



ESTETICISTA PROFESIONAL



Este curso te enseñará una magnífica profesión con un gran porvenir. Está dedicado a personas sensibles, progresistas, evolucionadas y creativas.

El ser Esteticista Profesional te convertirá en creadora de belleza en su más amplio sentido: la belleza que va más allá de los cambios de la moda, una belleza íntimamente ligada al arte. Con este curso aprenderás a tener sensibilidad estética y también las técnicas para lograr que el cuerpo humano sea más bello: Maquillaje, Manicura, Pedicura, Masaje Estético, Uñas, Tratamientos para el Cabello, Depilación, Tratamientos y Cuidado de la Piel, Gimnasia, Aparatología de un Spa, Dietas, Perfumes, etc.

Km. 58 Carr. México-Cuatla, Hacienda Panoaya, Amecameca, Edo. de Méx. 56900, Tel: 01 800 014-1415

PROGRAMA DE ESTUDIOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1

LA ESTETICISTA. Introducción deberes y obligaciones de la esteticista. La cabina de belleza. Condiciones de la cabina. Ropa para una cabina. Las manos de la esteticista. Ejercicios de las manos. EL MAQUILLAJE DE LOS OJOS. Los ojos perfectos. Cosméticos necesarios. Maquillaje de los ojos. Clasificación de los ojos. Maquillaje de los ojos según las características naturales. Desmaquillado de los ojos. Cuidado de los ojos. Consejos finales. LA CÉLULA. Caracteres fundamentales de los seres. Composición química de los seres vivos. La célula. Funciones vitales de la célula.

UNIDAD DIDÁCTICA 2

EL CUIDADO DE LAS MANOS Y LA MANICURA. Introducción. Las manos. Las uñas. La manicura. Manicura a la francesa. Errores de la manicura. Tratamiento en cabina. Consejos útiles. Las uñas postizas. LOS TEJIDOS. Introducción. Definición del tejido. Tipos de tejidos. Estudio de los principales tejidos. HISTORIA (I) DESDE ORÍGENES HASTA MESOPOTAMIA. Introducción. Por qué estudiar historia. Los orígenes. El hombre primitivo. China. India. Mesopotamia. **Video I: Maquillaje.**

UNIDAD DIDÁCTICA 3

EL CUIDADO DE LAS PIERNAS Y LA PEDICURA. Introducción. Las piernas. El pie. Las uñas. La pedicura. Práctica de la pedicura. Errores de la pedicura. Consejos útiles. EL TEJIDO EPITELIAL Y EL TEJIDO CONJUNTIVO. Introducción. El tejido epitelial. El tejido conjuntivo. HISTORIA (II) DESDE EGIPTO HASTA LA CULTURA ÁRABE. Introducción. Egipto. Creta. Grecia. Roma. Cultura Árabe. El Imperio Musulmán.

UNIDAD DIDÁCTICA 4

TIPOLOGÍA FACIAL Y MAQUILLAJES DE OJOS SEGÚN TIPOS DE ROSTROS. Introducción. Hacia la

definición del rostro ideal. Modificación del rostro. Clasificación de los rostros. El rostro y el carácter. La tierra en el espacio. Técnica del maquillaje para realizar las correcciones. Maquillaje de los ojos según el tipo de rostro. EL SISTEMA ÓSEO. Introducción. El esqueleto. Los huesos. Descripción de los huesos del esqueleto. HISTORIA (III) DE LA EDAD MEDIA A LA ACTUALIDAD. Introducción. La Edad Media. El Renacimiento. El Barroco. El siglo XIX. La época Moderna. El futuro.

UNIDAD DIDÁCTICA 5

LA BOCA Y EL MAQUILLAJE DE LOS LABIOS. Introducción. La boca y los labios. Productos utilizados en el maquillaje de boca y labios. Prácticas del maquillaje de los labios. El desmaquillado. El color de los pintalabios y el color de los labios. Recomendaciones generales. Consejos finales. EL SISTEMA MUSCULAR. Introducción. El tejido muscular. Clases de músculos. La inserción de los músculos. Músculos del cuerpo humano. MOVIMIENTOS BÁSICOS DEL MASAJE I: DESLIZAMIENTOS, PRESIONES Y PERCUSIONES. Introducción. Concepto y finalidad del masaje. Preparativos para el masaje. Normas del masaje. Movimientos básicos del masaje. Clasificación de los movimientos. Deslizamientos. Presiones. Percusiones. **Video II: Masaje I.**

UNIDAD DIDÁCTICA 6

LAS CEJAS. Introducción. Cómo son las cejas. Las cejas ideales. Depilación de las cejas. Maquillaje de la ceja. Significado y lectura de las cejas. Otros consejos finales. EL SISTEMA NERVIOSO. Introducción. El tejido nervioso. El sistema nervioso. MOVIMIENTOS BÁSICOS DEL MASAJE II: AMASAMIENTOS Y VIBRACIONES. Introducción. Amasamientos. Vibraciones. Vibraciones dentro de cada familia de movimientos. Las herramientas del masaje. Diferentes

tipos de masajes. Orientación terminológica.

UNIDAD DIDÁCTICA 7

LOS PINCELES Y EL COLOR. Introducción. Los pinceles. El color y la luz. EL SISTEMA CIRCULATORIO. Introducción. El tejido sanguíneo. El aparato circulatorio. Enfermedades relacionadas con el sistema circulatorio. El sistema linfático. MASAJE CIRCULATORIO Y DRENAJE LINFÁTICO. Introducción. El masaje de piernas. Masaje estético. Masaje clásico. Prácticas del masaje de piernas. El masaje de drenaje. Realización de un wrap desde las axilas hasta los tobillos. **Video III: Masaje II.**

UNIDAD DIDÁCTICA 8

VISAGISMO Y TÉCNICAS DE REALIZACIÓN DEL MAQUILLAJE. Introducción. Aspectos generales. Tipos de maquillaje. Tipos de peinados adecuados a los distintos tipos de rostros. Los peinados y el perfil. La piel y el color de los cabellos. Las gafas y el maquillaje. La práctica del maquillaje. Normas para elegir los colores del maquillaje de fondo. Consejos e indicaciones sobre el maquillaje del rostro. Maquillaje para la piel negra. EL SISTEMA RESPIRATORIO. Introducción. Las vías respiratorias. Tipos de respiración. MASAJE DE LA ESPALDA. Introducción. Aspectos generales. Práctica del masaje de espalda.

UNIDAD DIDÁCTICA 9

CORRECCIONES DEL ROSTRO CON MAQUILLAJE DE FONDO, COLORETE Y BLUSH. Introducción. Utilización de los fondos. Corrección con el maquillaje de fondo. Correcciones con colorete. Correcciones con blush. EL SISTEMA DIGESTIVO Y EL SISTEMA EXCRETOR. Introducción. El aparato digestivo. El aparato excretor o urinario. Interés estético. MASAJE DE ABDOMEN. LAS ESTRÍAS. Introducción. Práctica del masaje de abdomen. Las estrías.

UNIDAD DIDÁCTICA 10

MAQUILLAJES ESPECIALES. Introducción. Características generales de los maquillajes especiales. El equipo de maquillaje. Clases de maquillaje. Ficha del maquillaje. Práctica del maquillaje especial. EL SISTEMA REPRODUCTOR Y EL EMBARAZO. Introducción. Características generales de la reproducción. El aparato reproductor. El embarazo o gestación. La estética y el embarazo. Cuidados estéticos para después del parto. La menopausia. EL MASAJE DE LAS MANOS Y LOS DEDOS. Introducción. Ámbito del masaje y aplicación de las cremas. Proceso del masaje. Consejos finales. Tratamiento básico de las manos. **Video IV: Masaje III.**

UNIDAD DIDÁCTICA 11

LOS SENOS. Introducción. Características estéticas de los senos y medidas ideales. Características del sujetador y cálculo de la talla adecuada. Anatomía de los senos.

Fisiología del seno. Características anatómicas y fisiológicas de los senos. Enfermedades que afectan a la estética del seno. La salud de los senos. Tratamiento de los senos. Clases de tratamientos. Modelo de ficha para el seguimiento en el tratamiento de los senos. LOS SENTIDOS. Introducción. Las sensaciones. Excitabilidad de los órganos de los sentidos. El sentido de la vista. El sentido del oído. El sentido del gusto. El sentido del olfato. El sentido del tacto. MASAJE BÁSICO DE LOS SENOS. Introducción. El primer contacto con la cliente. Proceso a seguir en el masaje de senos.

UNIDAD DIDÁCTICA 12

EL CABELLO Y SU TRATAMIENTO. Introducción. Composición y estructura del pelo. Partes del pelo. Crecimiento del pelo. Tipos de cabello. Tratamientos cosméticos. Los contaminantes. Alteraciones capilares. Problemas capilares. EL SISTEMA ENDOCRINO Y EL SUDOR. Introducción. Sistema endocrino. Tipos de glándulas. El sudor. EL MASAJE DEL CUERO CABELLUDO. Introducción. Normas del masaje. Aparatología usada en el masaje. Práctica del masaje. El automasaje.

UNIDAD DIDÁCTICA 13

FITOCOSMÉTICA. Introducción. Breve repaso histórico. La fábrica vegetal. Las plantas. Procedimientos de extracción. Administración de las plantas. Plantas utilizadas habitualmente en cosmética. ESTRUCTURA Y FISIOLOGÍA DE LA PIEL. Introducción. Concepto. Estructura de la piel. Fisiología de la piel. Funciones de la piel. Los nervios y la piel. COSMÉTICOS COTIDIANOS PARA EL CABELLO. LA DEPILACIÓN. Cosméticos cotidianos para el cabello. Cosméticos cotidianos de aseo. Cuidados de la cabellera. Consejos varios sobre los cuidados de la cabellera. Alteraciones capilares relacionadas con la depilación. La depilación.

UNIDAD DIDÁCTICA 14

LA ELECTRICIDAD. Introducción. ¿Qué es la electricidad? Concepto de materia. Conceptos sobre la medición de la electricidad. Corriente continua y corriente alterna. TIPOS DE PIEL. Introducción. Tipos de piel según la epidermis. Tipos de piel según la dermis. Tipos de piel según las secreciones. Tipos de piel según la observación directa. Otras clasificaciones. Examen de la piel. Cuestionario sobre la piel del cutis. Test corporal. Importancia de un diagnóstico de la piel. Cuidados cosméticos. LIMPIEZA DE LA PIEL. Introducción. Funciones de la piel. El pH. Limpieza de la piel. Limpieza en cabina. Lociones y tónicos. Tipos de mascarillas. Cómo secar el rostro después de la mascarilla, del vapor de una pulverización. **Video V: Cuidado del Cutis.**

UNIDAD DIDÁCTICA 15

LA HIDROTERAPIA. Introducción. Breve repaso histórico. Acciones de la hidroterapia. Hidromasaje.

Talassoterapia. Influencia del clima en el organismo. La sauna. PIEL SECA. Introducción. Concepto de piel seca alérgica. Causas de la piel seca alérgica. Cosméticos para la piel seca alérgica. Cuidados en cabina para una piel seca alérgica. Tratamiento en cabina para una piel seca alérgica. Las cuatro áreas peligrosas en el rostro. El cuello. Piel manchada. EL PEELING. Introducción. Concepto de peeling. Breves apuntes históricos. Causas de la descamación de la piel. Peeling o exfoliación. Productos cosméticos para el peeling o exfoliación en cabina. Prácticas del peeling o exfoliación cosmética.

UNIDAD DIDÁCTICA 16

EL SOL Y LA PIEL. Introducción. La melanina. La melanogénesis. Discromías. Activación de la producción de melanina. El sol. Composición de la radiación solar. El bronceado. Aptitud para el bronceado. Radiación solar. Los productos solares. Consejos generales para el bronceado. Cuidados estéticos para el bronceado. PIEL GRASA, ACNÉ Y PIEL ASFIÉTICA. Introducción. La piel grasa. Cuidados cosméticos para una piel grasa. El acné. Consejos cosméticos para una piel acnéica. Tratamiento en cabina de la piel acnéica. Cuidados diarios para la piel acnéica. Piel asfética. Cuidados estéticos para las pieles asféticas y sensibles. Tratamientos en cabina para la piel asfética y sensible. MASAJE COMPLETO DEL CUTIS. Introducción. Normas generales. Práctica del masaje de cutis pasos 1 a 10.

UNIDAD DIDÁCTICA 17

APARATOLOGÍA (I). Introducción. Mobiliario y elementos básicos. Aparatos de esterilización. Fisioterapia. Vaporizaciones. El ozono. Aparatos que impulsan o que aspiran aire. Aparatos de presoterapia. Aparatos vibradores. Cepillos rotatorios. Alta frecuencia, efluvios. INFECCIÓN Y ALERGIA. Introducción. Microorganismos e infección. Clases de microorganismos. Defensa natural frente a los microorganismos. Causas de la alteración del equilibrio. La inmunidad. Epidemias. Alergia. LA HIDRATACIÓN. Introducción. El agua en el cuerpo, el agua en la piel. FHN o factor de hidratación natural. Clases de deshidratación. La piel empieza a envejecer cuando empieza a deshidratarse. Consejos para hidratarse. Características de las pieles deshidratadas. Tipos de hidratación. Rehidratación facial. Rehidratación corporal. Consejos para el tratamiento de rehidratación en cabina. Cosméticos hidratantes. Masaje facial con deslizamientos y presiones.

UNIDAD DIDÁCTICA 18

APARATOLOGÍA (II). Introducción. La electricidad en estética. Aparatos de corriente continua en estética. Desincrustación. Ionización. Aparatos electroestimuladores. TÉCNICAS TERAPÉUTICAS ALTERNATIVAS. Introducción. Alopátia y homeopatía. Dietética. Cromoterapia. Musicoterapia. Iridología. Naturopatía. Bioritmos. MASAJE DE DRENAJE DE

CUTIS Y CUELLO. Introducción. Práctica del masaje de drenaje de cutis y cuello.

UNIDAD DIDÁCTICA 19

APARATOLOGÍA (III). Introducción. Terapia diaforética. Helioterapia o sol de altura. Magnetoterapia. Los iones en el aire. Aparatos de corrientes capacitivas. Otros aparatos eléctricos. Depilación eléctrica. El láser, el rayo de luz. LA CIRUGÍA ESTÉTICA. Introducción. Aspectos históricos. La cirugía estética hoy. El cirujano plástico. La cirugía estética en la cara. La cirugía estética en el cuerpo. Otras aplicaciones de la cirugía estética. Reflexiones sobre la cirugía estética. La esteticista y la cirugía estética. ENVEJECIMIENTO Y MASAJE REAFIRMANTE. Introducción. Piel senil. La edad en relación al envejecimiento. Tipos corporales. El envejecimiento. Bioquímica de las alteraciones seniles. Trastornos estéticos de una piel senil. Cuidados estéticos para una piel senil. Consejos cosméticos para una piel senil. Las arrugas. La ptosis. Fibras del tejido conjuntivo. Terapias contra el envejecimiento. El arte de envejecer. Masaje reafirmante de cutis, cuello y parte alta del tórax.

UNIDAD DIDÁCTICA 20

LA GIMNASIA Y LA ESTETICISTA. Introducción. Breves apuntes históricos. Efectos del ejercicio físico en el organismo. Condiciones personales a considerar para escoger el tipo de ejercicio físico. Músculos y articulaciones. Los 4 grandes grupos de ejercicios físicos. Otras clasificaciones de tipos de ejercicios físicos. Distintos ejercicios físicos y deportes. La gimnasia y la esteticista. Normas para realizar gimnasia. Ejercicios preparatorios. Ejercicios para finalizar. Ejercicios para celulitis. Ejercicios para espalda y cintura. Ejercicios para vientre y abdomen. Ejercicios para el pecho. ALTERACIONES DE LA PIEL. Introducción. Las razas. El color de la piel y características del pelo. Glándulas anejas a la piel en relación a las razas. Variaciones de la piel. Alteraciones de la piel. Dermatitis más frecuentes. Patología de la piel. LA ESTETICISTA EN LA DEPRESIÓN Y RELAJACIÓN. Introducción. La mente humana. Un mundo de agresión. La relajación. La fatiga. La depresión. La esteticista y la depresión. La relajación en la cabina. **Video VI: Gimnasia.**

UNIDAD DIDÁCTICA 21

COSMÉTICA. Introducción. La cosmética. El cosmético. Clasificación de los cosméticos. Tratamiento cosmético. Proceso de elaboración de un cosmético. Liposomas. Acondicionamiento de los cosméticos. TRATAMIENTO DE COUPEROSIS. Introducción. Anomalías de la circulación sanguínea periférica. Couperosis. Tratamientos. Sugerencias a la cliente. Maniobras de masaje de couperosis. TIPOLOGÍA CORPORAL Y ACUPUNTURA. Introducción. Tipos morfológicos. La constitución o complexión. Una primera clasificación tipológica. Tipos constitucionales.

Temperamentos y aspecto externo. ¿Existen tipos morfológicos puros? La morfología y la esteticista. La acupuntura. Técnicas basadas en los puntos. Terapia por zonas.

UNIDAD DIDÁCTICA 22

LA OBESIDAD. Introducción. La obesidad y la moda. La obesidad. Balance energético. Equilibrio energético. Clasificación de la obesidad. Causas que pueden desencadenar una obesidad. Energía y gasto. Hambre y apetito. Diagnóstico de la obesidad. Alteraciones funcionales debidas a la obesidad. La delgadez. Tratamiento de la obesidad. Ficha guía de tratamiento. LA CELULITIS Y SU TRATAMIENTO. Introducción. Celulitis. ¿Es correcta la denominación de celulitis? Diferencia entre obesidad y celulitis. Proceso de la celulitis. Tipos de celulitis. Causas de la celulitis. Localización de la celulitis. Diagnóstico. Tratamientos para la celulitis. Eficacia de los tratamientos anticelulitis. DIETÉTICA. Introducción. La dietética. Nutrición. Alimento. Ración alimentaria. Caloría. Metabolismo. La fibra. El aparato digestivo. La excreción. Leyes de la alimentación. Errores dietéticos. Elección de los alimentos. La dietética y la esteticista.

UNIDAD DIDÁCTICA 23

DIETÉTICA (II). Introducción. La alimentación y la religión. Ración alimenticia. Distintas disciplinas alimenticias. Alimentación correcta. Dietas alimenticias o regímenes. Conclusiones. La dieta y la piel. CONOCIMIENTOS PSICOLÓGICOS ÚTILES PARA LA ESTETICISTA. Introducción. Características psicológicas apropiadas a la profesión. La profesión de esteticista. Conocimientos psicológicos útiles para conocer a los clientes. Motivación de la cliente. LAS VITAMINAS Y LOS MINERALES. Introducción. Las vitaminas. Clasificación de las vitaminas. Los minerales.

UNIDAD DIDÁCTICA 24

EL PERFUME. Introducción. Historia del perfume. El perfume un medio de comunicación. Propiedades de los perfumes. El olor de los perfumes. Composición de los perfumes. Estructura de un perfume. La gran familia de los perfumes. El carácter del perfume, perfumes masculinos y femeninos. La elección del perfume. Utilización del perfume. LA ESTETICISTA SE ESTABLECE PROFESIONALMENTE. Introducción. La esteticista se establece. Rentabilidad de la cabina. La organización del trabajo diario. El marketing. Cálculo del coste hora de la esteticista. Trámites legales en la apertura oficial de un salón de belleza. TRATAMIENTO CONTORNO DE OJOS. Introducción. Anatomía del contorno del ojo. Las arrugas. Las ojeras. Bolsas bajo los ojos. Exceso de piel en los párpados. Masaje en la zona orbicular de los ojos.

CONTENIDO DE LOS VIDEOS

Video I.- Maquillaje.

- 1.- Familia de los rostros:
 - Ovalado.
 - Alargado.
 - Corazón.
- 2.- Clases de rostros:
 - Redondo.
 - Cuadrado.
 - De Pera.
 - Diamante.
- 3.- Correcciones del rostro del maquillaje.
 - Colorete.
 - Blush.
- 4.- Maquillaje de Cejas.
- 5.- Maquillaje de la boca.
- 6.- Maquillaje de día.
- 7.- Maquillaje de noche.

Video II. Masaje I.

- 1.- Ejercicios de las manos:
 - Relajación.
 - Flexibilidad,
 - Resistencia.
 - Agilidad.
 - Ritmo.
 - Deslizamiento.
- 2.- Movimientos básicos del masaje:
 - Percusiones.
 - Amasamiento,
 - Vibraciones.

Video III. Masaje II.

- 1.- Masaje básico de piernas.
- 2.- Masaje adelgazante y anticelulítico.
- 3.- Wrap corporal.
- 4.- Masaje de abdomen.

Video IV. Masaje III.

- 1.- Masaje básico espalda.
- 2.- Tratamiento de senos (Masaje).
- 3.- Tratamiento de senos (Wrap).
- 4.- Tratamiento de manos: Peeling. Masaje. Mascarilla.

Video V. Cuidado del cutis.

- 1.- Limpieza del cutis.
- 2.- Máscara de calor.
- 3.- Extracción de comedones.
- 4.- Masaje de cutis.
- 5.- Mascarilla.
- 6.- Masaje orbicular de ojos.
7. Mascarilla de ojos.

Video VI. Gimnasia.

- 1.- Ejercicios preparatorios.
- 2.- Ejercicios para celulitis.
- 3.- Ejercicios para espalda i cintura.
- 4.- Ejercicios para el pecho.
- 5.- Ejercicios para finalizar.