

## MASAJES FACIALES

Se conoce por masaje al conjunto de maniobras o manipulaciones realizadas armoniosamente con distintos fines, (relajantes, estimulantes, preventivos, estéticos).

En los masajes faciales dichas maniobras son realizadas con mucha mas precaución y son realizadas sin brusquedad, ni violencia, deberán tener un ritmo e intensidad adecuada. ya sea estimulante o relajante; no se deberá producir dolor, tomando en cuenta no solo la técnica a elegir sino también la sensibilidad cutánea.

Cualquiera sea la meta buscada se actúa siempre sobre la piel, aumentando su poder de absorción, favoreciendo la función de las glándulas sudoríparas, sebáceas y ayudando a la renovación de la capa córnea.

Produce la vaso dilatación local aumentando la cantidad suplementaria de sangre derivada hacia la piel, lo que implica modificaciones importantes en el metabolismo celular y en las reacciones físico – químicas de los líquidos intersticiales.

Aumenta así la vitalidad y elasticidad de los tejidos, con resultados estéticos evidentes.

### MANIOBRAS:

1. Afloramiento, colocación del producto, por todo el rostro y cuello hasta los hombros.
2. División imaginaria del rostro, y realizar maniobras de deslizamiento desde esa línea imaginaria hacia las sienes y orejas.
3. Fricciones circulares siguiendo el recorrido de la maniobra anterior.
4. Fricciones circulares sobre las sienes, entrecejo, párpado superior y párpado inferior, parte superior e inferior de la nariz, parte superior e inferior de la boca, articulación del maxilar superior y maxilar inferior. longitud del cuello por sus dos extremos, parte superior del pectoral, esternón, hombros.
5. División imaginaria de la cabeza, y realizar maniobras de deslizamiento desde la línea imaginaria hacia las sienes y orejas.
6. Fricciones circulares por toda la cabeza.
7. Pellizcos sobre la frente, pómulos, mejillas, barbilla.
8. Percusión sobre el rostro y cabeza con las yemas de los dedos.
9. Afloramiento y colocación de producto.

### DEMAQUILLAR

El demaquillar es uno de los primeros pasos, de presencia variable y de importancia de acuerdo a cada persona.

Cuanto mas maquillaje se utilice, es de suma importancia tener un limpiador demaquillante especial para las zonas de los párpados, y realizar este paso de la manera mas rápida sin dañar la piel, se puede utilizar un algodón o un hisopo.

En el caso de los labios; es importante demaquillarlos para evitar que la piel que los cubre se resequen y se tornen ásperos.

A igual que cualquier parte de la piel; los labios necesitan ser humectados con regularidad, ya que es un sector de la piel que no posee glándulas sebáceas y al estar expuestos con acción del sol y cambios de clima pueden researse, si están humectados será mas fácil poder pintarlos posteriormente, se realiza el demaquillado con un demaquillante y algodón y/o hisopo.

### LIMPIEZA

El cuidado de la piel ya no sólo es concepto de estética, sino que también significa un beneficio para la salud.

De todos los tejidos del cuerpo, la piel especialmente del cutis es la que está más expuesta a los efectos del medio ambiente como el aire, polvo, contaminación, cambios de temperatura y humedad, incluso al cansancio y el estrés.

Por eso es importante darle cuidados especiales para ayudarla a contrarrestar estas agresiones, los que comienzan con una buena limpieza. Además, una piel sana, suave, hidratada y fresca, siempre brindará satisfacciones y proporcionará una buena imagen.

La limpieza es la primera parte del programa para el cuidado de tu piel. Se debe realizar a la mañana y a la noche, para quitar la suciedad acumulada durante el día como la profundamente metida en los poros.

Los distintos limpiadores son un factor importante para contrarrestar las arrugas, deshidratación, desvitalidad de la piel, etc. ya que predisponen a la piel a la recepción y acción de productos humectantes, nutritivos, antiage, etc.

Un tratamiento facial básico, según especialistas, "consiste en una limpieza en profundidad del rostro a través de una depuración absoluta de la piel que eliminará cualquier microorganismo que genera impurezas en el rostro". Precizando eso sí la existencia de dos tipos de limpieza de cutis: la de todos los días y la que debemos hacer periódicamente con ayuda de un especialista.

Como la piel del cutis es muy sensible y presenta cambios con las estaciones, las emociones, la edad y el medio ambiente; tiene diferentes necesidades durante cada una de estas etapas.

### **EXFOLIACION**

La exfoliación libera a la piel de las células secas y muertas que le impiden funcionar correctamente, y la hace lucir mas joven y fresca. También la vuelve más receptiva a la acción de los humectantes, controla la aparición de los granitos y comedones . el exfoliante puede ser en crema o en gel , pero en ningún caso de ser abrasivo.

La exfoliación no deberá ser con frotaciones fuertes, debido a que no solo irrita la piel sino que estimula las glándulas sebáceas.

### **NUTRICION**

Es el paso del tratamiento que consiste en aplicar principios activos correctivos para equilibrar las secreciones, se pueden aplicar con pincel y además con máscaras que se mantendrán en un contacto con la piel por un tiempo que sea necesario.

### **HIDRATACION**

La hidratación es un paso mas del tratamiento facial, y el ultimo del domiciliario, que ayuda a recuperar la humedad perdida por efectos de la acción climatologicas, calefacción artificial y contaminación. un buen humectante también puede poseer una pantalla protectora contra el sol y debe ser de fácil absorción por la piel; no deberá dejar una capa grasosa para no dificultar la aplicación del maquillaje.

### **APOYO DOMICILIARIO**

#### **LIMPIEZA:**

Proteger tu cabello con alguna gorra o vincha, para dejar el rostro despejado, asegurar que el cuello este descubierto y parte del pectoral y hombros libre de vestimenta y alguna otra prenda.

Elegir un producto , indicado para tu tipo de piel , y aplicar sobre el rostro, cuello, pectoral y hombros con suaves movimientos circulares que faciliten eliminar las impurezas y suciedad de la piel; poniendo mayor énfasis en la T ( frente, nariz, y mentón ); y a la línea del cabello , que son lugares de mayor acumulación de suciedad. Realizar movimientos suaves para no producir enrojecimiento de tu piel, y causar daño a largo plazo.

Retirar este producto con mucho cuidado con una esponjita facial con movimientos suaves, con agua tibia.

Asegurarse de sacar bien el producto a continuación secar con una toalla.

#### **TONIFICACION:**

Elegir un tónico o tonificador adecuado para tu tipo de piel y necesidad de tu piel, coloca con un pincel sobre tu rostro o sobre la porción de la piel, luego hacer una pequeña con tactación sobre todo el rostro. Deja que absorba bien el producto.

#### **HIDRATACION:**

Elegir un producto hidratante indicado para tu tipo de piel o necesidad de tu piel, colocar el producto con ayuda de los dedos sobre las partes donde necesita ser hidratada sobre el rostro y cuello, distribuyendo sobre cinco puntos (mejilla, frente, nariz, mentón, cuello) distribuir en forma pareja, tener en cuenta de no colocar mucho producto.

Se puede esparcir con movimientos circulares por todo el rostro.

#### **NUTRICION:**

Se realizan los mismos pasos que en el proceso de la hidratación con la única diferencia de cambiar el producto que mayormente son cremas y/o emulsiones.

### **TIPOS DE PIEL:**

También denominado biotipo cutáneos están determinados por la característica superficial de la piel, la cual está concedida por el manto emulsionado ácido epicutáneo. Este concepto se refiere especialmente al cutis o piel facial abarcando (rostro, cuello, escote, permitiéndose elaborar una clasificación cosmética de tipos de piel según sean sus características secretorias.

Se puede decir que el cerebro organizador del manto ácido es el ácido láctico.

El manto ácido es de gran importancia ya que su alteración puede ser responsable del desarrollo de numerosas patologías de la piel, así como las alteraciones cosméticas.

El reconocimiento del biotipo cutáneo es uno de los pilares de todas las prácticas en gabinete, además nos orientará sobre la clase y tipo de cosmético a utilizar, especialmente a lo que contiene el producto.

La clasificación analítica de los biotipos cutáneos, nos ayudará a realizar un tratamiento más puntual:

#### **PIEL EUDERMICA:**

- Es el tipo de piel que presenta todas las características propias especiales de la piel dentro de la normalidad.
- Se presenta con una superficie lisa, flexible, de color ligeramente rosado o tostado mate, luminosa (no brillante) variando con las razas.
- De humectación y lubricada hidratación normal.
- La piel es difícil de encontrarla en un estado de total pureza; cuando este tipo de piel la tiene un adulto se suele decir que tiene "cutis de niño"; generalmente es una condición genética.
- De tenor graso intermedio no siendo seca, ni demasiado húmeda o sobre hidratada o envejecida.
- Se presenta con una textura y granulación fina.
- No tiene brillo.
- No posee comedones, ni poros dilatados.
- Al tocarla se transmite una sensación de tersura y suavidad.
- De elasticidad normal.
- No es una piel ni muy fina, ni gruesa.

#### **PIEL GRASA:**

- Elevación de la secreción de las glándulas sebáceas, de acuerdo a la intensidad de la secreción sebácea será el grado de seborrea.
- Presenta un aspecto visual húmedo, untuoso o aceitoso.
- Mucho brillo.
- A veces presenta comedones.
- Se localiza la grasa en toda la cara siendo la T las porciones más afectadas.
- Si se pasa un papel tisúe por el rostro, éste se impregna de grasa.
- Generalmente posee una piel engrosada debido a la hipertrofia difusa y engrosamiento de la capa córnea.
- Los orificios de las glándulas sebáceas están abiertos por lo que los poros son más visibles.
- Esta piel se asocia con seborrea, hiperhidrosis, querosis, hipertrichosis.

#### **PIEL ALIPICA:**

- Generalmente coexiste con la piel deshidratada, siendo su factor determinante su secreción sebácea insuficiente.
- Es una piel fina, adelgazada, opaca, blanca o seca, que produce tirantez.
- No se perciben orificios glandulares de las glándulas sebáceas, en algunos casos se pueden percibir irritaciones localizadas.
- Las arrugas y las mímicas son más marcadas y acentuadas.
- No hay existencia de comedones.
- Al tacto se presenta una sensación de sequedad y fina rugosidad, con falta de la leve untuosidad que da el manto ácido.

- Poco elástica y muy fina.
- Es fácilmente irritable y sensible, principalmente en personas de piel blanca.

#### **PIEL DESHIDRATADA:**

- La secreción sebácea puede estar normal en su calidad pero alterada en su cantidad, como sucede en la piel alópica, con la diferencia que la hidratación superficial se ve disminuida, como también la profunda.
- La secreción de glándulas sebáceas y sudoríparas es escasa.
- La piel presenta escamas, finas y opaca, a veces fisurada o resquebradiza.
- Presenta una intolerancia a los cambios climatológicos y jabones alcalinos.
- Se pueden presentar en brazos, palmas de manos y plantas de pies produciéndose una afección de la piel. (paraqueratosis fisuraria).

#### **PIEL SENSIBLE:**

- Presenta un aspecto terso.
- De fácil enrojecimiento y facilidad al mancharse.
- Tendencia a irritarse y la inflamación.
- Sensación de ardor, calor, tirantez, y prurito en algunos casos.
- Pueden presentarse con este tipo de piel telangectasias, máculas múltiples arrugas finas y contiguas, erupciones localizadas, eritemas, eritrosis, etc.
- Están muy relacionadas con las pieles reactivas, y en caso de no ser tratadas puede desencadenar una rosácea.

#### **PIEL SOBREHIDRATADA:**

- Es la que presenta un aumento relativo en su inhibición acuosa.
- Normalmente los niños tienen su piel mas hidratada que la del adulto; también la mujer con respecto al hombre, sobre todo en algunos cambios hormonales( premenstruales, embarazos).
- Posee la piel fría, húmeda, cianótica, pastosa.
- Mayormente se tiene este tipo de piel en casos de hipertiroidismo, como consecuencia de stress o efectos emocionales, o como resultado de una enfermedad febril en el momento del descenso de la temperatura.

#### **PIEL MIXTA:**

- Biotipo cutáneo que se presenta frecuentemente, personas que coexisten con dos biotipos diferentes, generalmente es en la cara donde alternan las zonas seboreicas y las zonas atípicas.
- Mayormente las zonas de gratitud se localizan en la zona T (mentón, nariz, mejillas, mentón).
- Tienen un aspecto oleoso, brillante.
- De textura áspera y desapareja, tendencia a la aparición de pápulas, comedones, pústulas, y espinillas principalmente.