



MÓDULO DIDÁCTICO

Especialidad: Cosmetología

Curso: Servicio de cuidado de la uña

Grado: 12

agosto 2020



DE DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE PUERTO RICO

Página web: <https://de.pr.gov/>



Twitter: @educacionpr

NOTIFICACIÓN DE POLÍTICA PÚBLICA

El Departamento de Educación no discrimina de ninguna manera por razón de edad, raza, color, sexo, nacimiento, condición de veterano, ideología política o religiosa, origen o condición social, orientación sexual o identidad de género, discapacidad o impedimento físico o mental; ni por ser víctima de violencia doméstica, agresión sexual o acoso.

Nota. Este módulo está diseñado con propósitos exclusivamente educativos y no con intención de lucro. Los derechos de autor (*copyrights*) de los ejercicios o la información presentada han sido conservados visibles para referencia de los usuarios. Se prohíbe su uso para propósitos comerciales, sin la autorización de los autores de los textos utilizados o citados, según aplique, y del Departamento de Educación de Puerto Rico.

TABLA DE CONTENIDO

LISTA DE COLABORADORES.....	3
CARTA PARA EL ESTUDIANTES, LAS FAMILIAS Y MAESTROS	4
CALENDARIO DE PROGRESO EN EL MÓDULO.....	6
CUIDADO DE LAS UÑAS, MANOS Y PIES.....	7
Lección 1: Anatomía y Fisiología de Manos y Pies.....	7
Lección 2: Estructura de la uña	17
Lección 3: Enfermedades, trastornos y condiciones de las uñas.....	23
Lección 4: Formas y elementos de las uñas.....	32
Lección 5: Elementos necesarios para los servicios de cuidado de las uñas.....	36
Lección 6: Prevención de infecciones y seguridad	41
Lección 7: Consulta con el cliente	45
Lección 8: Manicura básica	48
Lección 9: Pedicura básica.....	58
REFERENCIAS	63
GUÍA DE ACOMODOS RAZONABLES PARA LOS ESTUDIANTES	64

LISTA DE COLABORADORES

Liz M. Tirado López
Escuela Superior Vocacional
República de Costa Rica
Caguas

Liznette Aponte Mercado
Escuela Superior
Laura Mercado
San Germán

Iris B. Mercado Molina
Escuela Superior
Ocupacional y Técnica
Yauco

Víctor L. Nieves-Flores
Centro Vocacional Especial
Eugenio María de Hostos
San Juan

Cheryl Cintrón Serrano
Directora
Programa de Educación Industrial

CARTA PARA EL ESTUDIANTES, LAS FAMILIAS Y MAESTROS

Estimado estudiante:

Este módulo didáctico es un documento que favorece tu proceso de aprendizaje. Además, permite que aprendas en forma más efectiva e independiente, es decir, sin la necesidad de que dependas de la clase presencial o a distancia en todo momento. Del mismo modo, contiene todos los elementos necesarios para el aprendizaje de los conceptos claves y las destrezas de la clase de Cuidado de las uñas, manos y pies, sin el apoyo constante de tu maestro. Su contenido ha sido elaborado por maestros, facilitadores docentes y directores de los programas académicos del Departamento de Educación de Puerto Rico (DEPR) para apoyar tu desarrollo académico e integral en estos tiempos extraordinarios en que vivimos.

Te invito a que inicies y completes este módulo didáctico siguiendo el calendario de progreso establecido por semana. En él, podrás repasar conocimientos, refinar habilidades y aprender cosas nuevas sobre la clase de Cuidado de las uñas, manos y pies por medio de definiciones, ejemplos, lecturas, ejercicios de práctica y de evaluación. Además, te sugiere recursos disponibles en la internet, para que amplíes tu aprendizaje. Recuerda que esta experiencia de aprendizaje es fundamental en tu desarrollo académico y personal, así que comienza ya.

Estimadas familias:

El Departamento de Educación de Puerto Rico (DEPR) comprometido con la educación de nuestros estudiantes, ha diseñado este módulo didáctico con la colaboración de: maestros, facilitadores docentes y directores de los programas académicos. Su propósito es proveer el contenido académico de la materia de Cuidado de las uñas, manos y pies para las primeras diez semanas del nuevo año escolar. Además, para desarrollar, reforzar y evaluar el dominio de conceptos y destrezas claves. Ésta es una de las alternativas que promueve el DEPR para desarrollar los conocimientos de nuestros estudiantes, tus hijos, para así mejorar el aprovechamiento académico de estos.

Está probado que cuando las familias se involucran en la educación de sus hijos mejora los resultados de su aprendizaje. Por esto, te invitamos a que apoyes el desarrollo académico e integral de tus hijos utilizando este módulo para apoyar su aprendizaje. Es fundamental que tu hijo avance en este módulo siguiendo el calendario de progreso establecido por semana.

El personal del DEPR reconoce que estarán realmente ansiosos ante las nuevas modalidades de enseñanza y que desean que sus hijos lo hagan muy bien. Le

solicitamos a las familias que brinden una colaboración directa y activa en el proceso de enseñanza y aprendizaje de sus hijos. En estos tiempos extraordinarios en que vivimos, les recordamos que es importante que desarrolles la confianza, el sentido de logro y la independencia de tu hijo al realizar las tareas escolares. No olvides que las necesidades educativas de nuestros niños y jóvenes es responsabilidad de todos.

Estimados maestros:

El Departamento de Educación de Puerto Rico (DEPR) comprometido con la educación de nuestros estudiantes, ha diseñado este módulo didáctico con la colaboración de: maestros, facilitadores docentes y directores de los programas académicos. Este constituye un recurso útil y necesario para promover un proceso de enseñanza y aprendizaje innovador que permita favorecer el desarrollo holístico e integral de nuestros estudiantes al máximo de sus capacidades. Además, es una de las alternativas que se proveen para desarrollar los conocimientos claves en los estudiantes del DEPR; ante las situaciones de emergencia por fuerza mayor que enfrenta nuestro país.

El propósito del módulo es proveer el contenido de la materia de Cuidado de las uñas, manos y pies para las primeras diez semanas del nuevo año escolar. Es una herramienta de trabajo que les ayudará a desarrollar conceptos y destrezas en los estudiantes para mejorar su aprovechamiento académico. Al seleccionar esta alternativa de enseñanza, deberás velar que los estudiantes avancen en el módulo siguiendo el calendario de progreso establecido por semana. Es importante promover el desarrollo pleno de estos, proveyéndole herramientas que puedan apoyar su aprendizaje. Por lo que, deben diversificar los ofrecimientos con alternativas creativas de aprendizaje y evaluación de tu propia creación para reducir de manera significativa las brechas en el aprovechamiento académico.

El personal del DEPR espera que este módulo les pueda ayudar a lograr que los estudiantes progresen significativamente en su aprovechamiento académico. Esperamos que esta iniciativa les pueda ayudar a desarrollar al máximo las capacidades de nuestros estudiantes.

CALENDARIO DE PROGRESO EN EL MÓDULO

Este debe responder a las horas contacto distribuidas en el bosquejo de temas del curso

Este calendario esta creado para cubrir las primeras 10 semanas de clases. Usted lo cumplimenta de acuerdo con las semanas que trabajará las lecciones de la unidad o unidades que está cubriendo.

SEMANA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	Lección 1 Anatomía y fisiología de manos y pies	Lección 1 Anatomía y fisiología de manos y pies	Lección 1 Anatomía y fisiología de manos y pies	Lección 1 Anatomía y fisiología de manos y pies	Lección 1 Anatomía y fisiología de manos y pies
2	Lección 2 Estructura de la uña				
3	Lección 3 Enfermedades , trastornos y condiciones de las uñas	Lección 3 Enfermedades , trastornos y condiciones de las uñas	Lección 3 Enfermedades , trastornos y condiciones de las uñas	Lección 3 Enfermedades , trastornos y condiciones de las uñas	Lección 3 Enfermedades , trastornos y condiciones de las uñas
4	Lección 4 Formas y elementos de la uña	Lección 4 Formas y elementos de la uña	Lección 4 Formas y elementos de la uña	Lección 4 Formas y elementos de la uña	Lección 5 Elementos necesarios para las uñas
5	Lección 5 Elementos necesarios para las uñas	Lección 6 Prevención de enfermedades			
6	Lección 6 Prevención de enfermedades	Lección 6 Prevención de enfermedades	Lección 6 Prevención de enfermedades	Lección 7 Consulta con el cliente	Lección 7 Consulta con el cliente
7	Lección 7 Consulta con el cliente	Lección 8 Manicura básica			
8	Lección 8 Manicura básica				
9	Lección 8 Manicura básica	Lección 8 Manicura básica	Lección 9 Pedicura básica	Lección 9 Pedicura básica	Lección 9 Pedicura básica
10	Lección 9 Pedicura básica				

CUIDADO DE LAS UÑAS, MANOS Y PIES

Lección 1: Anatomía y Fisiología de Manos y Pies

Estándares y expectativas: El estudiante deberá reconocer los efectos destructivos de las enfermedades y condiciones de la uña, así como métodos y alternativas a utilizar, a través del conocimiento de productos disponibles para su cuidado y embellecimiento.

Instrucciones

Lea cuidadosamente el siguiente material y luego contesta las preguntas asignadas para la lección.

Apertura

Conocer la teoría acerca de las uñas naturales los llevará a relacionar la manera más adecuada.

Importancia del estudio de la anatomía y fisiología

Debido a que la cosmetología es una de entre las últimas pocas profesiones que se permite entrar en contacto físico con el cliente, tienes la responsabilidad de conocer y comprender el cuerpo humano y sus funciones. Para llegar a tener un buen criterio a la hora de proporcionar servicios en los que sea preciso entrar en contacto físico directo con tu cliente. El conocimiento del cuerpo humano y sus sistemas te proporcionará la base que necesitas para mejorar la calidad de los servicios del cuidado del cabello, uñas y piel. El interés principal de los cosmetólogos se centra en los músculos, nervios, sistema circulatorio y huesos de la cabeza, cara, cuello, brazos y manos.

Como profesional de la belleza, una visión general de la anatomía y la fisiología del cuerpo le permitirá:

- Comprender el funcionamiento integral del cuerpo humano como una unidad integrada.
- Reconocer cambios que se apartan de lo normal.
- Proporcionar servicios de manicura y pedicura seguros y efectivos, respaldado por su conocimiento de los nervios de la mano, el pie, los huesos y la estructura muscular.

- Crear servicios personalizados para el cuidado de las uñas que mejore la forma de las manos o los pies de su cliente.
- Efectuar manipulaciones que involucren las manos, antebrazos, pies y parte inferior de las piernas con seguridad y eficacia gracias a su conocimiento de los huesos, los músculos, los nervios y la circulación sanguínea.

La **anatomía** es el estudio de las estructuras del cuerpo humano que pueden observarse a simple vista y sus componentes. Es la ciencia que estudia la estructura de los organismos o de sus partes.

La **fisiología** es el estudio de las funciones y las actividades que desempeñan.

La **histología** es el estudio de las estructuras minúsculas que forman los tejidos vivos, es decir, la anatomía microscópica.

Para entender la anatomía y fisiología debes conocer primero los conceptos preliminares del cuerpo humano que son:

Células – Tejidos – Órganos – Sistemas

Terminología importante de anatomía y fisiología

Células – La célula es la unidad mínima de la materia viviente.

Tejidos – Grupos de células de una misma clase forma tejidos. En el cuerpo humano existen cuatro clases principales de tejidos: **Tejido Epitelial, Tejido Conectivo, Tejido Nervioso y Tejido Muscular.**

Órganos – Los órganos son estructuras separadas que realizan funciones específicas. Consta de dos o más tejidos diferentes. Los órganos más importantes son: *El cerebro, los ojos, el corazón, los pulmones, el estómago y los intestinos, el hígado, los riñones y la piel.*

Sistemas del Cuerpo – Un sistema es un grupo de estructuras corporales y/o órganos que, juntos, realizan una o más funciones vitales del organismo. *Los sistemas del cuerpo son los siguientes: Circulatorio, Respiratorio, Muscular, Reproductor, Óseo, Nervioso, Integumentario, Excretor, Digestivo y Endocrino.*

Sistema Óseo (esqueletal, esquelético o aparato locomotor) – Es el apoyo físico del cuerpo humano, el esqueleto, consta de 206 huesos que tienen diferentes formas y tamaños. Cada uno de ellos está unido a otros en puntos o articulaciones móviles o fijas. La **articulación** es el punto donde se encuentran dos o más huesos. La **Osteología** es

el estudio de los huesos. Los huesos se describen como; **huesos largos** (brazos y piernas), **huesos planos** (cráneo) y **huesos irregulares** (muñeca, tobillo o columna vertebral). El hueso es la estructura más dura del cuerpo humano y en su composición hay 2/3 de sustancias minerales y 1/3 de materia orgánica. Algunas de las funciones del esqueleto son las siguientes:

- Sirve de apoyo para el cuerpo y le da forma y fuerza
- Sirve de para rodear y proteger los órganos internos
- Sirve de apoyo y sujeción para los músculos
- Permite los movimientos del cuerpo

Sistema Muscular – En el cuerpo humano existen más de 600 músculos grandes y pequeños que son responsables del 40% del peso del cuerpo. Los músculos se componen de tejido fibroso que tiene la propiedad de contraerse cuando se estimulan como consecuencia de los mensajes enviados para el sistema nervioso para producir el movimiento. La **miología** es el estudio de la estructura, función y enfermedades de los músculos. Existen tres tipos de tejido muscular:

- **Músculos voluntarios** o de fibra estriada cuya contracción responde a las órdenes reguladas por su voluntad propia.
- **Músculos involuntarios** o de fibra lisa cuya contracción es involuntaria y responde de forma automática para controlar diversas funciones del cuerpo que incluyen las de los órganos internos.
- **Músculo cardíaco** es el músculo que forma el corazón y es el único músculo de esta clase que hay en el cuerpo humano. Este músculo es robusto y funciona involuntariamente.

Un músculo está dividido en tres partes. El **origen** es la parte que no se mueve; está unida al esqueleto. El **vientre** es la zona media del músculo. La **inserción** es la parte ubicada en la unión más móvil con el esqueleto. La presión que se ejerce durante un masaje por lo regular debe dirigirse desde la **inserción** hacia el **origen**. El interés principal del cosmetólogo se centrará en los músculos de fibra estriada de la cabeza, cara, cuello, brazos y manos. El tejido muscular se puede estimular mediante:

- Masajes (manuales o con un vibrador eléctrico)
- Corriente eléctrica (de alta frecuencia o farádica)
- Rayos de luz (rayos infrarrojos o ultravioletas)
- Rayos de calor (lámparas de calor o cofias calefactoras)
- Calor húmedo (vaporizadores o toallas de vapor moderadamente caliente)
- Impulsos nerviosos (a través del sistema nervioso)
- Sustancias químicas (ciertos ácidos y sales)



Sistema Nervioso – El sistema nervioso es un sistema altamente organizado, responsable de coordinar las numerosas actividades del cuerpo. Cada pulgada cuadrada del cuerpo humano contiene fibras finas llamadas *nervios*. Entender cómo funcionan los nervios lo ayudará a realizar masajes en forma más competente y a entender los efectos de estos tratamientos en el cuerpo en su totalidad. Los principales componentes del sistema nervioso son el cerebro, la médula espinal y los nervios. El sistema nervioso se divide en dos categorías principales:

- **Sistema nervioso central o cerebroespinal** – Está formado por el cerebro y la médula espinal y controla el estado de conciencia y todas las actividades mentales, las funciones voluntarias de los cinco sentidos y las acciones de los músculos voluntarios, incluidos los movimientos corporales y las expresiones faciales.
- **Sistemas nerviosos periférico** – Conecta todas las partes periféricas (exteriores) del cuerpo, como los músculos y las glándulas, al sistema nervioso central. Tiene nervios sensoriales y motores. Su función es transportar impulsos o mensajes desde y hacia el sistema nervioso central.

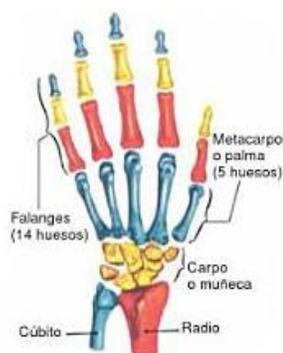
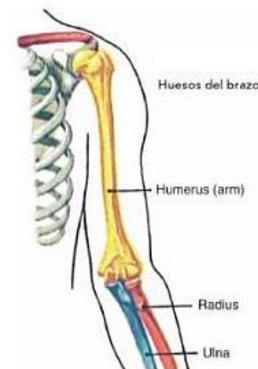
Huesos del brazo y la mano

Los huesos importantes de los hombros, los brazos y las manos que usted debe conocer son los siguientes:

Húmero – Es el hueso superior y más largo del brazo que se extiende desde el codo hasta el hombro.

Cúbito – Es el hueso interno más largo del antebrazo (parte inferior del brazo), unido a la muñeca y situado de lado del dedo meñique.

Radio – Es el hueso pequeño del antebrazo (parte inferior del brazo) que se encuentra del lado del pulgar.



Carpó – La muñeca; articulación flexible formada por un grupo de ocho huesos pequeños e irregulares (huesos carpianos) unidos por ligamentos.

Metacarpo – Huesos de la palma de la mano; la parte de la mano formada por cinco huesos que se ubican entre el carpó y las falanges.

Falanges – Huesos de los dedos o **dígitos** (también los dedos de los pies) formados por tres huesos cada dedo y dos en cada pulgar; en total están formados por 14 huesos.

Huesos de la pierna y el pie



El **fémur** es un hueso largo y pesado que da forma a la pierda de la rodilla para arriba.

La **tibia** es el hueso más grande de los dos que forman la pierna de la rodilla para abajo. La tibia se puede visualizar como una “protuberancia” de la cara de la interna del tobillo.

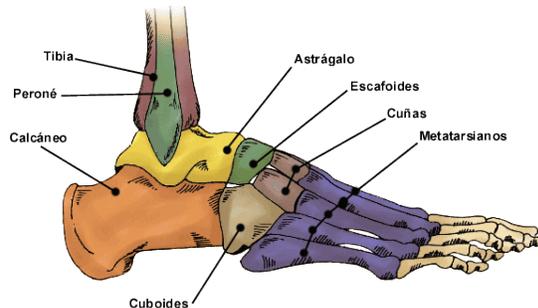
El **peroné** es el más pequeño de los dos huesos que forman la pierna de la rodilla para abajo. El peroné se puede visualizar como una “protuberancia” de la rodilla para abajo.

La **rótula**, también llamada hueso accesorio, formada por la articulación rótulo femoral.

La articulación del tobillo está formada por tres huesos; la tibia, el peroné. Y el **astrágalo** o hueso del tobillo forman la articulación del tobillo.

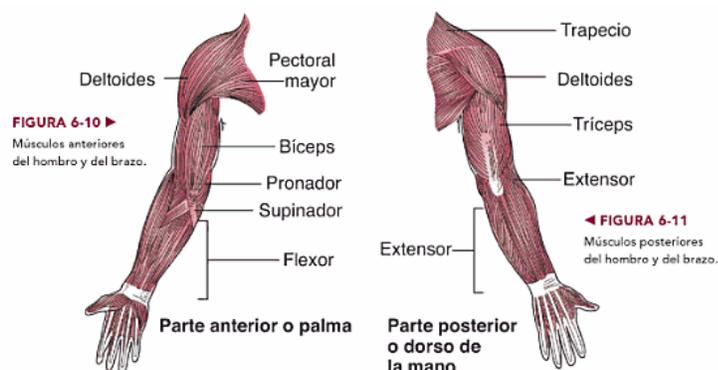
El pie está formado por 26 huesos. Estos pueden subdividirse en tres categorías generales; siete huesos **tarsales** (astrágalo, calcáneo, navicular, tres huesos cuneiformes –cuñas- y el cuboides); cinco huesos **metatarsales** que son largos y delgados como los huesos metacarpianos de la mano, y 14 huesos llamados falanges que forman los dedos del pie.

Las falanges son similares a los huesos de los dedos de las manos. Cada dedo del pie tiene tres falanges, a excepción del dedo gordo que solo tiene dos.



Músculos del hombro, del brazo y la mano

Existen tres músculos principales de los hombros y la parte superior del brazo:



Bíceps – Es el músculo que forma el contorno del lado frontal e interno de la parte superior del brazo.; levanta el antebrazo y flexiona el codo.

Deltoides – Es un músculo grande y triangular que cubre la articulación del hombro y permite extender el brazo hacia fuera y hacia los costados del cuerpo.

Tríceps – Músculo grande que cubre por completo la parte posterior del brazo y que tiene la función de extender el ante brazo.

El antebrazo está formado por una serie de músculos y tendones fuertes. Como cosmetólogo, deberá conocer las siguientes:

Extensores – Músculos que enderezan la muñeca y los dedos para forma una línea recta.

Flexores – Músculos extensores de la muñeca que permiten doblarla.

Pronadores – Músculos que giran la mano hacia dentro de manera que la palma se dirija hacia abajo.

Supinador – Músculo del antebrazo que gira el radio hacia afuera y la palma hacia arriba.

La mano es una de las partes más complejas del cuerpo. Está formada por numerosos músculos pequeños que se superponen entre una y otra articulación y le brindan flexibilidad además de fuerza para abrir y cerrar lama y los dedos. Es importante conocer los siguientes:

Abductores – músculos que separan los dedos.

Aductores – músculos que unen los dedos y que están ubicados en la base de cada dedo.



Músculos de la parte inferior de la pierna y el pie

Como profesional, usted podrá aplicar sus conocimientos sobre los músculos del pie y la pierna durante una sesión de pedicura. Los músculos del pie son pequeños y ofrecen soporte y amortiguación al pie y a la pierna.

El **extensor largo de los dedos** dobla el pie hacia arriba y controla la extensión de los dedos.

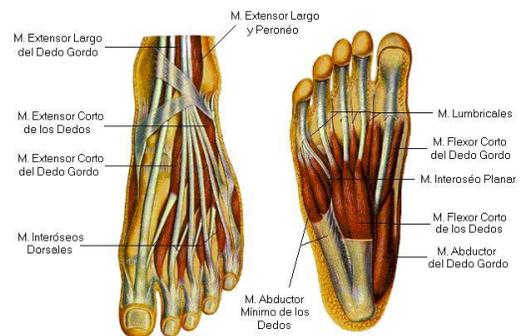
El **tibial anterior** cubre el frente de la espinilla o canilla. Flexiona el pie hacia arriba y hacia adentro.

El **perneó largo** cubre el lado exterior de la pantorrilla y tiene la función de invertir el pie hacia abajo y girarlo hacia fuera.

El **gemelo** está unido a la superficie inferior posterior del talón y tira el pie hacia abajo.

El **sóleo** se origina en la parte superior del peroné y permite doblar el pie hacia abajo.

Los músculos del pie incluyen el **extensor corto de los dedos**, el **aductor del dedo gordo**, el **flexor corto de los dedos** y el **abductor**. Los músculos del pie mueven los dedos y ayudan a conservar el equilibrio al caminar y estar de pie.



Nervios de la mano y el brazo

Los principales nervios que inervan las partes superficiales del brazo y la mano son:

El **nervio digital** (sensorial-motor) y sus ramificaciones alimentan los dedos de la mano.

El **nervio radial** (sensorial-motor) y sus ramificaciones se distribuyen por el brazo del lado del dedo pulgar y el dorso de la mano.

El **nervio mediano** (sensorial-motor) es un nervio más pequeño que los nervios cubital y radial y sus ramificaciones se distribuyen en el brazo y la mano.

El **nervio cubital** (sensorial-motor) se distribuye con sus ramificaciones en el brazo del lado del meñique y la palma de la mano.



Nervios de la parte inferior de la pierna y el pie

El **nervio tibial**, una división del nervio ciático, pasa por detrás de la rodilla. Luego se subdivide y envía impulsos a la rodilla, los músculos de la pantorrilla, la piel de la pierna y de la planta del pie, el talón y la parte inferior de los dedos.

El **nervio peroneo común** también es una división del nervio ciático; se extiende desde la parte posterior de la rodilla para rodear la cabeza del peroné hasta la parte anterior de la pierna en donde se bifurca en dos ramas. El **nervio peroneo profundo**, también llamado **nervio tibial anterior**, se extiende en forma descendente por la parte anterior de la pierna detrás de los músculos. Envía impulsos a estos músculos y también a los músculos y a la piel de la parte superior del pie a los lados adyacentes del primer y segundo dedo del pie. El **nervio peroneo superficial**, también conocido como **nervio músculo-cutáneo**, se extiende en forma descendente por la pierna justo debajo de la piel, envía impulso a los músculos y la piel de la pierna, a la piel



y a los dedos por la parte superior del pie, donde se conoce como nervio dorsal o ***nervio cutáneo dorsal***.

El ***nervio safeno*** envía impulsos a la piel del lado interno de la pierna y del pie.

El ***nervio sural*** envía impulsos a la piel del costado externo y de la parte posterior del pie y de la pierna.

El ***nervio dorsal*** envía impulsos a la piel de la parte superior del pie.

Evaluación de la Lección 1:

Contesta las preguntas y/o escoge la contestación correcta:

1. ¿Por qué es tan importante el estudio de la anatomía y la fisiología en la capacitación de un cosmetólogo?

2. ¿Cómo se aplica el estudio de la anatomía y fisiología al servicio de cuidado de las manos y los pies?

3. ¿Cuál es la unidad mínima de todo ser viviente?
 - a. Átomo
 - b. Célula
 - c. Sangre
 - d. Bacteria

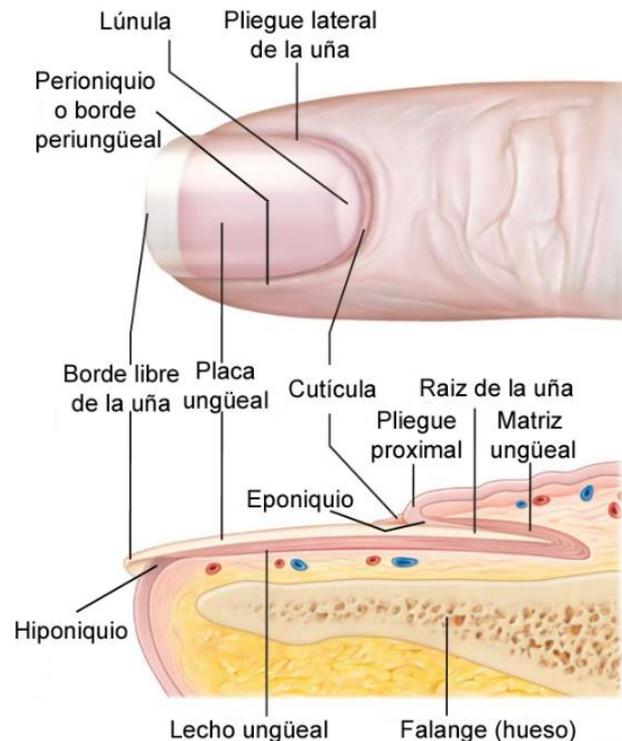
4. La presión que se ejerce durante el masaje suele realizarse desde:
 - a. el vientre hacia el origen
 - b. la inserción hacia el origen
 - c. el vientre hacia la inserción
 - d. el origen hacia la inserción

Lección 2: Estructura de la uña

Al igual que el cabello, la **uña** es un apéndice de la piel. El nombre técnico de la uña es **ónix**. Tal como la piedra semi-preciosa del mismo nombre. El estudio de la estructura y el crecimiento de las uñas se llama **oncología**.

La estructura de la uña se divide en 13 partes.

1. **Borde libre** es la parte de la uña que se extiende más allá de donde termina el dedo y protege las puntas de los dedos de las manos y los pies.
2. **Cuerpo (lámina) de la uña** es el área visible de la uña desde la raíz hasta el borde libre. Se compone de capas, y no tiene nervios o vasos sanguíneos.
3. **Paredes** son pliegues de piel en cada lado del surco de la uña.
4. **Lúnula** es el área en forma de media luna que se encuentran en la base de la uña, que parece blanca debido a un reflejo de la luz en la punta, donde se unen la matriz y el lecho de la uña.
5. **Eponiquio** es la cutícula que sobresale parcialmente de la lúnula e la base de la uña.
6. **Cutícula** es la piel suelta y flexible que sobresale alrededor de la uña.
7. **Matriz de la uña** es el tejido activo que produce células, las cuales se endurecen según se mueven hacia afuera desde la raíz hacia la uña.
8. **Raíz de la uña** está pegada a la matriz en la base de la uña, debajo de la piel y sobre el manto.
9. **Manto** es la estructura en forma de bolsillo que aguanta la raíz y la matriz de la uña.



10. **Lecho de la uña** es el área en el cual descansa el cuerpo o lámina de la uña. Los nervios y vasos sanguíneos en esta área nutren la uña.
11. **Surcos de la uña** son las ranuras en cada lado de la uña en los cuales la uña se mueve según va creciendo.
12. **Perioniquio** es la piel que toca, solapa, y rodea la uña.
13. **Hiponiquio** es la piel debajo del borde libre de la uña.

Crecimiento de la uña

Al igual que el cabello, la uña está compuesta de proteína queratina (endurecida). Aunque la proteína de la uña es mucho más dura que la proteína del cabello, su crecimiento es similar al del cabello. Ya sabes que el cabello crece a partir de una estructura similar a un bolsillo denominada folículo, que se origina de una hilera de células que se reproducen, denominada matriz germinal. A medida que estas células se multiplican, son empujadas hacia arriba y se queratinizan para formar las capas del cabello (cutícula, corteza, medula). Cuando el cabello llega a la superficie de la piel, se endurece y adopta la forma de cabello. Lo mismo ocurre con las uñas.

El crecimiento de las uñas se origina a partir de tejido activo denominado matriz, se encuentran en el manto de la uña. La matriz contiene linfa, vasos sanguíneos y nervios que crean células, que son empujadas hacia afuera desde la raíz de uña. Estas células se queratinizan (endurecen) a medida que continúan avanzando hacia el cuerpo de la uña (lámina) y se endurecen por completo al llegar al eponiquio. Estas células endurecen forman el cuerpo de la uña (lámina) visible que forman una curva en los lados y se extiende por las ranuras que se encuentran a cada lado de la uña, denominados surcos de la uña. La lámina de la uña puede ser delgada, normal o gruesa, según la velocidad en que se reproducen las células en la matriz. En circunstancias normales, el crecimiento de una nueva lámina de la uña demora alrededor de cuatro a seis meses. El lecho de la uña sobre el que se apoya el cuerpo de la uña (lámina) contiene muchos nervios y vasos sanguíneos que nutren la uña constantemente.

En los adultos, las uñas crecen a una velocidad promedio de 1/8 pulgadas (0.35 cm) por mes. Las uñas crecen más rápidamente en las personas más jóvenes debido a que la reproducción celular general se produce a una mayor velocidad. Por lo tanto, a medida que envejecemos, el crecimiento de las uñas se produce más lentamente.

El crecimiento de las uñas es más rápido en verano que en invierno, puede verse afectado por la nutrición, la salud o las enfermedades. La uña del dedo pulgar es la que crece más lentamente, mientras que la uña del dedo mayor es la que crece más rápidamente. Las uñas de los pies son más duras y gruesas que las uñas de las manos, pero crecen más lentamente.

Las lesiones en las uñas pueden producir distorsiones de la forma o cambios de color en las uñas. La mayoría de las lesiones en la uña son menores, y distorsiones y/o cambio de color resultantes son temporales. Se pueden producir distorsiones permanentes cuando: Se pierde una uña debido a un trauma, sin protección de la lámina de la uña, se lesionan el lecho de la uña o la matriz. Se pierde una uña a través de una enfermedad o infección. En estas circunstancias, la uña que vuelve a crecer a menudo tiene una forma distorsionada.

Evaluación de la lección 2:

Contesta las preguntas y/o escoge la contestación correcta:

1. Menciona las partes de las uñas. (13)

2. La finalidad principal del borde libre de la uña consiste en:
- Conservar la humedad de la uña
 - Proteger la punta de los dedos de la mano o de los pies
 - Proteger las glándulas sebáceas
 - Embellecer la punta del dedo
3. De qué otra forma se puede denominar al cuerpo de la uña:
- Lecho de la uña
 - Lámina de la uña
 - Superficie de la uña
 - Paredes de la uña
4. La parte de la uña que se extiende más allá de donde termina el dedo se llama:
- Borde libre
 - Cutícula
 - Lúnula
 - Paredes de la uña
5. Junto a la base de la uña, debajo de la piel y dentro del manto esta:
- El hiponiquio
 - El perioniquio
 - El borde libre
 - La matriz
6. La lúnula es la media luna en la base de la uña que tiene aspecto blanco debido a una reflexión de luz en el lugar donde:
- Se unen los surcos de la uña con el perioniquio
 - Se une la raíz de la uña con la cutícula
 - Se une la matriz de la uña con el lecho de la uña
 - Se une la pared de la uña con los curcos de la uña

7. El tejido activo que produce células que se endurecen según se mueven hacia afuera desde la raíz hacia la uña se llama:
- Eponiquio
 - Matriz de la uña
 - Manto de la uña
 - Lámina de la uña
8. ¿Cuál es el nombre técnico de la uña?
- Ónix
 - Cutícula
 - Manto
 - Lúnula
9. ¿Cuál es la cutícula que sobresale de la lúnula en la base de la uña?
- El perioniquio
 - El hiponiquio
 - El eponiquio
 - El manto
10. ¿Cuál es la estructura en forma de bolsillo que sostiene la raíz de la uña?
- Surco de la uña
 - Manto
 - Lúnula
 - Ónix
11. La piel suelta y flexible que sobresale alrededor de la uña es:
- El eponiquio
 - La leuconiquia
 - La cutícula
 - La pared de la uña
12. Los pliegues de piel en cada lado del surco de la uña se llaman
- Lámina de la uña
 - Lecho de la uña
 - Paredes de la uña
 - Perioniquio

13. La piel debajo del borde libre de la uña es:
- La lúnula
 - El eponiquio
 - El hiponiquio
 - La raíz de la uña
14. La uña está compuesta de una proteína endurecida llamada:
- Queratina
 - Ónix
 - Lúnula
 - Glucosa
15. ¿Cuál es la estación del año en la que la uña tiende a crecer más?
- Otoño
 - Invierno
 - Primavera
 - Verano
16. Bajo circunstancias normales, el crecimiento de una nueva lámina en una tarda aproximadamente:
- 2 semanas
 - 1 año
 - 2 año
 - De 4 a 6 meses
17. ¿Cuál es el crecimiento promedio de las uñas en los adultos?
- 1/16 de pulgadas por mes
 - 1/8 de pulgadas por mes
 - 1/3 de pulgadas por mes
 - ¼ de pulgadas por mes
18. Las ranuras en cada lado de la uña en las cuales se mueve según va creciendo se llama:
- Surcos de la uña
 - Raíz de la uña
 - Matriz de la uña
 - Lámina de la uña

Lección 3: Enfermedades, trastornos y condiciones de las uñas

Estándares y expectativas

El estudiante deberá reconocer los efectos destructivos de las enfermedades y condiciones de la uña, así como métodos y alternativas a utilizar, a través del conocimiento de productos disponibles para su cuidado y embellecimiento.

Instrucciones:

Lea cuidadosamente el siguiente material y luego contesta las preguntas asignadas para la lección.

Apertura

Conocer las enfermedades y los trastornos y condiciones de las uñas naturales los llevará a relacionar la manera más adecuada.

Teoría de las enfermedades, trastornos y condiciones de las uñas

Cualquier enfermedad, trastorno o condición de la uña se denomina onicosis. Si hay una enfermedad presente no se puede llevar a cabo ningún tratamiento de uñas; se debe referir al cliente a un médico. Si existe un trastorno, los tratamientos de uñas se deben realizar con cuidado; es posible que el cliente desee consultar a un médico para obtener ayuda e información. Si existe una condición se puede llevar a cabo tratamientos de uñas y la condición deberían mejorar con el uso de las técnicas y los productos correctos o con una mejor nutrición.

Un estudio de onicosis tiene en cuenta cuatro fases.

1. Identificación de la enfermedad el trastorno o la condición.
 - a. Causas sistémicas (se refieren a todo el sistema) son internas. Están relacionadas con enfermedades, la nutrición o causas hereditarias.
 - b. Causas ambientales incluyen los tratamientos de uñas o los productos que han alterado negativamente la piel o la uña.
 - c. Causas relacionadas con una enfermedad consistente en una invasión de la piel o los tejidos de las uñas por agente como bacteria u hongos. Estos son contagiosos y se transmiten por el contacto.

2. Etiología o la causa de la enfermedad, el trastorno o la condición.
3. El diagnóstico la identificación de una onicosis por los síntomas y la prognosis, el pronóstico de recuperación.
4. Tratamientos realizados en el salón.
 - a. Productos usados y recomendados para cuidados en el hogar
 - b. Técnicas usadas y enseñadas al cliente.

Examen de las manos y de las uñas

Para descubrir problemas asociados con las manos, las uñas o el crecimiento de las uñas, comienza con un examen de las manos y las uñas. Existen seis signos de infección en las uñas y las manos: dolor, hinchazón, enrojecimiento, fiebre local, dolor pulsátil y pus. Una uña saludable es lisa, curva y no tiene surcos ni estrías onduladas. Es flexible, translúcida y color rosada.

Antes de realizar un examen debes lavar y desinfectar las manos de tu cliente y las tuyas. Luego, toma las manos del cliente y dales vueltas para observarlas por ambos lados:

- ⊙ Temperatura de la piel (una temperatura baja puede indicar mala circulación; una temperatura alta puede indicar infección).
- ⊙ Textura/suavidad de la piel (puede indicar falta de humedad). Inflamación/ enrojecimiento de las manos o las uñas (puede indicar falta de humedad/ posibles enfermedades o trastornos).
- ⊙ Color/condición del lecho de la uña (puede identificar lesiones visibles, enfermedades y/o indicar mala circulación).
- ⊙ Condición y largo del borde libre (puede identificar a la persona que se muerde o se hurga las uñas).
- ⊙ Dolor o rigidez en las articulaciones (puede ser necesario aplicar técnicas especiales de masajes).
- ⊙ Forma y grosor de la lámina de la uña (indica como limarlas adecuadamente).

Nota importante.

Algunas irregularidades de las uñas (a menudo relacionadas con una enfermedad) se deben referir a un médico para su diagnóstico o tratamiento de uñas hasta que la condición se cure.

Enfermedades de las uñas

Antes de realizar tratamientos de uñas a los clientes con enfermedades se deben de referir a un médico para que este les brinde algún tratamiento.

- ⊙ La **onicosis** o tiña ungueal o unguis es la culebrilla de la uña.
- ⊙ La **tiña de las manos** (tinea manus) es la culebrilla de la mano.
- ⊙ La **tiña de los pies** es el “pies de atleta” o culebrilla de los pies.
- ⊙ La **paroniquia o panadizo** es la inflamación de la piel alrededor de la uña.
- ⊙ La **onicoptosis** se refiere al desprendimiento o la caída de las uñas.
- ⊙ La **oniquia** es la inflamación de la matriz de la uña.
- ⊙ La **onicatrofia** es atrofiada de la uña o el desgaste de la uña.

Trastornos de las uñas

- ⊙ Las **uñas azules** aparecen más azuladas.
- ⊙ Las **uñas tipo cascara de huevo** son uñas muy delgadas y blandas.
- ⊙ Las **corrugaciones** son estrías onduladas horizontales en la uña.
- ⊙ La **coiloniquia** o uñas de cuchara son uñas con forma cóncava.
- ⊙ Las **depresiones** son líneas verticales hendidas a lo largo de la lámina de la uña.
- ⊙ La **onicogriposis**, también denominada “garras”, representa un aumento de la curvatura de las uñas.
- ⊙ La **onicocriptosis** son uñas encarnadas.
- ⊙ La **onicosis o hipertrofia** es el engrosamiento de la lámina de la uña o un crecimiento anormal de la uña.

Condiciones de las uñas

- ⊙ Las **cutículas divididas** (padrastrós) se producen cuando se cuarteán las cutículas; la piel suelta se separa parciamente de la cutícula.
- ⊙ Las **uñas contusionadas** (también denominadas hemorragias lineales subungueales) presentan marcas oscuras color púrpura debajo de la uña.
- ⊙ La **leuconiquia** se refiere a manchas blancas que aparecen en la uña.
- ⊙ **Pterigión o pterión unguis** se refiere al crecimiento excesivo de las cutículas.

- ⊙ La **onicofagia** se refiere a las ungas mordidas.
- ⊙ La **onicorrexia** se refiere a las ungas partidas o frágiles.

Problemas de pigmentación

El cambio de color de la uña puede indicar la existencia de problemas serios en el lecho de la uña o en la lámina de la uña. La condición de las manos y las ungas a menudo indicara la salud corporal general.

Nota:

Los hongos o moho de las ungas provocan el cambio de color de las ungas y son parásitos vegetales muy contagiosos que se propagan fácilmente.

Evaluación de la lección 3:

Escoge la contestación correcta:

1. ¿En qué parte de la uña los daños pueden causar distorsiones permanentes?
 - a. El perioniquio
 - b. La matriz o el lecho de la uña
 - c. El borde libre
 - d. El eponiquio

2. Cual enfermedad, trastorno o condición de la uña se llama
 - a. Onicomycosis
 - b. Onicatrofia
 - c. Etiología
 - d. Onicosis

3. Si existen enfermedades en las uñas:
 - a. Haz un tratamiento con aceite caliente
 - b. Envía a tu cliente al medico
 - c. Realiza tratamientos de desinfección adicionales
 - d. Realiza los procedimientos a seguir en caso de corte o herida con sangre

4. Una uña saludable es lisa, curva, translúcida, rosada y:
 - a. No tiene surcos ni estrías onduladas
 - b. Es ligeramente opaca
 - c. Esta afilada profundamente en las equinas
 - d. Tiene surcos o estrías onduladas

5. El nombre técnico para la enfermedad que se conoce como culebrilla de la uña (tiña ungueal) es:
 - a. Tiña de las manos
 - b. Tiña de los pies
 - c. Onicomycosis
 - d. Paroniquia

6. ¿Qué enfermedad puede surgir si se infecta un padraastro?
 - a. Paroniquia
 - b. Tiña de las manos
 - c. Tiña de los pies
 - d. Oniquia

7. La tiña de los pies se manifiesta con picazón y peladura de la piel y debes:
 - a. Tratar la enfermedad de inmediato en jugando con agua caliente
 - b. Tratar la enfermedad con servicio de pedicura
 - c. Remitir al cliente a un medico
 - d. Humedecer con antiséptico y luego secar bien

8. La mala circulación puede dar lugar a un trastorno denominado:
 - a. Oniquia
 - b. Corrugaciones
 - c. Uñas azules
 - d. Depresiones

9. La oniquia es una inflamación de
 - a. El eponiquio
 - b. La matriz de la uña
 - c. Las paredes de la uña
 - d. La cutícula

10. Las líneas verticales a lo largo de la lámina de la uña que pueden originarse por una enfermedad o lesión se denominan:
 - a. Raíces
 - b. Surcos
 - c. Corrugaciones
 - d. Depresiones

11. Las enfermedades prolongadas o sistémica, o los trastornos nerviosos pueden causar:
 - a. Uñas de cuchara
 - b. Depresiones
 - c. Padrastrros
 - d. Uñas encarnadas

12. El trastorno en el cual la uña crece hacia adentro del borde del surco y hace que la uña del pie se encarne se llama:
 - a. Onicocriptosis
 - b. Onicogriptosis
 - c. Onicosis
 - d. Leuconiquia

13. ¿Qué puedes hacer para nivelar la superficie de las uñas con estrías?
- Usar más esmalte para rellenar las estrías
 - Pulir la uña ligeramente antes de aplicar una capa de base
 - Ablanar las estrías aplicando aceite antes del esmalte para uñas
 - Minimizar la apariencia de las estrías aplicando un esmalte para uñas oscuro
14. Recortar las uñas de los pies en forma recta puede ayudar a evitar:
- Las uñas rotas
 - Las uñas partidas
 - Las uñas encarnadas
 - Las uñas ásperas
15. Los puntos blancos pequeños que aparecen en la uña debido a una lesión por la cual se produce una pequeña separación entre la uña y el lecho de la uña se denominan:
- Leuconiquia
 - Uñas azules
 - Uñas contusionadas
 - Cutículas divididas
16. Cutículas divididas es otro nombre para:
- Uñas contusionadas
 - Padrastrós
 - Garras
 - Uñas finas
17. ¿Qué condición se produce cuando la cutícula está muy reseca y se raja?
- Padrastrós
 - Matriz
 - Leuconiquia
 - Tiña
18. Las cutículas sobrecrecidas se denominan:
- Onicofagia
 - Cutículas divididas
 - Leuconiquia
 - Pterigión ungueal
19. Otro nombre para onicosis (crecimiento anormal en la uña) es:
- Pterigión ungueal
 - Cutículas divididas
 - Hipertrofia
 - Padrastrós

20. Cuando la lámina de la uña se pone gruesa o cuando hay un crecimiento anormal en la uña, el trastorno se denomina:
- Tña de las manos
 - Oniquia
 - Onicosis
 - Pterigi3n ungueal
21. ¿Cuál ser3a la respuesta correcta si tu cliente llega para hacerse un servicio de manicura y presenta signos de onicofagia?
- Niégate a prestar el servicio de manicura
 - Env3a el cliente a un medico
 - ofrécele realizar un servicio de manicura semanalmente y aplica esmalte
 - Reprende a tu cliente
22. El limado inadecuado, las lesiones o el contacto con productos qu3micos fuertes pueden causar:
- Padrastr0s
 - Uñas partidas
 - Hongos
 - Uñas contusionadas
23. ¿Cuál de los siguientes trastornos es causado por habito nervioso?
- Onicorrexix
 - Onicofagia
 - Onicogriptosis
 - Onicosis
24. ¿Cuál es la condici3n de la uña que puede manifestarse mediante una descoloraci3n amarilla que se torna negra y comienza a tener mal olor?
- Hongos de las uñas
 - Contusiones
 - Onirrexix
 - Problema de pigmentaci3n
25. Onicorrexix es un t3rmino que hace referencia a
- Uñas contusionadas
 - Uñas partidas o frágiles
 - Problemas de pigmentaci3n
 - Uñas mordidas

26. ¿Cuál es el término que hace referencia a las uñas mordidas o comidas?

- a. Onicofagia
- b. Cutículas divididas
- c. Coiloniquia
- d. Corrugaciones

27. Si descubres uñas con hongos en las manos o los pies de tu cliente debes:

- a. Desinfectar todo el salón
- b. Enviar cliente a un medico
- c. Pedirle al cliente que se lave con jabón antibacteriano
- d. Sumergirle las manos en solución desinfectante

Lección 4: Formas y elementos de las uñas

Estándares y expectativas

El estudiante deberá reconocer el cuidado de las uñas naturales, su forma y su prevención de infección.

Instrucciones:

Lea cuidadosamente el siguiente material y luego contesta las preguntas asignadas para la lección.

Apertura

Conocer el cuidado de las uñas naturales.

El cuidado de las uñas naturales

El cuidado de las uñas, como el diseño del cabello, es una ciencia, un tratamiento y un arte. El cuidado de las uñas puede ser un tratamiento “adicional” que ofrece a tu cliente o puede ser una especialidad muy creativa. Los especialistas en uñas se denominan técnicos de uñas.

Dado que las mujeres integran una parte de la fuerza laboral en constante crecimiento, cada vez es más importante que las manos de una mujer siempre se vean mejor. También los hombres se arreglan las manos. Ya que un hombre bien vestido y con las uñas mordidas no se ve bien por eso ellos se arreglan también las manos. Todas las personas, al menos al principio son juzgados por su apariencia.

El propósito del tratamiento de uñas es mejorar el aspecto de las, manos y en particular de las uñas. Un buen tratamiento de uñas completa la imagen que comienza con un cabello y una piel de aspecto excelente y una vestimenta cuidadosamente seleccionada.

Formas de uñas

Si bien las uñas crecen con diferentes formas y tamaños, desde convexas a cóncavas, anchas a angostas, redondas a angulares, existen cuatro formas de uñas básicas: puntiagudas, ovaladas, redondas y cuadradas. Por lo general, cuanto más cuadrada sea la forma de la uña, más fuerte será la uña. Tu tarea será mejorar la forma natural de las uñas del cliente, la forma de sus dedos y el aspecto general de sus manos.

Después de la consulta con el cliente, debes preguntarle qué forma prefiere que le des a sus uñas y que color quiere. Al elegir el largo de las uñas y el color de esmalte que se le recomiende debes considerar el aspecto de la mano y de su rutina diaria. Generalmente mientras más cuadrada su forma más fuerte será la uña.

A continuación, figuran cuatro formas de uñas sobre las que puedes recomendar.



- ✎ La **uña cuadrada** o **rectangular** solo debe sobresalir ligeramente de la punta del dedo y el borde libre debe ser ligeramente redondeado. Esta forma es un corte vigoroso ya que la uña mantiene su misma anchura de extremo a extremo en todo el borde libre. Esta forma es recomendable para personas que realicen trabajos manuales.
- ✎ La **uña redonda** debe ser muy ligeramente en punta y que se extienda un poco más allá de la punta del dedo. Esta forma suele ser la más escogida entre las mujeres por su apariencia natural.
- ✎ La **uña ovalada** es una forma de unas más atractiva para la mayoría de las mujeres. Es uña cuadrada, pero con los bordes ligeramente redondeados. También es recomendable para clientes que sus manos quedan expuestas al público.
- ✎ La **uña en pico** o **en punta** es adecuada para manos que tenga el lecho de la una muy estrecho. A la uña se le da forma puntiaguda para conseguir una apariencia esbelta; de todas formas, estas uñas son más frágiles y se pueden romper fácilmente.

Evaluación de la lección 4:

Escoge la contestación correcta:

1. ¿Qué debe hacer la manicura al determinar la forma de las uñas de tu cliente?
 - a. Realizar la forma natural de la uña de su cliente
 - b. Dar forma de uñas que prefiera la manicura
 - c. Garantizar que todos los clientes se retiren del salón con uñas ovaladas
 - d. Dar forma de uñas que prefiera la manicura

2. ¿Cuál de los siguientes productos detiene el sangrado cuando se lo aplica?
 - a. Producto estiptico
 - b. Crema removedora de cutículas
 - c. Desinfectante
 - d. Acetona

3. ¿Qué tipo de forma de uña generalmente es la más fuerte?
 - a. Ovalada
 - b. Redonda
 - c. Puntiguda
 - d. Cuadrada

4. ¿Qué producto se puede usar al realizar el tratamiento de manicura para aflojar la piel muerta?
 - a. antiséptico
 - b. Crema de primeros auxilios
 - c. Crema removedora de cutículas
 - d. Acetona

5. Los hongos de las uñas son causados por:
 - a. Un virus
 - b. Morderse las uñas
 - c. un parasito vegetal contagioso
 - d. El esmalte

6. Identifique, enumere y dibuje las diferentes formas de uñas.

7. ¿Cuál es la forma moderna y resistente en la configuración de las uñas?

8. Indique los pasos continuos de la configuración de las unas naturales.

Lección 5: Elementos necesarios para los servicios de cuidado de las uñas

Estándares y expectativas

El estudiante deberá reconocer los elementos necesarios para el cuidado de las uñas.

Instrucciones:

Lea cuidadosamente el siguiente material y luego contesta las preguntas asignadas para la lección.

Apertura

Conocer los equipos necesarios para el cuidado de las uñas.

Para llevar a cabo un servicio profesional de uñas necesitas una selección de productos, utensilios y equipo. Los productos para manicura son producidos por muchos fabricantes, son desechables y tiene que ser reemplazados frecuente mente. Tiene que haber una Hojas de Información sobre la Seguridad del Material (Material Safety Data Sheets – MSDS) disponibles para todos los productos que usas en el salón. Los utensilios de manicura son las herramientas que usas con tus manos. Estas tienen que estar desinfectadas o desechadas después de cada uso. El equipo para manicura incluye el mobiliario y las provisiones necesarias para proveer un servicio profesional.

Productos para servicios de uñas

Producto	Descripción	Función
Desinfectante general	Bactericida liquido efectivo	Desinfecta las herramientas de metal y otros utensilios
Antiséptico	Producto liquido o en espuma	Reduce las bacterias, virus y hongos de la piel
Crema para primeros auxilios o Polvo estiptico	Antiséptico	Detiene la sangre cuando se aplica a una herida
Removedor de esmalte / Quitaesmalte	Acetona o producto sin acetona	Disuelve el esmalte
Bolitas o porciones de algodón	Absorbente	Se usan para aplicar el quitaesmalte y polvo en los pies, y para eliminar el esmalte del surco de las uñas
Crema removedora de cutícula	Peróxido de hidrógeno, sodio, o hidróxido de potasio	Desprende la piel muerta
Blanqueador de uñas	Aclarador o peróxido de hidrógeno de alto volumen	Elimina manchas y blanquea las uñas
Solución para remojar	Jabón líquido antibacteriano que se usa con agua tibia en un recipiente	Suaviza la piel, desaloja la suciedad, facilita el empujar la cutícula
Crema o aceite para cutículas	Humectante o emoliente	Suaviza la piel, añade humedad a las uñas quebradizas

Loción para manos	Lubricante	Suaviza la piel y ayuda en el masaje
Capa base	Esmalte sin color	Alisa la lámina de la uña, ayuda a que el esmalte se adhiera a la uña, y evita que los pigmentos penetren la lámina
Esmalte líquido	Esmalte con color	Crea un efecto de color
Capa superior o sellador	Esmalte duro transparente	Protege el esmalte de color contra peladuras y atenuación
Secador rápido	Agente secador; aerosol o esmalte	Ayuda a secar el esmalte rápidamente
Tejido restaurador	Material para reparaciones; seda, papel, fibra de vidrios	Repara las uñas partidas
Endurecedor para las uñas (Endurecedores de uñas)	Usualmente es un esmalte incoloro, aplicado antes de la capa base, puede contener fibras que refuerzan la uña	Evita que las unas se pelen y se partan

Utensilios / Materiales para Manicura

Utensilio / Material	Función
Lima de esmeril	Acorta y da forma a la uña natural y suaviza los bordes ásperos cuando se usan sus lados de papel de lijar fino y grueso
Empujador de cutícula	Empuja la cutícula; sus puntas deben usarse cuidadosamente
Palito de naranjo	Suelta la suciedad y se usa para aplicar cremas y para limpiar debajo del borde libre
Corta-cutícula	Recorta los padrastrós; Revisa las normas y regulaciones con respecto a su uso
Tijeras para uñas y cutícula	Corta las uñas o el tejido para la reparación de las uñas
Cepillo de uñas	Limpia las uñas antes de la aplicación de esmalte
Pinzas	Ayuda a levantar las cutículas desprendidas antes de recortarlas; también ayuda a aplicar varios materiales en las uñas
Pulidor en bloque	Se utiliza para aplicar aceite y suavizar las rayas de la superficie de la uña
Pulidor de tres lados	Se utiliza para dar brillo a las uñas naturales
Espátula para cosméticos	Extrae crema del tarro para ayudar a cumplir con los requisitos para la prevención de infecciones.

Cuenco para las uñas	Recipiente plástico o de vidrio que permite que las uñas se remojen durante un servicio e manicura
Toallas	Secan las unas y las manos
Recipiente desinfectante	Usado para guardar los implementos en una solución desinfectante

Equipo para Servicios de Uñas

Equipo	Función
Mesa para manicura	Facilita un lugar para desplegar todas las herramientas; es de la altura apropiada para dar comodidad; puede tener una lámpara
Banco para manicura	Permite acceso fácil a todas las herramientas y al cliente, ya que el asiento es ajustable
Silla para el cliente	Permite apoyar la espalda y da comodidad a tu cliente durante la manicura
Almohadón para manicura	Se usa para apoyar el brazo de tu cliente durante el servicio mientras las manos se sacan (se pueden utilizar toallas cuando no hay almohadón)
Recipiente para desinfectante líquido	Contiene la solución para desinfectar los utensilios.
Calentador eléctrico	Calienta la crema que se usa en servicios de uñas especializados
Recipiente de cristal	Contiene el algodón absorbente, los bastoncitos de algodón, y otros accesorios
Lámpara	Da luz al área de trabajo, especialmente para el trabajo detallado

Evaluación de la lección 5:

Escoge la contestación correcta:

1. Utensilio que acorta, da forma y suaviza los bordes ásperos de las uñas naturales se llama:
 - a. Palito de naranjo
 - b. Empujador de cutícula
 - c. Lima de esmeril
 - d. Pinza

2. ¿Qué producto se puede usar para eliminar las manchas de las uñas?
 - a. Cera de parafina
 - b. Peróxido de hidrogeno
 - c. loción de manos
 - d. Crema de cutícula

3. El esmalte incoloro que protege el esmalte de color contra peladuras se llama:
 - a. Capa de base
 - b. Sellador
 - c. Esmalte de uñas
 - d. Endurecedor para uñas

4. El recipiente para manos debe contener agua tibia y:
 - a. Jabón antibacteriano
 - b. Desinfectante
 - c. Blanqueador
 - d. Aceite de baño

5. El fortalecedor de uñas (endurecedor) se aplica antes que:
 - a. La capa superior
 - b. El esmalte para uñas
 - c. La capa de base
 - d. El aceite para cutículas

6. Un esmalte sin color que alisa la lámina de la uña y evita que los pigmentos penetren en la lámina de la uña se denomina:
 - a. Capa de base
 - b. Sellador
 - c. Esmalte con color
 - d. Endurecedor para uñas

7. Un aerosol o esmalte que ayuda a que se seque rápido se denomina:
- a. Secador rápido de uñas
 - b. Esmalte líquido
 - c. Capa de acabado
 - d. Endurecedor

8. Menciona 5 productos para el tratamiento de las uñas u su función.

9. Menciona 5 utensilios para el tratamiento de uñas y su función.

10. Menciona 5 equipos para tratamiento de uñas y su función.

Lección 6: Prevención de infecciones y seguridad

Estándares y expectativas

El estudiante deberá reconocer el cuidado de las uñas naturales, su forma y su prevención de infección, mediante la seguridad.

Instrucciones:

Lea cuidadosamente el siguiente material y luego contesta las preguntas asignadas para la lección.

Apertura

Conocer a prevención de infecciones y su seguridad.

Prevención de infecciones y seguridad

La prevención de infecciones y seguridad son esenciales mientras se llevan a cabo los tratamientos de uñas, para proteger tu salud y bienestar, de los clientes. Comienza con tus esfuerzos conscientes por mantener limpia y organizada tu mesa para tratamientos de uñas y continua durante todo el tratamiento.

1. Lávate las manos y pídele a tu cliente que se lave las manos con jabón líquido antibacteriano.
2. Sigue las instrucciones del fabricante para todos los productos que uses.
3. Trata de no limar muy adentro en las esquinas de las uñas para evitar las uñas encarnadas.
4. Lava los utensilios con agua y jabón, desinfectalos luego de cada tratamiento; guardarlos en un recipiente seco y cubierto, manipula con cuidado los utensilios con puntas filosas.
5. Si es necesario usa guantes protectores durante el servicio de cuidado.
6. Luego de cada tratamiento limpia y desinfecta la parte superior de la mesa de tratamientos de uñas.
7. Verifica que las tapas de los frascos y de los recipientes estén bien sellados y que tengan la etiqueta correctamente.
8. Vacía la solución de remojo del recipiente para uñas. Desinfecta el recipiente y llénalo con solución nueva para cada cliente.

9. Lava la superficie del baño para pies y asegúrate eliminar toda la suciedad que se encuentra detrás de la rejilla de drenaje; desinfectala según las instrucciones del fabricante.
10. Ordena adecuadamente todos los productos y utensilios.
11. Manipula todos los productos cuidadosamente y evita que se derramen. Usa espátulas para extraer las cremas de los envases.
12. Práctica los procedimientos a seguir en caso de sangrado.
13. Desecha en un recipiente residuos de materiales no reutilizables, como las limas de esmeril.

Procedimientos que se debe seguir en caso de sangrado.

Si se produce un sangrado se debe de seguir los siguientes pasos:

1. Interrumpe el tratamiento, lávate las manos, cúbrete las manos con guantes protectores cuando trabajes con una persona.
2. Aplica un antiséptico o un producto estíptico líquido o en aerosol a la persona lesionada. Si te has lesionado, interrumpe el tratamiento y limpia la zona lesionada; aplica antiséptico o producto estíptico líquido.
3. Tapa o cubre la lesión con la venda adecuada.
4. Cubre la zona lesionada con un cubre dedo o un guante, según sea el caso.
5. Limpia y desinfecta los utensilios y la estación de trabajo con un desinfectante de amplio espectro.
6. Coloca todos los artículos que contengan la sangre (contaminados) en bolsas dobles y pon una etiqueta que diga material peligroso o contaminado. Sigue las instrucciones de la agencia reguladora en tu área. Remuévete los guantes y lávate las manos con agua y jabón.
7. Regresa con el cliente y retoma el tratamiento.

Nota:

No dejes que los envases, cepillos, boquillas o envases de productos estípticos entren en contacto con la piel o la herida.

Evaluación de la lección 6:

Escoge la contestación correcta:

1. Con que producto deben lavarse las manos del/la manicurista y el cliente antes de llevar a cabo un tratamiento de manicura?
 - a. Jabón antibacteriano
 - b. Solución de remojo
 - c. loción humectante
 - d. Peróxido de hidrogeno

2. ¿Cuál de las siguientes prácticas de prevención de infecciones respecto del recipiente para uñas es verdadera durante un tratamiento de manicura?
 - a. Desinfectar al final del día
 - b. Reemplazar la solución al final del día
 - c. Desinfectar después de cada cliente y reemplazar la solución
 - d. Desinfectar después de entre 6 y 10 clientes

3. ¿Cuál de las afirmaciones no es un paso que se usa durante un procedimiento que se debe seguir en caso de sangrado?
 - a. Cubrir las manos con guantes protectores
 - b. Desinfectar los utensilios con un desinfectante de amplio espectro
 - c. Desechar los artículos contaminados en un recipiente de residuos sin tapa
 - d. Colocar todos los artículos contaminados en bolsas dobles

4. ¿Que debes hacer con los utensilios contaminados en un incidente de corte o herida con sangre?
 - a. Limpiar los utensilios con agua caliente antes de volver a atender al cliente
 - b. Colocar los utensilios en bolsas y poner una etiqueta para indicar que el contenido es material peligroso
 - c. Desinfectar los utensilios con un desinfectante de amplio espectro
 - d. Higienizar los utensilios y volver a atender al cliente

5. Los procedimientos por seguir en caso de sangrado exigen que, ante una herida:
 - a. Permitas que la herida sangre libremente
 - b. Proporcionas polvo estiptico o aerosol y una venda apropiada para cubrir la herida
 - c. Coloques una toalla fría y húmeda sobre la herida
 - d. Enjuagues la zona de la herida con agua caliente

6. Mencione el procedimiento a seguir si hay derrame de sangre en el proceso de manicura.

Lección 7: Consulta con el cliente

Estándares y expectativas

El estudiante deberá reconocer el cuidado de las uñas naturales, su forma y su prevención de infección.

Instrucciones:

Lea cuidadosamente el siguiente material y luego contesta las preguntas asignadas para la lección.

Apertura

Aprender a tener conocimiento sobre la consulta del cliente.

Consulta con el cliente

Saludar

1. Recibe y saluda al cliente con un fuerte apretón de manos y una voz placentera.
2. Comunícate para establecer confianza y desarrollar una buena relación con el cliente.

Preguntas, analizas y evalúas

1. Haz preguntas para conocer las necesidades del cliente.
2. Analiza las uñas y manos de tu cliente.
3. Evalúa la información y analiza cuidadosamente tus recomendaciones.

Llegar a un acuerdo

1. Explica las soluciones que has recomendado, productos que se va a usar y precio de trabajo.
2. No pienses solo en el tratamiento de hoy, sino también en los futuros.
3. Regresa al paso dos, (pregunta, analiza y evalúa) si tu cliente tiene dudas acerca de tu recomendación.
4. Pídele comentarios a tu cliente y obtén su aprobación.

Dar tratamiento

1. Asegúrate que el cliente se encuentre cómodo durante el tratamiento.
2. Concéntrate en dar el tratamiento lo mejor posible.

3. enséñale al cliente como se debe realizar el mantenimiento de las uñas en el hogar.
4. Ten una amplia gama de colores y enfatiza la importancia de aplicar capa de base y capa de acabado.

Terminar

1. Pídele a tu cliente comentarios en cuanto a su nivel de satisfacción.
2. Acompaña a tu cliente al área de ventas y muéstrale, al menos dos de los productos que hayas utilizado en el tratamiento.
3. Recomienda productos para que las uñas de tu cliente se conserven.
4. Informa al cliente que siempre tienes estos productos disponibles para venta.
5. Invita al cliente a hacer la compra.
6. Pídele al cliente referencias para próximos tratamientos.
7. sugiérele un horario de cita futura para su próxima visita.
8. Agradécele por su visita al salón de belleza o de clase.
9. Anota los productos recomendados en la tarjeta de récord de cliente. Para visitas futuras.

Evaluación de la lección 7:

Completa la sopa de letras

Consulta con tu cliente

Estudio de las uñas



www.educima.com

acuerdo	analizar
buena	cliente
evaluar	hogar
manicura	mantenimiento
preguntar	registro
relacion	saludar
soluciones	terminar
tratamiento	uñas

Lección 8: Manicura básica

Estándares y expectativas

El estudiante deberá reconocer el cuidado de las uñas naturales, su forma y su prevención de infección, reconoce el propósito de los servicios, identificar los elementos necesarios para el cuidado de las manos y pies, mencionará las medidas de seguridad a seguir antes, durante y después de servicio de manicura, también podrá mencionar el procedimiento a seguir para el servicio de manicura y ejecutará el servicio de manicura utilizando la tecnología necesaria.

Instrucciones:

Lea cuidadosamente el siguiente material y luego contesta las preguntas asignadas para la lección.

Apertura

Aprender a tener conocimiento sobre la manicura básica.

Manicura básica

La **manicura** es el cuidado cosmético de las manos y las uñas de los dedos. La palabra del latín “manus” significa mano y “cura” significa cuidado.

Al igual que con cualquier otro servicio profesional, es importante que tengas tu área, los productos, utensilios y tus equipos ordenados antes de la llegada de tu cliente. Antes de llevar a cabo un tratamiento de manicura básica, asegúrate cumplir con los siguientes puntos de preparación de los clientes.

Preparación para manicura básica

- Limpia la mesa para tratamiento de uñas con desinfectante
- Coloca solución de remojo nueva a la izquierda del cliente sobre la mesa para tratamientos de uñas, cerca del técnico
- Limpia, desinfecta y coloca los utensilios para tratamientos de uñas sobre la mesa de manicura
- Revisa y ordena los productos adecuadamente, en el orden de uso habitual

Procedimiento de manicura básica

1. Lávate las manos y desinfectala
2. Realiza un examen visual de las manos y las uñas
3. Quita el esmalte
4. Analiza minuciosamente la piel y las uñas
5. Consulta con tu cliente
6. Lima y da forma a las uñas
7. Aplica removedor de cutículas
8. Coloca una mano en el recipiente para uñas
9. Lima, da forma y realiza el cuidado de las cutículas de la otra mano
10. Seca la primera mano con palmadas suaves
11. Empuja las cutículas hacia atrás
12. Frota la mano y las uñas
13. Limpia debajo del borde libre
14. Seca la mano con palmadas suaves
15. Repite el cuidado de la cutícula y la limpieza en la otra mano
16. Aplica loción o crema para masajes
17. Usa las técnicas de masaje
18. Quita de las uñas todos los restos de loción o crema para masajes
19. Aplica capa de base a las uñas
20. Aplica esmalte al borde libre
21. Elimina el esmalte de la piel
22. Aplica la capa de acabado y el producto para el secado rápido

Finalización de la manicura básica

Luego de cada tratamiento de uñas

1. Ofrécele a tu cliente que concierte una cita futura.
2. Recomiéndale a tu cliente los productos de venta en el salón.
3. Desecha cualquier material no reutilizable, reemplaza las toallas usadas por toallas limpias y ordena adecuadamente todos los productos y utensilios.
4. Desinfecta tus utensilios y la parte superior de la mesa para tratamientos de uñas.
5. Lávate las manos con jabón antibacteriano.

Manicura para hombres

El procedimiento para la manicura para hombres es básicamente el mismo que el de la manicura básica que acabamos de describir. Existen algunas variaciones que debes tener en cuenta.

1. Lima las uñas de los hombres cortas, generalmente con forma redonda o cuadrada.
2. Únicamente si el cliente desea que le apliques esmalte, aplica una capa de acabado.
3. Usa un pulidor de 3 lados para crear un brillo natural o procede al paso 4 pulir con aceite. Usa movimientos horizontales, trabajando desde la base de la uña hacia el borde libre. Pule con el lado negro, luego pule con el lado blanco y finalmente con el lado gris. Levanta el pulidor de la uña para interrumpir el contacto entre cada pase, para evitar que se caliente la uña.
4. Aplica aceite a la uña antes de pulir con el lado gris para realizar como máximo cada 2 a 3 semanas así evitar gastar demasiado la uña natural.

Tratamientos de uñas especiales

Es posible que a veces se requieran tratamientos adicionales para satisfacer las necesidades especiales de tu cliente. A continuación, se describen cinco de estos tratamientos especiales.

Manicura francesa

Una manicura francesa es similar a la manicura simple con dos excepciones:

1. Se aplica esmalte color blanco al borde libre.
2. Se aplica esmalte color rosado o melocotón a toda la uña.

Reparación de la uña (remedio con seda)

Junto con los productos para el procedimiento de manicura básica, también necesitaras los siguientes materiales para reparar las uñas: acelerador adhesivo; seda; deshidratante y un adhesivo. Las uñas partidas o quebradas (agrietadas) pueden repararse para lograr el aspecto de una superficie lisa con los pasos que se indican a siguiente:

Procedimiento para la reparación de las uñas

1. Alisa la superficie de la uña suavemente sobre el área quebrada o partida con el lado negro de un pulidor de 3 lados para eliminar el aceite de la superficie.
2. Aplica deshidratador a la uña
3. Corta una pequeña pieza de fibra (seda), tamaño un poco más grande, para cubrir el área partida o quebrada.
4. Aplica adhesivo al área partida o quebrada de la uña. No toques la piel ni la cutícula con el adhesivo.
5. Con la pinza, coloca la seda sobre la parte partida o quebrada de la uña. Recorta los bordes dispares.
6. Alisa el área reparada con un palito de naranja.
7. Aplica una segunda capa de adhesivo para sellar. Evita tocar la piel. Puedes aplicar acelerador de adhesivo para un secado más rápido.
8. Deja que se seque bien.
9. Pule con un pulidor de 3 lados para que quede liso.
10. Remoja y frota el área reparada de las uñas.
11. Continúa con el tratamiento de uñas.

Tratamiento de manicura con aceite caliente o crema.

Estos tratamientos de uñas implican el uso de un dispositivo de calentamiento eléctrico. En lugar de colocar la mano del cliente en una solución de remojo con agua tibia, se coloca la mano en aceite o crema calentados. Todos los demás procedimientos para este tratamiento de uñas son los mismos que para los tratamientos de uñas básicos. Este procedimiento es útil para las manos muy secas, envejecidas o maltratadas, en las uñas con estrías o frágiles.

Tratamientos eléctricos de uñas

Algunas herramientas eléctricas especiales pueden llevar a cabo los mismos procedimientos que el tratamiento de uñas básico. Los discos de esmeril liman el largo de las uñas, los dispositivos que vibran ayudan a empujar las cutículas, los cepillos de uñas giratorios eliminan la suciedad y los discos de lija ásperos actúan como un abrasivo

para los callos. Los discos para pulir las uñas no se pueden usar en determinadas áreas. Cuando uses cualquier equipo eléctrico en las uñas naturales, toma las precauciones necesarias para evitar la fricción por calor y afinar excesivamente las láminas de uñas. Los taladros para uñas únicamente se deben usar en aplicaciones de uñas artificiales. Verifica las normas de la agencia reguladora de tu área. Independientemente de los tratamientos eléctricos de uñas que ofrezcas, siempre debes llevar a cabo el tratamiento con cuidado y en forma personalizada.

Arte en las uñas

El arte en las uñas es un tratamiento adicional que algunos salones ofrecen a sus clientes. Con este tratamiento puedes expresar tu creatividad de muchas maneras diferentes. El arte [en las uñas puede variar desde modelos simples a escenas de paisajes o incluso caricaturas. El arte en las uñas plano se realiza con pinturas para uñas y cinta adhesiva. El arte en las uñas tridimensional se realiza con imitaciones de diamantes, plumas, cuentas de acrílico pintadas, etc. El arte en las uñas con aerógrafo se aplica con una pistola aerógrafo y pinturas para aerógrafos. La aplicación de joyas en las uñas también es una opción popular.

Evaluación de la lección 8:

Escoge la contestación correcta:

1. ¿En qué dirección debes dar forma a una uña para evitar que se parta?
 - a. De arriba hacia abajo
 - b. Desde el borde externo hacia el centro
 - c. De abajo hacia arriba
 - d. Desde el centro hacia el borde externo

2. El esmalte para uñas se quita con quitaesmalte y:
 - a. Peróxido de hidrogeno
 - b. loción para las manos
 - c. Algodón
 - d. Un sellador

3. Cuando se liman las uñas, ¿con que dedo se sugiere empezar?
 - a. Pulgar
 - b. Dedo índice
 - c. Dedo anular
 - d. Meñique

4. ¿Con que utensilio envuelto en algodón se deben empujar hacia atrás las cutículas suavizadas?
 - a. Palito de naranjo o empujador de cutícula
 - b. Cepillo de uñas
 - c. Palitos
 - d. Lima de uñas

5. ¿Cómo se denomina el tipo de movimiento circular que se usa para masajear los dedos?
- De uñas
 - Articular
 - De los huesos
 - De los nudillos
6. Las uñas de los hombres generalmente se liman cortas con ¿Qué forma?
- Ovalada
 - Cuadrada
 - Redonda
 - b o c
7. ¿Cuál de las siguientes afirmaciones no describe una manicura francesa?
- Aplicación de esmalte de color rojo intenso a la uña
 - Aplicación de esmalte de color blanco al borde libre
 - Aplicación de esmalte de color rosado a la uña
 - Aplicación de esmalte de color melocotón a la uña
8. La manicura con aceite o crema es útil para todas las siguientes condiciones excepto:
- Manos secas y envejecidas
 - Uñas frágiles
 - Uñas encarnadas
 - Uñas con estrías
9. Los taladros para uñas únicamente se deben usar en:
- Uñas quebradas
 - Uñas partidas
 - Uñas artificiales
 - Uñas con esmalte

10. ¿En qué dirección debes dar forma a la uña para evitar que se divida?
- Desde la parte superior hacia la parte inferior
 - Desde la parte inferior hacia la parte superior
 - Desde el borde de afuera hacia el centro
 - Desde el centro hacia el borde de afuera
11. Durante el procedimiento de recorte de cutícula, ¿Cómo debes removerla
- En pequeños incrementos
 - En un segmento
 - Después de poner esmalte
 - Con un cortaúñas
12. Al hacer un servicio de manicura con aceite, debes eliminar todo resto de aceite, loción o crema:
- Antes de aplicar capa de base
 - Antes de comenzar el masaje
 - Antes de aplicar el esmalte
 - Antes de aplicar el sellador
13. Cuando es apropiado ofrecer un masaje de manos durante la manicura
- Antes de pintar las uñas con esmalte
 - Antes de limpiar debajo del borde libre de las uñas
 - Antes de frotar las manos y las uñas con un cepillo de uñas
 - Después de aplicar el esmalte para uñas
14. ¿Cómo se debe aplicar el esmalte para uñas?
- Desde el borde libre hacia la base
 - De lado a lado
 - Con trazos suaves
 - Y largos
 - Con una primera capa pesada

15. ¿Qué debes usar para eliminar el exceso de esmalte del borde de la uña?

- a. Tu uña del dedo pulgar
- b. Una bola de algodón
- c. Un palito de naranjo envuelto en algodón con la punta saturada con quitaesmalte
- d. Una lima de esmeril

16. La manicura aplicara esmalte para uñas:

- a. Sobre el sellador
- b. Cobre el lecho limpio de la uña
- c. Sobre la capa de base
- d. Antes del servicio de masaje

17. Las uñas frágiles o las manos secas y envejecidas podrían beneficiarse con:

- a. Masajes en los antebrazos
- b. Un servicio de manicura con aceite caliente o crema
- c. Medicación
- d. Esmalte nuevo

18. ¿Cuáles son los 5 estilos de aplicación de esmalte? Explique.

19. ¿Cuál es la importancia del esmaltado?

20. ¿Qué aplicaciones como opción antes de la capa base de esmalte?

21. Menciona las diferentes manicuras que hay hoy en día.

Lección 9: Pedicura básica

Estándares y expectativas

El estudiante deberá reconocer el cuidado de los pies, reconoce el propósito de los servicios, identificar los elementos necesarios para el cuidado de los pies, mencionará las medidas de seguridad a seguir antes, durante y después de servicio de pedicura, también podrá mencionar el procedimiento a seguir para el servicio de pedicura y ejecutará el servicio de pedicura utilizando la tecnología necesaria.

Instrucciones:

Lea cuidadosamente el siguiente material y luego contesta las preguntas asignadas para la lección.

Apertura

Aprender a tener conocimiento sobre la pedicura básica.

Elementos necesarios para la pedicura

Se necesitan los siguientes materiales para completar un tratamiento de pedicura junto con los materiales que se usan para tratamientos de manicura básica.

Productos para tratamientos de pedicura

Producto	Función
Solución de remojo para pies	Limpia y ablanda el área de trabajo; jabón antibacteriano
Aerosol para pies	Elimina los gérmenes de la piel; actúa como un antiséptico.
Loción exfoliante	Elimina las células de piel muertas
Loción para pies	Humecta y estimula los pies
Polvo para pies	Seca y desodoriza

Utensilios / Materiales para pedicura

Utensilio / suministros	Función
Lima para pies	Ablanda y elimina callos; paleta con una superficie áspera
Cepillo para pies	Limpia las uñas y elimina la suciedad; cepillo rígido
Alicate para las uñas de los pies	Acorta las uñas de los pies
Separadores de dedos	Separa los dedos durante la aplicación de esmalte; puede ser de espuma, goma o algodón
Sandalias	Protegen los pies mientras se seca el esmalte.

Equipo para tratamiento de pedicura

Equipo	Función
Mesa para pedicura	Sostiene y almacena todos los equipos, productos y utensilios
Descanso para pies para pedicura	Sostiene los pies del cliente hacia arriba durante el tratamiento
Silla de pedicura	Proporciona una silla cómoda para los pies
Baño o tina para pies	Funciona como un recipiente para remojar los pies

Pedicura básica

La pedicura es el cuidado cosmético de los pies y las uñas de los pies.

La palabra del latín “ped” significa pie y “cura” significa cuidado.

Preparación para una pedicura básica

La preparación para la pedicura básica es similar a la de la manicura, así como las pautas que se enumeran a continuación:

1. Limpia y desinfecta los utensilios.
2. Coloca los equipos y ordena las herramientas sobre la mesa higienizada.
3. Revisa y ordena los productos adecuadamente, en el orden de uso
4. Recolecta del dispensario los productos y las soluciones que necesitas.
5. Prepara el baño para pies con solución desinfectante suficientemente para cubrir ambos pies.
6. Lávate las manos con jabón líquido antibacteriano.

Procedimientos para pedicura básica

1. Lávate las manos y desinfectalas
2. Desinfecta los pies del cliente
3. Realiza un examen visual
4. Remoja y seca los pies
5. Quita el esmalte de las uñas
6. Examina los pies
7. Recorta y lima las uñas
8. Aplica crema removedora de cutículas
9. Empuja las cutículas hacia atrás
10. Aplica loción exfoliante y masajea para eliminar las células de piel muertas
11. Recorta, lima y realiza el cuidado de las cutículas del otro pie.
12. Remoja y frota ambos pies con el cepillo [ara eliminar la suciedad
13. Seca bien
14. Masajea con loción
15. Retira el exceso de loción de la superficie de las uñas
16. Aplica polvo y coloca los separadores de dedos
17. Aplica capa de base en las uñas
18. Aplica dos capas de esmalte
19. Aplica la capa de acabado y luego un producto para el secado rápido
20. Deja que se seque
21. Quita los separadores de dedos cuando el esmalte este seco

Nota usa guantes protectores.

Finalización de la pedicura

1. Ofrécele a tu cliente que concierte una cita futura.
2. Recomiéndale a tu cliente los productos de venta en el salón.
3. Desecha cualquier material no reutilizable, reemplaza las toallas usadas por toallas limpias y ordena adecuadamente todos los productos y utensilios.
4. Desinfecta tus utensilios y equipos para tratamientos de pedicura.
5. Lávate las manos con jabón líquido antibacteriano.

Evaluación de la lección 9:

Escoge la contestación correcta:

1. ¿Qué termino se utiliza para describir el cuidado cosmético de los pies y las uñas de los pies?
 - a. Pedicura
 - b. Etiología
 - c. Manicura
 - d. Oncología

2. Las uñas de los pies se deben limar en forma recta, suavizando las esquinas para evitar que las uñas:
 - a. Se quiebren
 - b. Se encarnen
 - c. Se separen
 - d. Queden irregulares

3. Un paso del tratamiento de pedicura es aplicar loción exfoliante al pie y luego masajearlo para:
 - a. Evitar la tinea manus
 - b. Evitar las uñas azules
 - c. Eliminar la piel muerta
 - d. Eliminar la leuconiquia

4. En el masaje realizado durante el servicio de pedicura, presiona el tejido muscular en ambos lados de:
 - a. La pantorrilla
 - b. El muslo
 - c. El tobillo
 - d. La rotula

5. Escribe todos los pasos para una pedicura.

6. ¿Cuáles son los trastornos o las enfermedades que dan en los pies y en las manos NO?

7. ¿Cuál es el paso que es adicional en la pedicura y no se hace en la manicura?

REFERENCIAS

Pivot Point Internacional. (2012). *Salon Fundamentals: Un recurso para tu carrera en cosmetología*. Evaston, IL: Pivot Point Internacional.

Milady estándar cosmetología. (2012). Clifton Park, NY: Cengage Learning.

<http://www.santillana.com>

www.onetonline.org

www.milady.cengage.com

www.pivot-point.com

<https://www.educima.com/wordsearch.php>

<https://www.educima.com/wordsearch/showWord/wordsearch.php>

GUÍA DE ACOMODOS RAZONABLES PARA LOS ESTUDIANTES

Estimada familia:

El Departamento de Educación de Puerto Rico (DEPR) tiene como prioridad el garantizar que a sus hijos se les provea una educación pública, gratuita y apropiada. Para lograr este cometido, es imperativo tener presente que los seres humanos son diversos. Por eso, al educar es necesario reconocer las habilidades de cada individuo y buscar estrategias para minimizar todas aquellas barreras que pudieran limitar el acceso a su educación.

La otorgación de acomodados razonables es una de las estrategias que se utilizan para minimizar las necesidades que pudiera presentar un estudiante. Estos permiten adaptar la forma en que se presenta el material, la forma en que el estudiante responde, la adaptación del ambiente y lugar de estudio y el tiempo e itinerario que se utiliza. Su función principal es proveerle al estudiante acceso equitativo durante la enseñanza y la evaluación. Estos tienen la intención de reducir los efectos de la discapacidad, excepcionalidad o limitación del idioma y no, de reducir las expectativas para el aprendizaje. Durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, se debe tener altas expectativas con nuestros niños y jóvenes.

Esta guía tiene el objetivo de apoyar a las familias en la selección y administración de los acomodados razonables durante el proceso de enseñanza y evaluación para los estudiantes que utilizarán este módulo didáctico. Los acomodados razonables le permiten a su hijo realizar la tarea y la evaluación, no de una forma más fácil, sino de una forma que sea posible de realizar, según las capacidades que muestre. El ofrecimiento de acomodados razonables está atado a la forma en que su hijo aprende. Los estudios en neurociencia establecen que los seres humanos aprenden de forma visual, de forma auditiva o de forma kinestésica o multisensorial, y aunque puede inclinarse por algún estilo, la mayoría utilizan los tres.

Por ello, a continuación, se presentan algunos ejemplos de acomodados razonables que podrían utilizar con su hijo mientras trabaja este módulo didáctico en el hogar. Es importante que como madre, padre o persona encargada en dirigir al estudiante en esta tarea los tenga presente y pueda documentar cuales se utilizaron. Si necesita más información, puede hacer referencia a la **Guía para la provisión de acomodados razonables** (2018) disponible por medio de la página www.de.pr.gov, en educación especial, bajo Manuales y Reglamentos.

GUÍA DE ACOMODOS RAZONABLES PARA LOS ESTUDIANTES QUE TRABAJARÁN BAJO MÓDULOS DIDÁCTICOS

Acomodos de presentación	Acomodos en la forma de responder	Acomodos de ambiente y lugar	Acomodos de tiempo e itinerario
<p>Cambian la manera en que se presenta la información al estudiante. Esto le permite tener acceso a la información de diferentes maneras. El material puede ser presentado de forma auditiva, táctil, visual o multisensorial.</p>	<p>Cambian la manera en que el estudiante responde o demuestra su conocimiento. Permite a los estudiantes presentar las contestaciones de las tareas de diferentes maneras. Por ejemplo, de forma verbal, por medio de manipulativos, entre otros.</p>	<p>Cambia el lugar, el entorno o el ambiente donde el estudiante completará el módulo didáctico. Los acomodos de ambiente y lugar requieren de organizar el espacio donde el estudiante trabajará.</p>	<p>Cambian la cantidad de tiempo permitido para completar una evaluación o asignación; cambia la manera, orden u hora en que se organiza el tiempo, las materias o las tareas.</p>
<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Usar letra agrandada o equipos para agrandar como lupas, televisores y computadoras ▪ Uso de láminas, videos pictogramas. ▪ Utilizar claves visuales tales como uso de colores en las instrucciones, resaltadores (highlighters), subrayar palabras importantes. ▪ Demostrar lo que se espera que realice el estudiante y utilizar modelos o demostraciones. ▪ Hablar con claridad, pausado ▪ Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante ▪ Añadir al material información complementaria <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Leerle el material o utilizar aplicaciones que convierten el 	<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Utilizar la computadora para que pueda escribir. ▪ Utilizar organizadores gráficos. ▪ Hacer dibujos que expliquen su contestación. ▪ Permitir el uso de láminas o dibujos para explicar sus contestaciones ▪ Permitir que el estudiante escriba lo que aprendió por medio de tarjetas, franjas, láminas, la computadora o un comunicador visual. ▪ Contestar en el folleto. <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Grabar sus contestaciones ▪ Ofrecer sus contestaciones a un adulto que documentará por escrito lo mencionado. 	<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ambiente silencioso, estructurado, sin muchos distractores. ▪ Lugar ventilado, con buena iluminación. ▪ Utilizar escritorio o mesa cerca del adulto para que lo dirija. <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ambiente donde pueda leer en voz alta o donde pueda escuchar el material sin interrumpir a otras personas. ▪ Lugar ventilado, con buena iluminación y donde se les permita el movimiento mientras repite en voz alta el material. <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ambiente se le permita moverse, hablar, escuchar música mientras trabaja, cantar. ▪ Permitir que realice las actividades en 	<p>Aprendiz visual y auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Preparar una agenda detallada y con códigos de colores con lo que tienen que realizar. ▪ Reforzar el que termine las tareas asignadas en la agenda. ▪ Utilizar agendas de papel donde pueda marcar, escribir, colorear. ▪ Utilizar “post-it” para organizar su día. ▪ Comenzar con las clases más complejas y luego moverse a las sencillas. ▪ Brindar tiempo extendido para completar sus tareas. <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Asistir al estudiante a organizar su trabajo con agendas escritas o electrónicas. ▪ Establecer mecanismos para

Acomodos de presentación	Acomodos en la forma de responder	Acomodos de ambiente y lugar	Acomodos de tiempo e itinerario
<p>texto en formato audible.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Leer en voz alta las instrucciones. ▪ Permitir que el estudiante se grabe mientras lee el material. ▪ Audiolibros ▪ Repetición de instrucciones ▪ Pedirle al estudiante que explique en sus propias palabras lo que tiene que hacer ▪ Utilizar el material grabado ▪ Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Presentar el material segmentado (en pedazos) ▪ Dividir la tarea en partes cortas ▪ Utilizar manipulativos ▪ Utilizar canciones ▪ Utilizar videos ▪ Presentar el material de forma activa, con materiales comunes. ▪ Permitirle al estudiante investigar sobre el tema que se trabajará ▪ Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hacer presentaciones orales. ▪ Hacer videos explicativos. ▪ Hacer exposiciones <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Señalar la contestación a una computadora o a una persona. ▪ Utilizar manipulativos para representar su contestación. ▪ Hacer presentaciones orales y escritas. ▪ Hacer dramas donde represente lo aprendido. ▪ Crear videos, canciones, carteles, infografías para explicar el material. ▪ Utilizar un comunicador electrónico o manual. 	<p>diferentes escenarios controlados por el adulto. Ejemplo el piso, la mesa del comedor y luego, un escritorio.</p>	<p>recordatorios que le sean efectivos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Utilizar las recompensas al terminar sus tareas asignadas en el tiempo establecido. ▪ Establecer horarios flexibles para completar las tareas. ▪ Proveer recesos entre tareas. ▪ Tener flexibilidad en cuando al mejor horario para completar las tareas. ▪ Comenzar con las tareas más fáciles y luego, pasar a las más complejas. ▪ Brindar tiempo extendido para completar sus tareas.

HOJA DE DOCUMENTAR LOS ACOMODOS RAZONABLES UTILIZADOS AL TRABAJAR EL MÓDULO DIDÁCTICO

Nombre del estudiante: _____

Número de SIE: _____

Materia del módulo: _____

Grado: _____

Estimada familia:

1.

Utiliza la siguiente hoja para documentar los acomodados razonables que utiliza con tu hijo en el proceso de apoyo y seguimiento al estudio de este módulo. Favor de colocar una marca de cotejo [✓] en aquellos acomodados razonables que utilizó con su hijo para completar el módulo didáctico. Puede marcar todos los que aplique y añadir adicionales en la parte asignada para ello.

Acomodos de presentación	Acomodos de tiempo e itinerario
<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Usar letra agrandada o equipos para agrandar como lupas, televisores y computadoras <input type="checkbox"/> Uso de láminas, videos pictogramas. <input type="checkbox"/> Utilizar claves visuales tales como uso de colores en las instrucciones, resaltadores (<i>highlighters</i>), subrayar palabras importantes. <input type="checkbox"/> Demostrar lo que se espera que realice el estudiante y utilizar modelos o demostraciones. <input type="checkbox"/> Hablar con claridad, pausado <input type="checkbox"/> Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante <input type="checkbox"/> Añadir al material información complementaria <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Leerle el material o utilizar aplicaciones que convierten el texto en formato audible. <input type="checkbox"/> Leer en voz alta las instrucciones. <input type="checkbox"/> Permitir que el estudiante se grabe mientras lee el material. <input type="checkbox"/> Audiolibros <input type="checkbox"/> Repetición de instrucciones <input type="checkbox"/> Pedirle al estudiante que explique en sus propias palabras lo que tiene que hacer <input type="checkbox"/> Utilizar el material grabado <input type="checkbox"/> Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Presentar el material segmentado (en pedazos) <input type="checkbox"/> Dividir la tarea en partes cortas <input type="checkbox"/> Utilizar manipulativos 	<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Utilizar la computadora para que pueda escribir. <input type="checkbox"/> Utilizar organizadores gráficos. <input type="checkbox"/> Hacer dibujos que expliquen su contestación. <input type="checkbox"/> Permitir el uso de láminas o dibujos para explicar sus contestaciones <input type="checkbox"/> Permitir que el estudiante escriba lo que aprendió por medio de tarjetas, franjas, láminas, la computadora o un comunicador visual. <input type="checkbox"/> Contestar en el folleto. <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Grabar sus contestaciones <input type="checkbox"/> Ofrecer sus contestaciones a un adulto que documentará por escrito lo mencionado. <input type="checkbox"/> Hacer presentaciones orales. <input type="checkbox"/> Hacer videos explicativos. <input type="checkbox"/> Hacer exposiciones <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Señalar la contestación a una computadora o a una persona. <input type="checkbox"/> Utilizar manipulativos para representar su contestación. <input type="checkbox"/> Hacer presentaciones orales y escritas. <input type="checkbox"/> Hacer dramas donde represente lo aprendido. <input type="checkbox"/> Crear videos, canciones, carteles, infografías para explicar el material. <input type="checkbox"/> Utilizar un comunicador electrónico o manual.

Acomodos de presentación	Acomodos de tiempo e itinerario
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Utilizar canciones <input type="checkbox"/> Utilizar videos <input type="checkbox"/> Presentar el material de forma activa, con materiales comunes. <input type="checkbox"/> Permitirle al estudiante investigar sobre el tema que se trabajará <input type="checkbox"/> Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante 	
Acomodos de respuesta	Acomodos de ambiente y lugar
<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ambiente silencioso, estructurado, sin muchos distractores. <input type="checkbox"/> Lugar ventilado, con buena iluminación. <input type="checkbox"/> Utilizar escritorio o mesa cerca del adulto para que lo dirija. <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ambiente donde pueda leer en voz alta o donde pueda escuchar el material sin interrumpir a otras personas. <input type="checkbox"/> Lugar ventilado, con buena iluminación y donde se les permita el movimiento mientras repite en voz alta el material. <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ambiente se le permita moverse, hablar, escuchar música mientras trabaja, cantar. <input type="checkbox"/> Permitir que realice las actividades en diferentes escenarios controlados por el adulto. Ejemplo el piso, la mesa del comedor y luego, un escritorio. 	<p>Aprendiz visual y auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Preparar una agenda detalladas y con códigos de colores con lo que tienen que realizar. <input type="checkbox"/> Reforzar el que termine las tareas asignadas en la agenda. <input type="checkbox"/> Utilizar agendas de papel donde pueda marcar, escribir, colorear. <input type="checkbox"/> Utilizar “post-it” para organizar su día. <input type="checkbox"/> Comenzar con las clases más complejas y luego moverse a las sencillas. <input type="checkbox"/> Brindar tiempo extendido para completar sus tareas. <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Asistir al estudiante a organizar su trabajo con agendas escritas o electrónicas. <input type="checkbox"/> Establecer mecanismos para recordatorios que le sean efectivos. <input type="checkbox"/> Utilizar las recompensas al terminar sus tareas asignadas en el tiempo establecido. <input type="checkbox"/> Establecer horarios flexibles para completar las tareas. <input type="checkbox"/> Proveer recesos entre tareas. <input type="checkbox"/> Tener flexibilidad en cuando al mejor horario para completar las tareas. <input type="checkbox"/> Comenzar con las tareas más fáciles y luego, pasar a las más complejas. <input type="checkbox"/> Brindar tiempo extendido para completar sus tareas.
<p>Otros:</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	

2.

Si tu hijo es un candidato o un participante de los servicios para estudiantes aprendices del español como segundo idioma e inmigrantes considera las siguientes sugerencias de enseñanza:

- Proporcionar un modelo o demostraciones de respuestas escritas u orales requeridas o esperadas.
- Comprobar si hay comprensión: use preguntas que requieran respuestas de una sola palabra, apoyos y gestos.
- Hablar con claridad, de manera pausada.
- Evitar el uso de las expresiones coloquiales, complejas.
- Asegurar que los estudiantes tengan todos los materiales necesarios.
- Leer las instrucciones oralmente.
- Corroborar que los estudiantes entiendan las instrucciones.
- Incorporar visuales: gestos, accesorios, gráficos organizadores y tablas.
- Sentarse cerca o junto al estudiante durante el tiempo de estudio.
- Seguir rutinas predecibles para crear un ambiente de seguridad y estabilidad para el aprendizaje.
- Permitir el aprendizaje por descubrimiento, pero estar disponible para ofrecer instrucciones directas sobre cómo completar una tarea.
- Utilizar los organizadores gráficos para la relación de ideas, conceptos y textos.
- Permitir el uso del diccionario regular o ilustrado.
- Crear un glosario pictórico.
- Simplificar las instrucciones.
- Ofrecer apoyo en la realización de trabajos de investigación.
- Ofrecer los pasos a seguir en el desarrollo de párrafos y ensayos.
- Proveer libros o lecturas con conceptos similares, pero en un nivel más sencillo.
- Proveer un lector.
- Proveer ejemplos.
- Agrupar problemas similares (todas las sumas juntas), utilizar dibujos, láminas, o gráficas para apoyar la explicación de los conceptos, reducir la complejidad lingüística del problema, leer y explicar el problema o teoría verbalmente o descomponerlo en pasos cortos.
- Proveer objetos para el aprendizaje (concretizar el vocabulario o conceptos).
- Reducir la longitud y permitir más tiempo para las tareas escritas.
- Leer al estudiante los textos que tiene dificultad para entender.
- Aceptar todos los intentos de producción de voz sin corrección de errores.
- Permitir que los estudiantes sustituyan dibujos, imágenes o diagramas, gráficos, gráficos para una asignación escrita.
- Esbozar el material de lectura para el estudiante en su nivel de lectura, enfatizando las ideas principales.
- Reducir el número de problemas en una página.
- Proporcionar objetos manipulativos para que el estudiante utilice cuando resuelva problemas de matemáticas.

3.

Si tu hijo es un estudiante dotado, es decir, que obtuvo 130 o más de cociente intelectual (CI) en una prueba psicométrica, su educación debe ser dirigida y desafiante. Deberán considerar las siguientes recomendaciones:

- Conocer las capacidades especiales del estudiante, sus intereses y estilos de aprendizaje.
- Realizar actividades motivadoras que les exijan pensar a niveles más sofisticados y explorar nuevos temas.
- Adaptar el currículo y profundizar.
- Evitar las repeticiones y las rutinas.
- Realizar tareas de escritura para desarrollar empatía y sensibilidad.
- Utilizar la investigación como estrategia de enseñanza.
- Promover la producción de ideas creativas.
- Permitirle que aprenda a su ritmo.
- Proveer mayor tiempo para completar las tareas, cuando lo requiera.
- Cuidar la alineación entre su educación y sus necesidades académicas y socioemocionales.