3.3 Actividad de aprendizaje AA3: Hidratar La Piel Depilada De Acuerdo con Protocolo.

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

Estimado alumno, para esta actividad se tendrán en cuenta los siguientes temas:

HIDRATACIÓN: es aquella que proporciona elasticidad y cumple con su función de barrera. La capa más superficial de la piel, el estrato córneo, tiene un porcentaje de agua comprendido entre el 10 % y el 20 %. En la dermis, una capa más profunda de la piel, hay una matriz extracelular de glucosaminoglicanos. Se puede aplicar aceite de almendras, de árbol del té, aloe vera o manteca de karité después de la depilación, teniendo en cuenta los métodos explicados anteriormente. Esto aliviará la piel debido a sus propiedades relajantes y calmantes. Los especialistas recomiendan las cremas sin perfumes con antisépticos naturales, libre de alcohol y sin fragancias irritantes, a fin de evitar el enrojecimiento de la dermis. Se recomienda refrescar y dejar descansar la piel recién depilada, por lo que se debería evitar la ropa ajustada. Es mejor que la piel pueda airearse para poder recuperarse.

Evidencia de conocimiento. GA3-XXXXXX-AA1-EV03. NA

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Las actividades de evaluación se formulan en coherencia con los criterios de evaluación y se tiene en cuenta la producción de cada una de las actividades de la guía de aprendizaje, en ese sentido, es importante tener en cuenta que las diferentes actividades deben generar entregables y constituyen evidencias de aprendizajes, en cada uno de los tipos requeridos (conocimiento, desempeño y producto).

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
<p>Evidencia de conocimiento. GA1-XXXXXX-AA1-EV0 1. Elaborar protocolo de depilación</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Evalúa las características de la zona pilosa según protocolo ● Valora la sensibilidad de la zona pilosa de acuerdo con la técnica depilatoria. ● Limpia y acondiciona la zona pilosa de acuerdo con las características del usuario. ● Realiza prueba de sensibilidad a los productos cosméticos de acuerdo con el protocolo. ● Valora la prueba de sensibilidad conforme al protocolo de cuidado estético. ● Evalúa la reacción alérgica del usuario de acuerdo con el producto químico utilizado. ● Aplica protocolo de primeros auxilios en la reacción alérgica de acuerdo con las medidas adoptadas en la atención de emergencias. ● Registrar en la ficha técnica las características de la valoración según protocolo. ● Aplica las medidas de higiene, asepsia y de salud ocupacional 	<p>Protocolo de depilación</p>

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

	<p>de acuerdo con las especificaciones de la técnica seleccionada y normas de bioseguridad</p>	
<p>Evidencia de conocimiento. GA2-XXXXXX-AA1-EV0 2. Elaborar presentación métodos de depilación</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Aplica la técnica depilatoria teniendo en cuenta las precauciones ● Indaga las preferencias del usuario según el proceso de depilación ● Evalúa los resultados obtenidos en el estudio de la zona pilosa y las preferencias del usuario ● Establece los parámetros de programación de los equipos de acuerdo con el tipo de vello ● Valora la sensibilidad de la zona pilosa de acuerdo con la técnica seleccionada ● Aplica los productos cosméticos según protocolo ● Retira los productos cosméticos según las indicaciones del fabricante y las precauciones de la técnica seleccionada ● Aplica hidratación posterior a la depilación según técnica depilatoria. 	<p>PP métodos de depilación</p>

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

	<ul style="list-style-type: none">● Da las indicaciones al usuario sobre los cuidados según tipo de depilación● Informa sobre el manejo de los productos en casa según protocolo estético● Aplica las medidas de higiene, asepsia y de salud ocupacional según protocolo● Evalúa cumplimiento con las especificaciones de la técnica seleccionada y las normas de bioseguridad	
--	---	--

GLOSARIO DE TÉRMINOS

Ciclo capilar se compone de tres etapas: la de crecimiento o anágena, la de transición o catágena y la de reposo o telógena:

Crema depilatorias utilizan productos químicos para eliminar el vello superfluo de manera temporal

Dermis esta capa de piel si es vascular, por la presencia de vasos sanguíneos, tiene una gran cantidad de tejido conectivo, colágeno y fibras elásticas, que le dan una gran resistencia

Epidermis Es la superficie más externa de la piel, hay cinco capas de células ordenadas, con diversos tipos de células

Hipertrichosis: es un aumento de la cantidad de crecimiento de pelo en cualquier parte del cuerpo.

Hirsutismo: aparece como resultado de un exceso de hormonas masculinas, llamadas andrógenos. Puede ocurrir con ciertos trastornos médicos. También puede ser hereditario. El hirsutismo provoca el crecimiento excesivo de vello terminal y pigmentado en zonas donde típicamente los hombres tienen vello, como el rostro, el pecho y la espalda.

Hipodermis compuesto por tejido adiposo que se encuentra ubicado entre la dermis y la capa de tejido conectivo de los músculos y huesos y sirve de unión y firmeza entre estas estructuras.

DEPILAR EL VELLO CON BASE EN MÉTODOS NO INVASIVOS

El Sistema Tegumentario es el conjunto de órganos que forman la capa más externa del cuerpo y comprende la piel y sus apéndices.

6. REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

CALDERON, Elena (2013), De DEPILACIÓN MECÁNICA Y TÉCNICAS COMPLEMENTARIAS
COLLINS, Sarah (2015), De RELATOS SECRETOS DE UNA DEPILADORA
RUIZ, David (2017), De EL MANUAL No.1 PARA ESTETICISTAS EN LATINOAMÉRICA Y ESPAÑA, “capitulo 5”

CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	Liliana	Docente	CIFES	NOV 2022
	Johanna	Directora	CIFES	NOV 2022
	Adriana	Rep.legal	CIFES	NOV 2022

CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)	Liliana Sonza	Docente		FEB 2024	Referenciación