

ESTETICA

Pedicure Estetico

Il pedicure si divide in: pedicure estetico e pedicure curativo.

Quello estetico va eseguito per modificare l'aspetto del piede, quindi togliere le pellicine, pulire, limare, tagliare l'unghia. Smalto e levigatura dei calli.

Quello curativo, a differenza di quello estetico, è approfondito sul discorso dei difetti della pianta del piede, come appunto i calli, duri, occhi di pernice e anche unghie

Pedicure Curativo

A differenza del più famoso pedicure estetico durante il quale vengono semplicemente tagliate le unghie e applicato lo smalto, questo tipo di pedicure va a curare i problemi più complessi del piede ad esempio l'unghia incarnita (problema in aumento tra le donne a causa della moda di portare scarpe a punta stretta ma anche tra gli uomini che giocano a calcio e usano scarpe non adatte alla vita di tutti i giorni), tilomi (più comunemente definiti calli), duri, funghi vari delle unghie, ecc..



Pulizia del viso

La pulizia del viso è considerata nel campo estetico il trattamento di base e serve a rimuovere dalla superficie cutanea le impurità, le cellule morte (le lamelle cornee in via di desquamazione) ed i punti neri (comedoni).

Alcuni fattori potenziano l'effetto cosmetico:

- **l'umidità**, perché macera lo strato corneo (la parte esterna della cute) provocando la dilatazione dei pori.
- **l'aumento della temperatura cutanea**, perché diminuisce la viscosità del sebo e quindi facilita la rimozione dei comedoni (punti neri).
- **la vasodilatazione**, perché stimola l'ossigenazione dei tessuti.

Nel passato le donne ricorrevano all'uso di suffumigi e di impacchi caldi, oggi tali pratiche sono sostituite da moderni generatori di vapore arricchito di ossigeno nascente ed il trattamento viene effettuato da estetiste. Per la scelta della metodica, è necessario osservare accuratamente la [tipologia cutanea](#) per individuare cosmetici, apparecchiature, procedure e frequenza del trattamento.

La "Pulizia del viso" si configura come il **trattamento classico di base** per mantenere la corretta funzionalità cutanea e preparare la pelle a pratiche estetiche e/o mediche per prevenire o attenuare gli inestetismi più diffusi.

Pulizia del viso - Esempio di protocollo

Trattamento Professionale

- Detersione accurata della pelle utilizzando un detergente adatto alla tipologia cutanea;
- Tonificazione utilizzando una lozione tonica alcolica adatta alla tipologia cutanea:

- Applicazione di un peeling (contenente enzimi, AHA o BHA etc...) o di un gommage per favorire il distacco delle lamelle cornee superficiali che mescolandosi al sebo e alle impurità formano un tappo che blocca l'ostio follicolare causando la formazione del comedone;
- Applicazione del vapore caldo ozonizzato per ottimizzare la preparazione della pelle e facilitare l'estrazione manuale delle impurità e dei comedoni;
- Eliminazione manuale accurata e delicata dei comedoni;
- Applicazione di un siero concentrato adatto al tipo di pelle ad effetto: calmante/disarrossante, sebo-equilibrante, idratante/nutriente, tonificante/restitutivo;
- Applicazione di una dose di crema adatta al tipo di pelle per eseguire un accurato massaggio manuale, idratare, nutrire;
- Esecuzione del drenaggio linfatico del viso e del collo utilizzando una speciale apparecchiatura studiata per l'esecuzione di questa tecnica;
- Applicazione della maschera personalizzata adatta al tipo di pelle (maschere di argille ad effetto calmante ed assorbente, maschere/gel arricchite con fitoestratti e complessi vegetali, maschere/crema con effetto idratante ed emolliente etc.);
- Eliminazione dei residui di maschera e tonificazione;
- Conclusione del trattamento con l'applicazione di un cosmetico idratante/protettivo secondo la tipologia cutanea.



L'estetista esperta consiglia (Lulù)

Ecco alcuni accorgimenti per aiutare a mantenere a lungo l'effetto di tali trattamenti:

- Utilizzare due volte al giorno un detergente ed un tonico adatti al tipo di pelle per effettuare una accurata pulizia, eliminare i residui del maquillage e rimuovere le sostanze che si depositano sulla superficie cutanea (polvere - prodotti dell'ambiente - sebo, ecc.). Una corretta e quotidiana igiene cutanea è alla base della salute e della bellezza dell'epidermide.
- Utilizzare ogni giorno un prodotto idratante: qualsiasi tipo di pelle necessita di una corretta e costante idratazione. Completare con l'applicazione di un prodotto specifico per il tipo di pelle, per esempio: sebo - normalizzante nel caso di pelle impura e seborroica, nutriente/emolliente nel caso di pelle particolarmente arida e povera dei lipidi naturali, un prodotto decongestionante - disarrossante, nel caso di pelle sensibile e con tendenza all'arrossamento e alla couperose.
- Utilizzare ogni mattina (365 giorni l'anno) un prodotto contenente fattori di protezione UVA/UVB se si vive in ambienti soleggiati o se si svolgono attività all'aria aperta.
- Utilizzare due volte alla settimana una maschera adatta al tipo di pelle.

Seguendo questi consigli si può mantenere una pelle più pura ed equilibrata e prevenire ed attenuare gli inestetismi più diffusi.

Ceretta completa (Braccia-Gambe-Gambaletto-Coscia)

I peli superflui sono un vero e proprio cruccio, soprattutto in estate, ma anche in inverno, per chi vuole sentirsi sempre in **ordine anche lontano** dalla spiaggia. Si ricorre quindi alla **depilazione**: tra i vari metodi, la **ceretta** è

sicuramente uno dei modi migliori per avere una **pelle liscissima**, in quanto il suo effetto dura a lungo e può addirittura rallentare la **crescita dei peli**.

La pelle del corpo, tranne in alcune zone circoscritte (pianta dei piedi, palmo delle mani, labbra), è interamente ricoperta dai peli, la cui funzione primitiva, ossia quella di proteggerlo dalle aggressioni esterne, si è tuttavia persa nel tempo. I peli oggi rappresentano invece per la maggior parte delle donne una fastidiosa incombenza: la loro rimozione, sia per ragioni strettamente estetiche che per altri motivi (es. attività sportiva), è infatti una pratica largamente diffusa. Com'è noto, i peli sono costituiti da una radice, inserita nel follicolo pilo-sebaceo, e da un fusto, che rappresenta la parte visibile, che cresce con una velocità di circa 1 centimetro al mese. La velocità di ricrescita del pelo è strettamente legata alla tecnica di depilazione impiegata.

Depilazione o epilazione?

La **depilazione** consiste nell'eliminare il fusto del pelo senza intervenire sulla radice. Può essere attuata con il rasoio (a lama o elettrico) o attraverso creme o saponi depilatori. Questo tipo di depilazione, lasciando in sede la radice, comporta una ricrescita piuttosto rapida e, nel contempo, un visibile ispessimento del pelo.

L'**epilazione**, invece, consiste nell'estirpare il pelo dalla radice attraverso uno strappo meccanico. Sia che venga utilizzata la cera a caldo o a freddo, il pelo deve avere una lunghezza minima di 4 millimetri per poter essere agevolmente e completamente estirpato. E' il metodo più efficace per mantenere la pelle depilata a lungo (fino a due-tre settimane). E' però un metodo poco pratico e piuttosto doloroso.

La ceretta a caldo

E' il rimedio ideale per una peluria folta e spessa. Le **cerette** a caldo sono costituite da un mix di sostanze (soprattutto resine e cere) che vengono riscaldate e spalmate sulla pelle, allo stato fuso, nella direzione del pelo. Nel solidificare, inglobano il pelo che così può essere estirpato con uno strappo energetico; il calore della cera consente al follicolo pilifero di aprirsi, facilitando l'operazione. Per contro, il calore, provocando un vasodilatazione, rende questo metodo controindicato per chi soffre di vene varicose o di fragilità capillare.

La ceretta a freddo

Più semplice e più pratica rispetto alla cera a caldo, la **cera a freddo** deve essere preferita da chi soffre di fragilità capillare e ipersensibilità della cute al calore. La cera a freddo è costituita da vari componenti: il principale, il glucosio, conferisce una consistenza semisolida al preparato. Può essere utilizzata tale e quale oppure sottoposta ad un breve riscaldamento (a bagnomaria o a microonde) per facilitarne l'applicazione sulla pelle. La cera va spalmata nella direzione del pelo e successivamente vi va fatta aderire una striscia di tessuto compatto; con uno strappo energico contropelo è possibile asportare contemporaneamente la cera e i peli che vi sono rimasti intrappolati. Sono anche disponibili in commercio particolari strisce con un sottile strato di cera incorporata; la striscia, dopo un breve riscaldamento fra le mani, va applicata sulla zona da depilare e strappata energeticamente.

La pinzetta

Con la pinzetta si strappano i peli ad uno ad uno, bulbo compreso. E' perciò indicata solo per depilare zone limitate come sopracciglia, baffetti, intorno ai capezzoli, ombelico ed eventualmente inguine,. Utile anche per i ritocchi, specie dopo la ceretta, oppure per liberare peli incarniti. Il pelo deve essere afferrato il più vicino possibile alla pelle ed estirpato con un colpo secco, tirando nella direzione del pelo. E' consigliabile disinfettare la zona trattata prima e dopo la depilazione.

E dopo? è d'obbligo idratare la pelle, che può essere "addolcita" con un **olio** o un **latte per il corpo**, meglio se ricco di sostanze ad azione lenitiva. E' inoltre importante evitare di applicare sulle parti trattate saponi, deodoranti e spray profumati per le successive 24 ore.

Alcuni consigli pratici dell'estetista (Lulù)

- Per ovviare la comparsa di peli incarniti può essere utile esfoliare regolarmente la pelle da depilare con uno [scrub](#) o con un guanto di crine.
- La crema depilatoria può essere rimossa, per risultati migliori, con un guanto ruvido, praticando leggeri massaggi.
- Prima della ceretta è bene trattare la parte da depilare con un [esfoliante](#): se la pelle è perfettamente pulita e liscia, infatti, il prodotto aderisce meglio. Inoltre La zona de depilare deve essere asciutta; in caso contrario la si può cospargere con un po' di talco.
- Per uno strappo meno doloroso può essere utile applicare una crema pre-depilatoria: grazie alle proprietà emollienti ed idratanti prepara la pelle al trattamento successivo.

MANICURE

Le mani sono degli “ strumenti “ molto importanti per l’essere umano. Senza il loro ausilio non avremmo mai potuto sfamarci, costruire case o creare magnifiche opere d’arte. Per questo, è molto importante saper prenderci cura anche di loro almeno per 15 / 20 minuti alla fine della nostra giornata. Le dobbiamo trattare in modo dolce ed armonioso, in modo da renderle sempre belle e giovanili. Si sa, con l’età possono apparire le prime rughe ma, grazie a persone esperte come l’estetista, possiamo renderle più splendite grazie alla manicure.

Nei prossimi paragrafi andremo alla ricerca del segreto di pulcinella per migliorarle.

Storia della manicure

Sin dai tempi antichi le mani erano uno strumento indispensabile che permetteva di cacciare, pescare, costruire case e fabbricare pelle per coprirsi. Le nobildonne romane si prendevano cura del loro corpo ed anche delle loro mani immergendosi in bagni con oli essenziali. Con il passare del tempo, invece, le mani cominciarono a rappresentare un simbolo per definire il ceto sociale di una persona. Quelle sporche e piene di grasso indicavano la classe povera o media, le persone che lavoravano. Quelle curate e perfette rappresentavano l’alta borghesia, che viveva tra gli agi e l’ozio. La mentalità negli anni ottanta-novanta cominciò a cambiare. Prese il sopravvento la moda. Unghie e mani dovevano essere perfette anche per il ceto sociale medio. Cominciarono a farle curare e levigare dall’ estetista, che cominciò ad avere sempre maggiore successo. Negozi vengono aperti esclusivamente per la cura delle mani, dove ci si può rilassare e lasciarsi coccolare. Cominciò a prendere diffusione anche la manicure con il french, che consiste nell’applicare uno smalto trasparente sull’unghia e la sua fine viene evidenziata da uno smalto bianco che fa da contrasto. La cura delle mani è diventata importante anche per gli uomini. Quest’ ultimi , all’inizio scettici verso questa cura maniacale per le mani, con il passare del tempo si resero conto che una mano curata dà una buona immagine. Negli ultimi anni, oltretutto, viene effettuata nei centri estetici la ricostruzione delle unghie. Si tratta di una manicure molto più complessa in cui viene applicato un gel speciale che le fa indurire e quindi renderle più resistenti. In questo modo le nostre mani saranno perfette più a lungo.

A cosa serve

La manicure negli ultimi tempi è diventata importante perché l’apparire è diventato fondamentale. Uomini e donne d’affari, sempre a contatto con i clienti, devono possedere mani perfette per stringere le mani. Le Commesse devono avere unghie laccate nel momento in cui devono servire la clientela Le spose devono essere perfette il giorno più bello della loro vita : semplici o con il french devono apparire fresche e riposata, dato che il giorno della cerimonia, al momento di scattare le foto, devono apparire nel migliore della forma. E che dire della ricostruzione delle unghie, che ci permette di avere mani perfette per un periodo più lungo e soddisfare in questo modo il nostro ego. Unico inconveniente di questa applicazione è quella che, se l’unghia si rompe, si deve ricorrere ai ripari per sistemarla. Dopo una settimana orribile, la manicure serve per rilassarsi e godere la tranquillità che dona. Lasciati o concediti un massaggio alle mani stanche della giornata appena trascorsa. Chi ha faticato tutta la settimana, quegli attimi di relax la ringiovaniscono e portano una ventata di buonumore al loro sistema nervoso. Oltretutto chiaccherare con l’estetista aiuta a raccontare pettegolezzi, che aumentano il livello di serotonina e quindi dormire senza preoccupazioni. L’unghia rotta è brutta da guardare, non puoi

camminare per strada con la mano che grida vendetta per quel pezzo rotto che ha bisogno di cure. La manicure può diventare una forma maniacale per alcune donne tanto che, se ogni giorno non vanno dall'estetista per farsele curare, non sono contente e soddisfatte. Per questo motivo, care ragazze è importante anche darsi dei limiti, altrimenti si finisce nel ridicolo, non essendo più coerenti con noi stesse.

Caratteristiche e tipologie di manicure

Le unghie, soprattutto se belle, sono sinonimo di cura e attenzione al proprio aspetto. Per questo motivo la manicure è importante, perché ti permette di renderle splendide. Per questa ragione è molto importante usare prodotti specifici che sappiano renderle magnifiche.

I passi per iniziare una manicure perfetta sono pochi e semplici, ma basilari da seguire.

Per prima cosa dobbiamo immergere le mani in una ciotola di acqua calda. Lasciarle a bagno per circa 10 minuti. In questo modo le ammorbidiamo, rendendole morbide da lavorare. Se non possediamo in quel momento una ciotola di acqua, possiamo usare lozioni specifiche che hanno lo stesso effetto.

In seguito, mettere del cotone attorno alle unghie, in modo da proteggerle e non rovinarle nel momento in cui dovremo lavorarci. Con una lima, cominciamo a rimuovere le parti rovinate. Naturalmente possiamo decidere se accorciarle oppure lasciarle lunghe. Decidere persino la forma : a volte arrondate, altre quadrate. Bisogna solamente decidere quella la più adatta a noi. Con un apposito strumento togliamo le pellicine. In questo modo saranno perfette per essere ammirate in ogni occasione.

Per ultima cosa, ma non meno importante, è massaggiare le mani in modo da rilassarle. Esistono in commercio apposite creme che le rendono morbide. Prodotti basati sull'aloè vera le rendono stupende e al tocco.

Su internet o nei diversi centri commerciali esistono anche dei macchinari, che permettono di effettuare la manicure in poco tempo, grazie agli strumenti inclusi nella loro confezione che andremo ad analizzare più avanti.

Esiste inoltre un'altra specie di manicure, che consiste nella [ricostruzione delle unghie](#). Il procedimento è simile a quello della manicure semplice ma, grazie a prodotti speciali e al gel che vengono applicati, le unghie saranno più dure. L'unico inconveniente di tipologia di manicure, è quella che, se l'unghia si rompe, si deve correre dall'estetista molto più spesso. Quindi se non si ha molta disponibilità di liquidi, vi consiglio di applicarla.

Accessori

Gli accessori o utensili che ci permettono di rendere le unghie belle sono tantissimi, tra cui : la limetta (che può essere in ferro o in carta), la tronchesina, le forbici, il buiff.

Naturalmente, gli oggetti aumentano se si vuole il french. In questo caso, nel vostro set non possono mancare lo smalto bianco, quello rosa ed inoltre le apposite strisce che permettono di effettuare la forma dell'unghia bianca.

Adesso andiamo ad analizzare ogni singolo pezzo precedentemente accennato nelle righe precedenti.

Lima : attrezzo che serve per sistemare le unghie e quindi darle una forma. La lima può essere di carta o di ferro. Quella in carta principalmente viene utilizzata dall'estetista per l'igiene, dato che è usa e getta. C'è anche quella in ferro, che sta perdendo il suo uso, dato che non è più di voga.

Asciugamano : serve per asciugare le mani quando le togliamo dall'acqua e le asciugiamo per cominciare la manicure.

Forbice : La forbice è piccolina rispetto alle altre, ma estremamente utile per tagliare le unghie spezzate.

Pinzetta : con questo attrezzo togliamo le pellicine, in modo da renderle belle.

Acetone : oggetto che ci servirà per togliere lo smalto precedentemente messo sulle nostre mani

Batuffoli di cotone : Ci aiuteranno per togliere lo smalto vecchio

Smalti : Smalti di ogni tipo, rosa, bianco o nero per dare il colore desiderato, da abbinare con i vestiti o gli accessori. Grazie alla loro azione possono donarci un aspetto divino.

Smalto rinforzante : Bisogna applicarlo prima dello smalto normale. Serve per rinforzare le nostre unghie, in modo da non romperle facilmente. Di solito ha un colore trasparente

Smalto per french : serve per creare delle vere e proprie opere d'arte sulle nostre mani. La manicure a french è diventata trend negli ultimi anni.

Negli ultimi tempi, infatti, è diventata di gran moda. Le giovanissime la applicano per farsi notare, mentre le signore per avere un aspetto presentabile.

Oltre a questi accessori, esiste una macchina che serve quando per ricostruire le unghie.

Questo oggetto serve a far indurire il gel sulle unghie, in modo che quest' ultime diventino dure.

