

REDUCTIVOS Y CORPORALES



academialupita1@hotmail.com
Isidro Fabela Sur 715 col Américas.
Toluca, Mexico.
Tel 01 722 2 701765

HF
Hair Fashion Professional



DIRECCIÓN GENERAL ADMINISTRATIVA
SUBDIRECCIÓN GENERAL ADMINISTRATIVA.
PLANEACIÓN Y PROGRAMACIÓN DE RECURSOS DIDÁCTICOS.
SUPERVISIÓN ESCOLAR.

ACADEMIA DE ESTILISTAS PROFESIONALES

“LUPITA”

“REDUCTIVOS Y CORPORALES”





**PRESIDENTE FUNDADOR
Y**

DIRECTOR GENERAL.

MARTÍN GARCÍA MANZANARES.

ELABORACION DE LA OBRA.

PROFRA: MARIA DEL CARMEN CORONEL GOMEZ

**CORPORATIVO DE ACADEMIA DE ESTILISTAS PROFESIONALES
“LUPITA”**

ISIDRO FABELA SUR No. 715

COL. AMERICAS

TOLUCA, MÉX.

TEL. (017) 2-70-17-65

academialupita1@hotmail.com

RESERVADOS TODOS LOS DERECHOS. Quedan rigurosamente prohibidas sin autorización escrita de los titulares de Academia de Estilistas Profesionales “Lupita”, bajo las sanciones establecidas en las leyes la reproducción total o parcial de esta obra y la reproducción de ejemplares de ella, mediante alquiler o préstamo público.

INDICE

Prologo	6
Introducción	7
Examen de exploración	8
Historia	10
Lista de material	11
Contenido científico	12
Los masajes	12
Diferentes tipos de masajes	13
Técnicas de masaje	14
Desventajas de un masaje	15
Ventajas de un masaje	16
Como hacer masajes	16
Que es la lipoescultura	17
Faciales	18
Diferentes tipos de faciales	18
Que es un temazcal	20
Los reductivos y la naturaleza	21
Forma correcta de medir a tu modelo	26
Forma de dar un masaje con cada producto	26
Reducción de la antecadera y la espalda	27
Moldear la figura con vendas frías y temazcal	28
Moldear la figura con vendas frías y baño de asiento	30
Reducción, aumento y levantamiento de busto	32
Reducción, aumento y levantamiento de glúteos	33
Reducción de chaparreras y brazos	35
Técnica: baño de novia	36
Técnica: despigmentación de la piel	38
Técnica: erradicación del acné	40
Técnica: chocolaterapia y vinoterapia	42
Velo de novia	44
Limpieza facial profunda	45
Extracción de grasa del rostro	47
Levantamiento de rostro (Rejuvenecedor de rostro)	48
Examen de exploración	50

PRÓLOGO.

Estamos iniciando la materia de Reductivos y Corporales, un área muy importante donde te daremos la seguridad de verte muy hermosa al igual que verte espectacular con tratamientos reductivos, masajes y faciales, con la tecnología más avanzada, mezclándola con la naturaleza.

Es por eso que el día de hoy, querido alumna (o), te damos la bienvenida al fascinante y maravilloso mundo de la belleza. Te invito a que te comprometas y a que ames tu profesión, porque es en ese momento cuando surge la magia.

Academia de estilistas profesionales “Lupita”, se compromete a capacitarte con responsabilidad y sobre todo con ética profesional, es por eso que nos dimos a la tarea de investigar y realizar cada una de las antologías verificando que la información que cada una de ellas contiene sea la más actual y la más completa.

INTRODUCCION

“Ser joven significa ser dueños de nuestra vida, de nuestro presente y estar dispuestos a desafiar nuestro porvenir; aceptar las circunstancias sin envidiar ni protestar; admitir la maravilla que somos y lánzanos a conquistar nuestro propio destino”.

EXAMEN DE EXPLORACION

- 1.- ¿Cómo se le conoce a la técnica de dar masaje?
- 2.- Material a utilizar para realizar un masaje
- 3.- Forma correcta de medir a tu modelo
- 4.- ¿Qué tipos de faciales se pueden realizar?
- 5.- Pasos básicos para un facial
- 6.- ¿Qué tipo de reducción lleva la lipoescultura?
- 7.- ¿Qué importancia tiene el uso del antibacterial?
- 8.- Medidas de higiene que debes tomar
- 9.- Explica la forma de dar masaje de cada uno de los productos
- 10.- Forma correcta del uso de las vendas
- 11.- Menciona cada una de hierbas que se utiliza para realizar el Temazcal
- 12.- ¿Qué mezcla utilizas para el baño de novia?
- 13.- ¿Qué es un saca comedón y para que sirve?
- 14.- ¿Qué uso tienen los 3 cius o recipientes faciales?
- 15.- ¿Qué dedos utilizamos para dar un masaje en cada uno de los faciales?
- 16.- Menciona los pasos básicos para un masaje
- 17.- ¿Qué diferencia existe en la loción reductora y el gel reductor?
- 18.- Menciona cada uno de los materiales para la realización de un facial
- 19.- Menciona los pasos para la realización de un temazcal
- 20.- Menciona el tiempo de pose para el producto siguiente:
Leche limpiadora:
Leche exfoliante:
Gel reductor:

-
- 21.- ¿Cuándo realizamos levantamiento donde colocamos la primera venda?
 - 22.- Menciona como se le llama a la técnica o forma que realizamos al colocar las vendas en la cadera y por que
 - 23.- Menciona los pasos para el levantamiento de busto
 - 24.- ¿En la reducción de cadera porque trabajamos un lado en una sola sección?
 - 25.- ¿Por qué es importante utilizar bata blanca?
 - 26.- ¿Cada cuánto se puede realizar un masaje?
 - 27.- ¿Tiempo de pose para un masaje con venda?
 - 28.- Menciona paso a paso la realización y el material para el rejuvenecimiento

HISTORIA

La historia del masaje se remonta milenios atrás, en tiempos prehistóricos en que los humanos ya sentían el instinto de acariciar el cuerpo, cuando este se hallaba aquejado por excesos alimenticios.

La historia del masaje, está muy documentada en muchos textos históricos, pero realmente es muy difícil tener una conclusión clara y precisa. Se ha practicado en todas las culturas y en todas las épocas, pero los primeros datos escritos datan de hace más de 5000 años.

En China, 2500 (años A.C.) se considera el primer tratado de Masaje reductivo. Recoge el pensamiento Taoísta, apuntando la conveniencia de realizar masajes y ejercicios respiratorios con fines reductivos. También se escribió el (canon de medicina interna del Emperador) alrededor de 500 años A.C. donde se recomienda la práctica del masaje, con hierbas yacientes de esa época para una mejor escultura. Cosa que hasta los reyes homosexuales y bisexuales lo practicaban para tener una mejor presentación corporal

En la India tenemos libros (180 años A.C.), donde indicaban la práctica de ejercicio, dietas, baños y la aplicación de masaje como obligaciones cotidianas de la mujer y también del hombre.

En Occidente en el siglo V y IV antes de Cristo el periodo de más esplendor en el griego. Grecia: Los griegos han sido los primeros en dejar constancia escrita de la práctica del masaje. Se utilizaba sobre todo para las personas que hacían gimnasia, de hecho fueron los creadores de los primeros juegos olímpicos, gracias a ellos la práctica del masaje es habitual entre los gimnastas. Este les daba consistencia además de un bello cuerpo.

Los Griegos (460-380 AC) hablan de hacer fricciones (Masajes) sobre la piel, músculos y vísceras para tratar y eliminar las grasas externas y facilitar ciertas acciones fisiológicas.

Los romanos se fueron dejando influenciar por los griegos adoptando sus médicos, masajistas, filósofos, su arte y gran parte de sus costumbres. Para los romanos, el masaje era un acto paralelo al baño.



LISTA DE MATERIAL

- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Gel reductor
- ★ Loción tonificante
- ★ Vendas
- ★ Gel conductor
- ★ Mascarilla de barro
- ★ Loción reductora
- ★ Leche nutritiva de colágeno
- ★ Shampoo para rostro
- ★ Loción antiacné
- ★ Mascarilla de avena
- ★ Loción piel sensible
- ★ Envoltura de vino
- ★ Envoltura de chocolate
- ★ Gel antibacterial
- ★ Toallas faciales
- ★ Sabanas
- ★ Recipientes
- ★ Calentador eléctrico
- ★ Atomizador
- ★ Cubre bocas
- ★ Saca comedón o Espinillera
- ★ Abate lenguas
- ★ Cius
- ★ Toallas (Dif. Tamaños)
- ★ Vaporizador
- ★ Hierbas
- ★ Filipina blanca
- ★ Camilla
- ★ Plástico



CONTENIDO CIENTIFICO LOS MASAJES

Se cree que la palabra masaje deriva de distintas fuentes. La raíz latina mansa y las raíces griegas massein o manso significan tocar, asir, estrujar, o amasar. El verbo francés masser también significa amasar. La raíz árabe mass o mass'h y la raíz sánscrita makeh se traducen como "apretar con suavidad". El comportamiento animal, ejemplificado a través de la aplicación de presión, frotamientos o lametones, manifiesta que el masaje se emplea de forma instintiva para aliviar el dolor o curar las heridas. Los masajes son parte de la medicina manual y a lo largo de la historia han mantenido su autonomía en la mejora de la salud.

El masaje es una modalidad que se realiza con una presión fuerte y una velocidad mas rápida a la usual.

El masaje reductivo busca ayudar a eliminar el acumulado de grasa localizada y a la vez, estilizar el contorno de la figura logrando una silueta más estética. En este masaje se trabajan las zonas con mayor cantidad de grasa del cuerpo, provocando calor con especiales movimientos que ayudan a disolver el tejido adiposo.

Los movimientos y técnicas del masaje reductivo ayudan a intensificar la circulación y el metabolismo local, a remover las grasas, a incrementar el consumo de calorías debido a la actividad motora.

Los compromisos sociales casi siempre involucran un desayuno, comida, o una cena o un cafecito con las amigas o la familia, inevitablemente, esto se traduce en libre extra y rollitos de grasa en zonas indeseables.

Afortunadamente una sesiones de masajes reductivos podrán ayudarte a eliminar lo que sobra para que tú puedas enfocarte a decidir con que ropita has de lucir tu cuerpazo.

Aquí te doy algunas consideraciones que debes tener en cuenta antes de decidirte por un masaje y de qué tipo.



DIFERENTES TIPOS DE MASAJES

El masaje es tanto un arte como una ciencia, en cuanto a arte posee una parte técnica, viva y por ello en constante cambio y adaptación. Sus beneficios han llegado hasta nuestros días evolucionando desde las técnicas más simples para proporcionar relajación y favorecer el sueño, hasta el desarrollo específico de algunas más complejas para aliviar o eliminar dolencias concretas del cuerpo o el organismo.

Los diferentes tipos de masajes son:

Mecánicos: En referencia a como las fuerzas mecánicas relacionadas con cada maniobra afectan a los tejidos.

Fisiológicos-higiénicos: Cuando se efectúa el masaje en una persona sana para proporcionar mayor vigor al organismo o para aliviar el cansancio, se asocia a la práctica de ejercicio gimnasias suaves y/ o baños termales.

Preventivos: Estos se cumplen cuando se localiza por palpación una zona tensa o con posible lesión, cuando se delimita, y al comunicárselo al sujeto que recibe el masaje y al tratar. Así se cumplen dos de las funciones del terapeuta: Educar, y promover la salud aconsejando que el masaje este unido a la práctica de ejercicio moderado, para mejorar el bienestar general, y conseguir además que el tratamiento perdure.

Terapéuticos: Cuando se utiliza el masaje para mejorar la función circulatoria, recuperar la movilidad restringida entre los tejidos dañados, aliviar o reducir el dolor, o para optimizar la conciencia sensorial. Por otro lado, en el momento en que el masaje proporciona relajación, bienestar y tener bajo nivel de estrés, ayudando en la recuperación y el mantenimiento de la salud se convierte, aun sin pretenderlo, en un acto terapéutico. El masaje terapéutico debe ser realizado solamente por fisioterapeutas.

Estéticos-higiénicos: Cuando tiene por finalidad mejorar el aspecto externo de la persona, eliminando los depósitos de grasa, devolviendo al músculo su tono y relajando el cansancio. Igualmente tiene resultados higiénicos puesto que eliminar el cansancio en una persona sana produce un resultado estético.

Deportivos: Cuando se efectúa para preparar a un deportista con finalidad competitiva antes, durante y después de la práctica del mismo.

Psicológicos-anímicos, o para la relajación: El contacto de la mano experimentada proporciona seguridad y confort, a la vez que regula y alivia la tensión psico-física.

Sexuales: Proporciona mayor satisfacción sexual y estimula el cuerpo para obtener mayor placer.

Fricción: Se trata de deslizar las manos en direcciones contrarias para crear una fuerza centrífuga que tiene como tarea lograr acomodar la grasa de ciertas áreas específicas.

Vibraciones: Mediante un aparato se intenta transmitir a la zona trabajada una serie de movimientos oscilatorios de máxima frecuencia que harán que se mueva el tejido adiposo.

Amasamiento: Como su nombre lo indica, es una manipulación profunda con las manos para estimular el aparato neuromuscular, se levantan y comprimen las fibras musculares para lograr el resultado.

Drenaje: Intenta hacer llegar al sistema linfático, el exceso de líquido acumulado en el cuerpo para que se elimine.

Pinzamientos: Este masaje consiste en dar pequeños golpecitos a la masa muscular se realiza con las dos manos, tiene como objetivo mejorar la circulación y la nutrición muscular.

TÉCNICAS DE MASAJE

- ★ Amasamiento
- ★ Pellizcamiento
- ★ Roce
- ★ Percusión
- ★ Hachadura

Con un masaje reductivo se pueden reducir hasta 10 cm en 5 sesiones.

La sesión tiene una duración de 2 a 3 horas.

Es muy importante que el tratamiento se acompañe de una dieta y de ejercicio para obtener resultados e intensificar los efectos, ya que el masaje reductivo reduce medidas no peso.

Un tratamiento de estos con varias sesiones logra alcanzar la tonificación y afirmación del tejido adiposo, dando consistencia al cuerpo ayudando a la eliminación de celulitis.

En las mujeres la zona en donde más se trabajan son:

- ★ Abdomen
- ★ Cadera
- ★ Brazos

En los hombres principalmente se realizan en:

- ★ Abdomen
- ★ Zona pectoral



DESVENTAJAS DE UN MASAJE

Las ventajas del masaje son numerosas, pero es importante conocer las principales contraindicaciones para no perjudicar, y poder actuar así con seguridad y eficacia. Como su nombre indica, las contraindicaciones se refieren a aquellos casos en los que, de una forma parcial o total, no es conveniente efectuar masaje. Y se reducen, en la mayoría de los casos, a la aplicación del masaje en el área a tratar, Ya que por ejemplo (p. ej.): Es acertado aplicar masaje en la zona cervical y en el músculo trapecio, a una persona con una enfermedad arterial importante de las extremidades inferiores (EEII). Pero no lo es realizar masaje en las EEII en caso de un edema importante. A continuación se citan las más importantes:

Durante los tres primeros meses del embarazo. Luego de ese período, con prescripción médica, solo se le aplica el masaje en posición sentada o recostada lateralmente, con técnicas suaves y evitando zona de vértebras lumbares, vientre y tórax.

En caso de cualquier tipo de intervención quirúrgica (cesárea), deberán transcurrir seis meses antes de someter al individuo a una sesión de masajes.

Enfermedades infecciosas de la piel (p. ej. Hongos, lupus) y otras no infecciosas generalizadas (p. ej. Dermatitis alérgica). Ulceras por decúbito (UPP) y quemaduras.

Enfermedades vasculares inflamatorias (p. ej. Flebitis) inflamaciones de los ganglios linfáticos y cadenas ganglionares. Debilidad vascular y retenciones circulatorias graves.

Trombosis y embolia arterial por riesgo de embolismo pulmonar o de otros tejidos del organismo, venas varicosas avanzadas y en cardiopatías en general (p. ej. Taquicardias, hipertensión arterial).

Inflamaciones agudas o patológicas con sintomatología típica: dolor, calor, rubor (color) y aumento de volumen.

Hematomas, hemorragias recientes, heridas sin cicatrizar, esguinces agudos, contusiones de importancia, edemas agudos, derrames articulares, desgarros tendinosos.

Enfermedades agudas o en fase evolutiva, como estados febriles, náuseas, úlceras gástrica ó duodenal muy avanzada.

Enfermedades de tipo metabólico como la gota.

Fibrosis y enfermedades musculares degenerativas.

Enfermedades reumáticas agudas.

Enfermedades infecciosas o tumorales.

Procesos inflamatorios de origen bacteriano.

Problemas renales en fase aguda. Cálculos de riñón, vesícula en fase de expulsión.

Rotura o desgarros de músculos, vainas, tendones, ligamentos.

Traumatismos recientes y tratamientos quirúrgicos.

Enfermedades del Sistema nervioso: Lesiones de las vías piramidales. Pacientes con cuadros de compresión nerviosa.

VENTAJAS

Se puede realizar en cualquier parte del cuerpo: cintura, cadera, piernas, abdomen, debajo de la barbilla.

Remueve y elimina la grasa de los tejidos

Remueve la celulitis

Beneficia la circulación sanguínea y linfática

COMO HACER MASAJES

El masaje debe realizarse en un ambiente adecuado, la persona debe estar en una posición cómoda, de relax.

La piel debe estar limpia, sin heridas ni contusiones o traumatismos, preferiblemente acostado sobre la camilla, la que debe estar a la altura de nuestra cadera de perfil.

Las uñas de quien realiza el masaje deben de estar cortas, preferiblemente sin esmalte, se deben de lavar con jabón y agua tibia y desinfectarse con alcohol gel. El masajista no debe usar anillos, relojes, pulseras ni cadenas, ósea nada que al momento del masaje pueda dañar la piel del cliente.



QUE ES LA LIPOESCULTURA

Se conoce como "la cirugía sin bisturí", no hay cirugía plástica, pero moldea el cuerpo a la vez que elimina los volúmenes de grasa que lo desfiguran. Esta técnica, es la alternativa ideal, que elimina los problemas de la Liposucción tradicional.

La Lipoescultura está indicada para personas jóvenes, que teniendo un peso aparentemente "normal", no consiguen eliminar pequeñas acumulaciones de grasa, ni con ejercicio físico, ni con severas y sacrificadas dietas alimenticias; pero también en personas con mayor edad o con sobrepeso.

Vemos que en la edad avanzada, el sobrepeso, e incluso la obesidad no son obstáculo para recurrir, en forma exitosa, a la Lipoescultura.

¿Cómo funciona?

Se trata de un tratamiento médico instrumental, que se realiza en una sala apropiada, la que cuenta con las condiciones necesarias de asepsia, seguridad y medios suficientes para atender cualquier situación eventual.

Se emplea anestesia local, mediante la infiltración de suero anestésico adrenalizado a bajas temperaturas, lo que además de tener un mayor efecto analgésico, disminuye al mínimo la posibilidad de pequeños sangrados y por consiguiente una menor posibilidad de hematomas y una mejor extracción de tejido adiposo en el lugar deseado.

Con Lipoescultura el especialista procede a extraer la grasa en la proporción deseada y apropiada para evitar las acumulaciones que afectan la figura. Pero también puede aumentar las proporciones de algunas partes del cuerpo, de ahí lo revolucionario de esta técnica.

Características y ventajas

Una técnica avanzada de "cirugía sin bisturí", sin heridas.

Las principales características y ventajas de la Lipoescultura son:

- Una técnica avanzada de cirugía sin bisturí, sin heridas.
- Técnica sofisticada que modela la parte específica del cuerpo en forma "artesanal", como esculpiendo (de ahí su nombre: Lipoescultura).
- Utiliza anestesia local, complementada con frío, en las zonas a tratar.
- Tiene un periodo postoperatorio muy corto y sin molestias, lo que le permite
- Se practica en áreas específicas, según las necesidades individuales.

FACIALES

Como su nombre lo indica es una limpieza básica, incluye limpieza, vapor y eliminación de puntos negros y bancos. Este tipo de facial es muy útil para todas las personas especialmente para la piel grasa. No involucra el uso de mascarillas especiales o masajes profundos.



DIFERENTES TIPOS DE FACIALES

Facial de limpieza básica

Como su nombre lo indica es una limpieza básica, incluye limpieza, vapor y eliminación de puntos negros y bancos. Este tipo de facial es muy útil para todas las personas especialmente para la piel grasa. No involucra el uso de mascarillas especiales o masajes profundos.

Facial normal

Tienen todos los pasos de los faciales. Son apropiadas para todas las personas. La diferencia de esta facial y la anterior es que el masaje es más prologado.

Faciales especiales

Son especializadas para necesidades de la piel como acné, deshidratación, machas en la piel, piel madura etc. Normalmente la mascarilla es especial y la limpieza es más profunda en el caso de acné. Son recomendadas para personas con problemas específicos y personas con piel sensitiva.

Faciales personalizadas

Estas faciales están diseñadas para cada persona es particular. La esteticista recomienda tratamientos especiales para el tipo de piel, estilo de vida y problemas que quieran corregirse. Ejemplos son acné, problemas de pigmentación o piel opaca.

Faciales con tratamientos especiales

Estas son facial que tienen mascarillas especiales o que usan aparatos como corrientes galvanizas. Son recomendadas para personas maduras o problemas como acné. Entre están faciales con ácido glicólico, parafina y otras.



QUE ES UN TEMAZCAL

El temazcal (del náhuatl temazcalli, “casa de vapor”, de temas “vapor” y calli “casa”), es un baño indígena con vapor de agua de hierbas aromáticas, propio en las culturas de México y Centroamérica. El término se refiere tanto al lugar donde se practica, como al evento en el que participa. El nombre equivalente en maya es zumpul-ché, en Mixteco Ñihi.



LOS REDUCTIVOS Y LA NATURALEZA

En los reductivos y temazcales se utilizan varias plantas medicinales como son:

Romero

El romero puede tomarse como infusión, especialmente tras las comidas copiosas, ya que favorece la digestión, combate la acidez estomacal y previene las flatulencias. En caso de intoxicaciones alimentarias, también el romero demuestra sus virtudes, inhibiendo la formación de bacterias peligrosas. Sus efectos tónicos y estimulantes ayudan en la recuperación de las afecciones respiratorias, así como en las del hígado.



Manzanilla

Ayuda a aliviar los procesos de inflamación tanto tomándola o usándola externamente, se le utiliza para hacer gárgaras cuando hay problemas de garganta y de encías, ayuda con la cicatrización, ayuda con problemas digestivos.



Muicle

Es muy útil para la presión arterial, purificar la sangre y sífilis otros empleos comunes del muicle son para dolores de cabeza y de riñón, anemia, mareos, insomnio y para la desinflamación de golpes.



Míspero

Aporta buenas dosis de fibra, es astringente por lo que combate la enteritis y las afecciones bucales, mejora la digestión, el flato, la gota, la retención urinaria y los trastornos hepáticos, es diurético, combate el colesterol alto, contiene propiedades para combatir el sobrepeso.



Eucalipto

Gripas, resfriados, bronquitis, asma, tos, anginas de pecho.



Gordolobo

Las hojas frescas previamente hervidas con un poco de leche calman la inflamación y obra como ligero antiséptico intestinal, para quemaduras se aplica en forma de cataplasmas.



Santa María

Consigue paralizar la actividad vital de los gusanos y -aunque no llega a acabar con su vida- facilita enormemente su expulsión si se emplea junto con algún purgante. Otra de las acciones que se le atribuyen es la de descargar el hígado, es decir, que actúa como colerético.



Albacar

Enfermedades de los riñones, cistitis, dolores de cabeza, meteorismo, malestar general por estrés, nerviosismo, digestión lenta o dificultosa, enfermedades del estómago e intestino, fiebre, tos, anginas, aftas, inflamación de oídos, heridas, pezones lastimados, piel agrietada, etc.



Ruda

Es muy útil para tratar casos de cólicos estomacales, de la misma forma sirve para tratar las diarreas, sirve para disminuir los malestares ocasionados por la menstruación, las infusiones de esta planta reducen la ansiedad y el nerviosismo.



Pirul

Se recomienda para padecimientos digestivos como cólicos, bilis, dolor de estómago y estreñimiento. También sirve para el dolor de muelas, dientes picados y la cicatrización de heridas, en los que se aplica la resina.



Capitaneja

Popularmente, las infecciones vaginales son tratadas con el cocimiento de la planta, administrada en lavados vaginales, el cocimiento también se emplea para limpiar heridas y enjuagar el cabello para evitar su caída, tomada en té se emplea para purificar la sangre.



Canela

Alivio de las náuseas, indigestiones y vómitos, ayuda a tratar los síntomas del resfriado, la gripe y colabora en la cura de la tos y el dolor de garganta, pues produce mucho calor. Como es astringente, también suele usarse en contra de la diarrea.



Orégano

Usado como antiséptico, así como una cura para el estómago y las enfermedades respiratorias. Facilita la eliminación de los gases acumulados en el tubo digestivo. Debido a esto es muy recomendado para aquellas personas que presenten meteorismo y flatulencia.



FORMA CORRECTA DE MEDIR A TU MODELO

- ★ Nombre de la modelo
- ★ Abdomen alto
- ★ Abdomen medio
- ★ Cintura
- ★ Abdomen bajo
- ★ Cadera
- ★ Busto

FORMA DE DAR MASAJE CON CADA PRODUCTO

- ★ Leche limpiadora: forma circular
- ★ Leche exfoliante: forma circular
- ★ Gel reductor: nudillos, manos abierta una sobre otra
- ★ La cintura con el brazo del puño al codo
- ★ El gel reductor: solo se utiliza cuando estamos utilizando la técnica de masaje
- ★ La loción reductora se utiliza solamente cuando utilizamos vendas



REDUCCIÓN DE LA ANTECADERA Y DE LA ESPALDA.

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Sábana desechable
- ★ Top y bóxer o tanga desechables
- ★ Toalla de medio baño
- ★ Toalla pequeña
- ★ Ciu grande
- ★ Atomizador
- ★ Agua de preferencia tibia
- ★ Antibacterial
- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Gel reductor
- ★ Loción tonificante

Pasos a seguir:

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábanas desechables.
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con la toalla pequeña.
3. Colocar sobre el auxiliar el ciu con agua de preferencia tibia, la toalla pequeña, el atomizador con agua, las leches limpiadora y exfoliante, el gel reductor, la loción tonificante y el antibacterial
4. Pedirle a la persona que se ponga su ropa desechable y se acueste en la camilla boca abajo. Cubrirle las piernas con la toalla.
5. Ponerse la filipina o bata, el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
6. Colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria de leche limpiadora y aplicarla en la espalda de la persona, realizar la limpieza dando un masaje en forma circular con las dos manos y retirarla humedeciendo la toalla en el agua tibia
7. Realizar el mismo procedimiento con la leche exfoliante.
8. Reducción de espalda: aplicar el gel reductor en la espalda y con los nudillos de las manos drenar la grasa en la columna vertebral, una mano detrás de la otra, si la persona desea aumento de busto, entonces vamos a llevar la grasa hacia donde inicia el busto, cuando el gel se seca agregar una poca de agua las veces que sea necesario, cuando ya no resbala, aplicar más gel.
9. Reducción de ante cadera o cadera alta: pedirle a la persona que se acueste de lado, aplicar gel reductor en la cadera alta y con el puño cerrado deslizar con fuerza todo el brazo para drenar en el ombligo, si la persona desea aumentar glúteos, con nudillos llevar la grasa hacia donde inicia el glúteo.
10. Aplicar loción tonificante y penetrarla con ligeros golpecitos con los dedos
11. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.



MOLDEAR LA FIGURA CON VENDAS FRÍAS Y TEMAZCAL.

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Temazcal portátil (Tina con hierbas)
- ★ Silla
- ★ Toalla grande y gruesa
- ★ Vaporizador
- ★ Cobertor colcha o edredón
- ★ Sábana desechable
- ★ Top, bóxer y/ o tanga desechables
- ★ Toalla de medio baño
- ★ Toalla pequeña
- ★ Ciu grande
- ★ 4 vendas de 30 cm c/
- ★ Cinta métrica
- ★ Atomizador
- ★ Agua de preferencia tibia
- ★ 1 recipiente grande con agua fría
- ★ 1 cubeta mediana
- ★ Antibacterial
- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Loción reductora
- ★ Loción tonificante
- ★ Romero
- ★ Manzanilla
- ★ Muicle
- ★ Míspero
- ★ Eucalipto
- ★ Gordolobo
- ★ Santa María
- ★ Albaca
- ★ Ruda
- ★ Pirul
- ★ Capitaneja
- ★ Orégano
- ★ Canela

Pasos a seguir:

1. Colocar el temazcal, agregar las hierbas y agua al vaporizador y meterlo dentro del temazcal, acomodar la silla sobre el vaporizador y cubrirla totalmente con la toalla grande
2. Limpiar la camilla y cubrirla con sábanas desechables.
3. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con la toalla pequeña.
4. Colocar sobre el auxiliar el ciu con agua, de preferencia tibia, la toalla pequeña, el atomizador con agua, las leches limpiadora y exfoliante, loción reductora, la loción tonificante y el antibacterial
5. Pedirle a la persona que se ponga su ropa desechable.
6. Ponerse la filipina o bata, el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
7. Mojar las vendas en el agua fría, exprimirlas y dejarlas escurriendo en la cubeta
8. Tomar 5 medidas: 1ª abdomen alto (es el tejido adiposo que tenemos abajo del brasier) 2ª abdomen medio (donde más se nos abulta el tejido adiposo al frente) 3ª cintura (aproximadamente 2 centímetros arriba del ombligo) 4ª abdomen bajo, también conocido como cadera alta o ante cadera en laterales (donde más se abulta el tejido adiposo al frente) 5ª cadera (en la punta de los glúteos).
9. Colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria de leche limpiadora y aplicarla en el abdomen alto, medio y bajo, de la persona, realizar la limpieza dando un

- masaje en forma circular con las dos manos y retirarla humedeciendo toalla en el agua tibia
10. Realizar el mismo procedimiento con la leche exfoliante.
 11. Pedirle a la persona que se acueste boca abajo y colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria de leche limpiadora y aplicarla en toda la espalda y glúteos, de la persona, realizar la limpieza dando un masaje en forma circular con las dos manos y retirarla humedeciendo la toalla en el agua tibia
 12. Realizar el mismo procedimiento con la leche exfoliante.
 13. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.
 14. Conectar el vaporizador
 15. Aplicar loción reductora en abdomen alto, medio, bajo y espalda.
 16. Pedirle a la persona que nos ayude agarrando la venda con una mano en la punta superior de la venda y la otra mano en la punta inferior y que de vuelta, mientras enredamos con fuerza la venda en el abdomen bajo y glúteos. En la segunda vuelta en el área a moldear vamos a hacer un ala de mariposa (torcer la venda en forma de moño). 17.-En la tercer vuelta hacemos el ala de mariposa un poco arriba de la anterior y así nos seguimos hasta dejar enredada la primer venda, la segunda venda la empezamos a enredar donde terminamos la primera de manera que las alas de mariposa queden alineadas y así continuamos hasta llegar al abdomen alto, si quedaron algunas imperfecciones colocamos una venda encima para cubrirlas.
 17. Le ayudamos a la persona a entrar en el temazcal, subimos
 18. El cierre y le acomodamos el gorro. El tiempo aproximado es de 20 minutos,
 19. Ayudar a la persona a salir del temazcal cubriéndola rápidamente con el edredón
 20. Recostarla de 5 a 10 minutos en la camilla, ayudarla a incorporarse y a vestirse
 21. El tiempo de pose es mínimo de 2 horas entre más tiempo se las deje es mejor, si gusta puede irse y regresar
 22. Pasado el tiempo de pose retirar las vendas y volver a tomar las medidas, sumar lo que redujo en cada una de ellas para saber el total
 23. Aplicar loción tonificante en área que se trabajo y penetrarla con ligeros golpecitos con los dedos



MOLDEAR LA FIGURA CON VENDAS FRÍAS Y BAÑO DE ASIENTO.

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Temazcal portátil con hierbas
- ★ Cubeta de pintura de 19 litros vacía y desinfectada
- ★ 1 calentador, cobertor colcha o edredón
- ★ Sábana desechable
- ★ Top, bóxer y/ o tanga desechables
- ★ Toalla de medio baño
- ★ Toalla pequeña
- ★ Cio grande
- ★ 4 vendas de 30 cm c/u
- ★ Cinta métrica
- ★ Atomizador
- ★ Agua de preferencia tibia
- ★ 1 recipiente grande con agua fría
- ★ 1 cubeta mediana
- ★ Antibacterial
- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Loción reductora
- ★ Loción tonificante

Pasos a seguir:

1. Colocar el temazcal, agregar las hierbas, el calentador y agua a la cubeta, de tal manera que cubra el calentador, meterla dentro del temazcal y conectar el calentador, tan pronto hierba el agua se desconecta.
2. Limpiar la camilla y cubrirla con sábanas desechables.
3. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con la toalla pequeña.
4. Colocar sobre el auxiliar el cio con agua, de preferencia tibia, la toalla pequeña, el atomizador con agua, las leches limpiadora y exfoliante, loción reductora, la tonificante y el antibacterial
5. Pedirle a la persona que se ponga su ropa desechable.
6. Ponerse la filipina o bata, el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
7. Mojar las vendas en el agua fría, exprimirlas y dejarlas escurriendo en la cubeta tomar 5 medidas: 1ª abdomen alto (es el tejido adiposo que tenemos abajo del brasier) 2ª abdomen medio (donde más se nos abulta el tejido adiposo al frente) 3ª cintura (aproximadamente 2 centímetros arriba del ombligo) 4ª abdomen bajo, también conocido
8. Como cadera alta o ante cadera en laterales (donde más se abulta el tejido adiposo al frente) 5ª cadera (en la punta de los glúteos).
9. Colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria de leche limpiadora y aplicarla en el abdomen alto, medio y bajo, de la persona, realizar la limpieza dando un masaje en forma circular con las dos manos y retirarla humedeciendo toalla en el agua tibia
10. Realizar el mismo procedimiento con la leche exfoliante.
11. Pedirle a la persona que se acueste boca abajo y colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria de leche limpiadora y aplicarla en toda la espalda y gluteos, de la

- persona, realizar la limpieza dando un masaje en forma circular con las dos manos y retirarla humedeciendo la toalla en el agua tibia
12. Realizar el mismo procedimiento con la leche exfoliante.
 13. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.
 14. Aplicar loción reductora en abdomen alto, medio, bajo y espalda.
 15. Pedirle a la persona que nos ayude agarrando la venda con una mano en la punta superior de la venda y la otra mano en la punta inferior y que de vuelta, mientras enredamos con fuerza la venda en el abdomen bajo y glúteos. En la segunda vuelta en el área a moldear vamos a hacer un ala de mariposa (torcer la venda en forma de moño). En la tercer vuelta hacemos el ala de mariposa un poco arriba de la anterior y así nos seguimos hasta dejar enredada la primer venda, la segunda venda la empezamos a enredar donde terminamos la primera de manera que las alas de mariposa queden alineadas y así continuamos hasta llegar al abdomen alto, si quedaron algunas imperfecciones colocamos una venda encima para cubrirlas.
 16. Le ayudamos a la persona a entrar en el temazcal, le indicamos que si no soporta el calor se mantenga parada con las piernas abiertas, para que el vapor penetre en los órganos internos y poco a poco vaya bajando hasta quedar sentada, entonces subimos el cierre y le acomodamos el gorro, de preferencia que salga hasta que ya no haya vapor.
 17. Ayudar a la persona a salir del temazcal cubriéndola rápidamente con el edredón
 18. Recostarla de 5 a 10 minutos en la camilla, ayudarla a incorporarse y a vestirse
 19. El tiempo de pose es mínimo de 2 horas entre más tiempo se las deje es mejor, si gusta puede irse y regresar
 20. Pasado el tiempo de pose retirar las vendas y volver a tomar las medidas, sumar lo que redujo en cada una de ellas para saber el total
 21. Aplicar loción tonificante en área que se trabajó y penetrarla con ligeros golpecitos con los dedos



REDUCCIÓN, AUMENTO Y LEVANTAMIENTO DE BUSTO.

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Sábana desechable
- ★ Top desechable
- ★ Toalla de medio baño
- ★ Toalla pequeña
- ★ Ciu grande
- ★ Atomizador
- ★ Agua de preferencia tibia
- ★ Antibacterial
- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Gel reductor
- ★ Loción tonificante

Pasos a seguir:

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábanas desechables.
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con l3.- colocar sobre el auxiliar el ciu con agua, de preferencia tibia, la toalla pequeña, el atomizador con agua, las leches limpiadora y exfoliante, geles reductor y conductor, la loción tonificante y el antibacterial
3. Pedirle a la persona que se ponga su top desechable y se acueste en la camilla boca arriba
4. Ponerse la filipina o bata, el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
5. Colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria de leche limpiadora y aplicarla en el abdomen alto y medio de la persona, realizar la limpieza dando un masaje en forma circular con las dos manos y retirarla humedeciendo la toalla en el agua tibia
6. Realizar el mismo procedimiento con la leche exfoliante.
7. Pedirle a la persona que se acueste boca abajo y realizar la limpieza y exfoliación en la parte alta de la espalda de la misma forma que se realizó en la actividad anterior.
8. Aumento de busto: aplicar el gel reductor en la espalda y con los nudillos de las manos llevar la grasa hacia donde inicia el busto, una mano detrás de la otra, cuando el gel se
9. Seca agregar una poca de agua las veces que sea necesario, cuando ya no resbala, aplicar más gel. Pedirle a la persona que se acueste boca arriba, aplicar el gel reductor en el abdomen alto y medio y con nudillos llevar la grasa hacia donde inicia el busto.
10. Reducción de busto: pedirle a la persona que se acueste de lado, aplicar gel reductor en el contorno del busto y con nudillos drenar la grasa en la axila.
11. Levantamiento de busto: pedirle a la persona que por favor se acueste boca arriba, aplicar el gel conductor y con la mano extendida y de frente ascender una mano detrás de otra sin tocar pezón, cuando el gel conductor se seca, aplicar un poco de agua, las veces que sea necesario. En la lateral realizar el mismo levantamiento, aplicar gel conductor en el contorno del busto y con la mano extendida iniciar en la parte inferior y terminar en la parte superior con una mano detrás de la otra rodear el contorno y por último aplicar gel conductor en la parte superior del busto y el hombro y con la mano extendida de la parte superior del busto subir hacia el hombro igual
12. Aplicar loción tonificante en área que se trabajo y penetrarla con ligeros golpecitos con los dedos
13. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.

REDUCCIÓN, AUMENTO Y LEVANTAMIENTO DE GLUTEOS.

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Sábana desechable
- ★ Bóxer y/o tanga desechables
- ★ Toalla de medio baño
- ★ Toalla pequeña
- ★ Ciu grande
- ★ Atomizador
- ★ Agua de preferencia tibia
- ★ Antibacterial
- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Gel reductor
- ★ Gel conductor
- ★ Loción tonificante

Pasos a seguir:

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábanas desechables.
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con la toalla pequeña.
3. Colocar sobre el auxiliar el ciu con agua, de preferencia tibia, la toalla pequeña, el atomizador con agua, las leches limpiadora y exfoliante, geles reductor y conductor, la loción tonificante y el antibacterial
4. Pedirle a la persona que se ponga su bóxer y/o tanga desechable y se acueste en la camilla boca abajo
5. Ponerse la filipina o bata, el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
6. Colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria de
7. Leche limpiadora y aplicarla en la parte superior de la pierna, glúteo y la parte inferior de la espalda de la persona, realizar la limpieza dando un masaje en forma circular con las dos manos y retirarla humedeciendo la toalla en el agua tibia
8. Realizar el mismo procedimiento con la leche exfoliante.
9. Aumento de glúteo: aplicar el gel reductor en la parte inferior de la espalda y con los nudillos de las manos llevar la grasa hacia donde inicia el glúteo, una mano detrás de la otra, cuando el gel se seca agregar una poca de agua las veces que sea necesario, cuando ya no resbala, aplicar más gel. Aplicar el gel reductor en la chaparrera y con nudillos llevar la grasa hacia donde inicia el glúteo. Aplicar gel reductor en la cadera alta y con nudillos llevar la grasa hacia donde inicia el glúteo
10. Reducción de glúteo: aplicar gel reductor en el contorno del glúteo y con nudillos drenar la grasa en el coxis.
11. Levantamiento de glúteo. Aplicar el gel conductor y con la mano extendida y de frente ascender una mano detrás de otra de la parte superior de la pierna al glúteo, cuando el gel conductor se seca, aplicar un poco de agua, las veces que sea necesario. En la lateral realizar el mismo levantamiento, aplicar gel conductor en el contorno del glúteo y con la mano extendida iniciar en la parte inferior y terminar en la parte superior con una mano detrás de la otra rodear el contorno y por último aplicar gel conductor en la parte superior del glúteo y la parte inferior de la espalda y con la mano extendida de la parte superior del glúteo subir hacia la parte inferior de la espalda igual una mano detrás de la otra.

12. Aplicar loción tonificante en área que se trabajó y penetrarla con ligeros golpecitos con los dedos
13. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.



REDUCCIÓN DE CHAPARRERAS Y BRAZO.

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Sábana desechable
- ★ Top desechable
- ★ Toalla de medio baño
- ★ Toalla pequeña
- ★ Ciu grande
- ★ Atomizador
- ★ Agua de preferencia tibia
- ★ Antibacterial
- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Gel reductor
- ★ Loción tonificante

Pasos a seguir:

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábanas desechables.
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con la toalla pequeña.
3. Colocar sobre el auxiliar el ciu con agua, de preferencia tibia, la toalla pequeña, el atomizador con agua, las leches limpiadora y exfoliante, gel reductor, la loción tonificante y el antibacterial
4. Pedirle a la persona que se ponga su top desechable y se acueste en la camilla boca arriba
5. Ponerse la filipina o bata, el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
6. Colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria de
7. Leche limpiadora y aplicarla en la parte superior del brazo de
8. La persona, realizar la limpieza dando un masaje en forma circular con las dos manos y retirarla humedeciendo la toalla en el agua tibia
9. Realizar el mismo procedimiento con la leche exfoliante.
10. Reducción de brazo: aplicar el gel reductor en la parte superior del brazo y con los nudillos de las manos llevar la grasa hacia la axila, una mano detrás de la otra, cuando el gel se seca agregar una poca de agua las veces que sea necesario, cuando ya no resbala, aplicar más gel.
11. Realizar limpieza y exfoliación en la chaparrera.
12. Reducción de chaparrera: aplicar el gel reductor en la chaparrera y con nudillos drenar la grasa en la ingle, si la persona desea aumento de glúteo, entonces llevar la grasa hacia donde inicia el glúteo.
13. Aplicar loción tonificante en área que se trabajo y penetrarla con ligeros golpecitos con los dedos.



TÉCNICA: BAÑO DE NOVIA.

Material a utilizar:

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| ★ Cubrebocas | ★ Ciu grande |
| ★ Bata blanca | ★ Ciu pequeño |
| ★ Auxiliar | ★ Abatelenguas |
| ★ Camilla | ★ Agua de preferencia tibia |
| ★ 2 sábanas desechables | ★ Antibacterial |
| ★ Top y bóxer y/o tanga desechables | ★ Leche limpiadora |
| ★ 2 o 2 ½ m. De plástico | ★ Leche exfoliante |
| ★ Toalla de medio baño | ★ Leche nutritiva de colágeno |
| ★ 4 toallas pequeñas | ★ Mascarilla de barro |
| ★ Dos esponjas de baño | ★ Loción tonificante. |

Pasos a seguir:

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábana desechable.
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con una de las toallas pequeñas.
3. Colocar sobre el auxiliar el cio con agua de preferencia tibia, la toalla pequeña, las leches limpiadora y exfoliante, la leche nutritiva de colágeno, la mascarilla de barro, la loción tonificante y el antibacterial
4. Pedirle a la persona que se ponga su ropa desechable y se acueste en la camilla boca arriba. Cubrirle el cuerpo con la toalla.
5. Ponerse la filipina o bata, el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
6. Colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria de leche limpiadora y aplicarla en todo el pie y la pantorrilla de la persona,
7. Dar un masaje en forma circular iniciando en el dedo meñique, posteriormente en los laterales presionar iniciando en la punta, nuevamente iniciando en la punta presionamos en la planta y empeine y vamos subiendo hasta la pantorrilla
8. Realizar el mismo masaje con los demás dedos. (Si es necesario aplique más leche limpiadora).
9. Con las dos manos extendidas iniciando en la punta de los dedos deslizar hacia el empeine y planta del pie, continuar por la parte de arriba y laterales de la pantorrilla por cinco veces consecutivas,
10. Si quedó algún residuo de producto retirarlo humedeciendo una de las toallas pequeñas en el agua tibia.
11. Aplicar leche limpiadora en piernas deslizando las manos de abajo hacia arriba por cinco veces consecutivas retirar algún residuo de producto humedeciendo la toalla en el agua tibia
12. Aplicar leche limpiadora en el abdomen bajo, medio y alto y dar un masaje en forma circular y de igual manera retirar producto y células muertas.
13. En mano, brazo y antebrazo realizar el mismo procedimiento que en el pie, pantorrilla y pierna.
14. Pedirle a la persona que se acueste boca abajo y seguir el mismo procedimiento desde la pantorrilla hasta los hombros.

15. En esa misma posición (boca abajo), aplicar leche exfoliante en la palma de la mano y de ahí a la pantorrilla y deslizando las manos con fuerza del pie hacia la rodilla realizar la exfoliación hasta que salgan las células muertas y retirarlas con otra toalla pequeña humedecida en agua tibia. Realizar la exfoliación en todo el cuerpo.
16. En el cuo pequeño mezclar mascarilla de barro y leche nutritiva de colágeno, aplicar en todo el cuerpo, cabello. Cubrir de pies a cabeza con la sabana desechable, y sobre la sábana el plástico, dejando el rostro descubierto. El tiempo de pose es de 20 a 40 minutos.
17. Cambiar el agua del cuo grande y con las esponjas húmedas empezar a retirar la mascarilla por los pies y terminando en el cabello, enjuagando las esponjas en el agua tibia (cambiar el agua las veces que sea necesario), terminamos de retirar el producto cuando las esponjas salen limpias
18. Secar perfectamente con toallas limpias.
19. Aplicar loción tonificante en todo el cuerpo, por partes desde los pies hasta el cuello y penetrarla con ligeros golpecitos con los dedos.
20. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.



TÉCNICA: DESPIGMENTACIÓN DE LA PIEL.

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Sábana desechable
- ★ Top desechable, valerina
- ★ Toalla de medio baño
- ★ Toalla pequeña
- ★ Toallas faciales
- ★ 2 cius
- ★ Abatelenguas
- ★ Agua de garrafón
- ★ Vaporizador
- ★ Romero
- ★ Manzanilla
- ★ Antibacterial
- ★ Shampoo para rostro
- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Mascarilla de barro
- ★ Mascarilla de avena
- ★ Leche nutritiva de aguacate
- ★ Loción astringente
- ★ Loción tonificante
- ★ Loción para piel sensible.

Pasos a seguir:

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábana desechable.
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con la toalla pequeña.
3. Colocar sobre el auxiliar un cio con agua de garrafón, el cio vacío, abatelenguas, las toallas faciales, el antibacterial y el producto a usar de la línea cosmética
4. Preparar el vaporizador con agua, romero, manzanilla y sal.
5. Pedirle a la persona que se ponga el top desechable y que se acueste en la camilla boca arriba
6. Ponerse la filipina o bata y el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
7. Humedecer las toallas faciales con el agua de garrafón, exprimirlas, separarlas y colocarlas en el cio vacío
8. Colocarle la valerina.
9. Colocar en las yemas de los dedos una pequeña cantidad de shampoo para rostro y aplicarlo con movimientos ascendentes y de adentro hacia afuera.
10. Retirar el shampoo con algodón húmedo.
11. Vaciar en uno de los cios una pequeña porción de leche limpiadora y aplicarla en el rostro con movimientos ascendentes y de adentro hacia afuera, para proceder a dar un masaje en tres etapas: 1ª. Con las yemas de los dedos en forma circular, iniciando en la parte inferior del mentón y siguiendo por la línea de la quijada, regresamos a la parte media del mentón y en forma lineal nos vamos hacia el lóbulo de la oreja y así continuamos hasta llegar a la sien, de ahí nos vamos a las aletillas de la nariz y subimos por la parte central de la frente llegando hasta el nacimiento del cabello, regresamos a donde inician las cejas y volvemos a subir hasta el nacimiento del cabello, continuamos hasta llegar a donde termina la ceja.
12. Nuevamente iniciando en la parte inferior del mentón, vamos a dar un masaje con las puntas de los dedos con presión (dijitopresión o dijitopuntura) y vamos subiendo de la misma forma que el anterior hasta terminar en el nacimiento del cabello.

13. Con las manos extendidas iniciamos en el mentón deslizando los dedos hacia el lóbulo de la oreja y vamos subiendo como en los anteriores hasta terminar en el nacimiento del cabello. Retirar la leche limpiadora con algodón húmedo
14. Conectar el vaporizador y hacer la vaporización a la persona por un tiempo de 5 a 10 minutos.
15. Regresar a la persona a la camilla sin descubrir el rostro.
16. Descubrir la mitad del rostro y aplicar leche exfoliante en forma ascendente y con movimientos de adentro hacia fuera, posteriormente colocamos en el mentón los dedos medio y anular de una mano en “v”, para sostener la piel y con el anular y medio de la otra mano vamos a realizar la exfoliación en forma circular y terminar en frente, realizar el mismo procedimiento en la otra mitad del rostro.
17. Retirar la leche exfoliante con algodón húmedo.
18. En uno de los cios hacer una mezcla de mascarilla de barro, mascarilla de avena y leche nutritiva de aguacate, aplicar la mascarilla y dejar un tiempo de pose de 15 a 20 minutos (si seca antes puede retirarse). Durante el tiempo de pose dar masaje en el área pigmentada. Retirla con algodón húmedo, hasta que el algodón salga limpio.
19. Aplicar loción astringente en la mitad del rostro y en la otra mitad loción tonificante y en la frente loción para piel sensible y penetrarla con ligeros golpecitos con las yemas de los dedos. Verificar cual loción le queda mejor.
20. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.



TÉCNICA: ERRADICACIÓN DEL ACNÉ.

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Sábana desechable
- ★ Top desechable
- ★ Valerina
- ★ Toalla de medio baño
- ★ Toalla pequeña
- ★ Toallas faciales
- ★ Cotonetes
- ★ 2 cios
- ★ Abatelenguas
- ★ Agua de garrafón
- ★ Vaporizador
- ★ Romero
- ★ Manzanilla
- ★ Antibacterial
- ★ Shampoo para rostro
- ★ Leche exfoliante
- ★ Mascarilla de barro
- ★ Mascarilla de avena
- ★ Loción antiacné
- ★ Loción astringente
- ★ Loción tonificante
- ★ Loción refrescante

Pasos a seguir:

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábana desechable.
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con la toalla pequeña.
3. Colocar sobre el auxiliar un cio con agua de garrafón, el abatelenguas, las toallas faciales, el antibacterial, el otro cio limpio y el producto a usar de la línea cosmética lily pinzón
4. Preparar el vaporizador con agua, romero, manzanilla y sal, y conectarlo.
5. Pedirle a la persona que se ponga el top y se acueste en la camilla
6. Ponerse la filipina o bata y el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
7. Humedecer las toallas faciales con el agua de garrafón, exprimirlas, separarlas y colocarlas en el cio vacío.
8. Colocarle la valerina.
9. Colocar en las yemas de los dedos una pequeña cantidad de shampoo para rostro y aplicarlo con movimientos ascendentes y de adentro hacia afuera.
10. Retirarlo con algodón húmedo.
11. Descubrir la mitad del rostro y aplicar leche exfoliante en forma ascendente y con movimientos de adentro hacia fuera, posteriormente colocamos en el mentón los dedos medio y anular de una mano en “v”, para sostener la piel y con el anular y medio de la otra mano vamos a realizar la exfoliación en forma circular y terminar en frente, realizar el mismo procedimiento en la otra mitad del rostro.
12. Retirar la leche exfoliante con algodón húmedo.
13. En el otro cio mezclar la mascarilla de avena con la de barro, aplicarla y dejarla un tiempo de pose de 15 minutos y posteriormente retirarla con algodón húmedo, hasta que el algodón salga limpio.
14. Humedecer un algodón con loción antiacné, colocarlo exclusivamente donde tenga el acné o barritos a punto de reventar, mientras humedecer un cotonete en la misma loción y dar un masaje en forma circular con él, hasta que quede un punto rojo o gota de sangre, y seguirse con los demás barritos uno por uno, usando diferentes cotonetes (si el cotonete se seca aplicar más loción antiacné)

15. Aplicar loción astringente en la mitad del rostro, en la otra mitad loción refrescante y en la frente loción tonificante y penetrarla con ligeros golpecitos con las yemas de los dedos. Verificar cual loción le queda mejor.
16. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.



TÉCNICA: CHOCOLATERAPIA Y VINOTERAPIA

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ 2 sábanas desechables
- ★ Top y bóxer y/o tanga desechables
- ★ 2 o 2 ½ m. De plástico
- ★ Toalla de medio baño
- ★ 4 toallas pequeñas
- ★ Dos esponjas de baño
- ★ Ciu grande
- ★ Ciu pequeño
- ★ Abatelenguas
- ★ Agua de preferencia tibia
- ★ Antibacterial
- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Mascarilla de vino
- ★ Mascarilla de chocolate
- ★ Loción tonificante.

Pasos a seguir

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábana desechable.
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con una de las toallas pequeñas.
3. Colocar sobre el auxiliar el ciu con agua de preferencia tibia, la toalla pequeña, las leches limpiadora y exfoliante, la leche nutritiva de colágeno, la mascarilla de barro, la loción tonificante y el antibacterial
4. Pedirle a la persona que se ponga su ropa desechable y se acueste en la camilla boca arriba. Cubrirle el cuerpo con la toalla.
5. Ponerse la filipina o bata, el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
6. Colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria de leche limpiadora y aplicarla en todo el pie y la pantorrilla de la persona,
7. Dar un masaje en forma circular iniciando en el dedo meñique, posteriormente en los laterales presionar iniciando en la punta, nuevamente iniciando en la punta presionamos en la planta y empeine y vamos subiendo hasta la pantorrilla
8. Realizar el mismo masaje con los demás dedos. (Si es necesario aplique más leche limpiadora).
9. Con las dos manos extendidas iniciando en la punta de los dedos deslizar hacia el empeine y planta del pie, continuar por la parte de arriba y laterales de la pantorrilla por cinco veces consecutivas,
10. Si quedó algún residuo de producto retirarlo humedeciendo una de las toallas pequeñas en el agua tibia.
11. Aplicar leche limpiadora en piernas deslizando las manos de abajo hacia arriba por cinco veces consecutivas retirar algún residuo de producto humedeciendo la toalla en el agua tibia
12. Aplicar leche limpiadora en el abdomen bajo, medio y alto y dar un masaje en forma circular y de igual manera retirar producto y células muertas.
13. En mano, brazo y antebrazo realizar el mismo procedimiento que en el pie, pantorrilla y pierna.
14. Pedirle a la persona que se acueste boca abajo y seguir el mismo procedimiento desde la pantorrilla hasta los hombros.
15. En esa misma posición (boca abajo), aplicar leche exfoliante en la palma de la mano y de ahí a la pantorrilla y deslizando las manos con fuerza del pie hacia la

- rodilla realizar la exfoliación hasta que salgan las células muertas y retirarlas con otra toalla pequeña humedecida en agua tibia. Realizar la exfoliación en todo el cuerpo.
16. En el ciu pequeño mezclar mascarilla de vino o chocolate, aplicar en todo el cuerpo, cabello. Cubrir de pies a cabeza con la sabana desechable, y sobre la sábana el plástico, dejando el rostro descubierto. El tiempo de pose es de 20 a 40 minutos.
 17. Cambiar el agua del ciu grande y con las esponjas húmedas empezar a retirar la mascarilla por los pies y terminando en el cabello, enjuagando las esponjas en el agua tibia (cambiar el agua las veces que sea necesario), terminamos de retirar el producto cuando las esponjas salen limpias
 18. Secar perfectamente con toallas limpias.
 19. Aplicar loción tonificante en todo el cuerpo, por partes desde los pies hasta el cuello y penetrarla con ligeros golpecitos con los dedos.
 20. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.



VELO DE NOVIA.

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Sábana desechable
- ★ Top y bóxer y/o tanga desechables
- ★ Toalla de medio baño
- ★ 4 toallas pequeñas
- ★ Ciu grande
- ★ Agua de preferencia tibia
- ★ Antibacterial
- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Leche nutritiva de fresa y durazno
- ★ Loción tonificante

Pasos a seguir:

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábanas desechables.
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con una de las toallas pequeñas.
3. Colocar sobre el auxiliar el ciu con agua de preferencia tibia, la toalla pequeña, las leches limpiadora y exfoliante, la leche nutritiva de fresa y durazno, la loción tonificante y el antibacterial
4. Pedirle a la persona que se ponga su ropa desechable y se acueste en la camilla boca arriba. Cubrirle el cuerpo con la toalla.
5. Ponerse la filipina o bata, el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
6. Colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria de leche limpiadora y aplicarla en todo el pie y la pantorrilla de la persona, 1°. Dar un masaje en forma circular iniciando en el dedo meñique, posteriormente en los laterales presionar iniciando en la punta, nuevamente iniciando en la punta presionamos y vamos subiendo hasta la pantorrilla, realizar el mismo masaje con los demás dedos. (si es necesario aplique más leche limpiadora). Con las dos manos extendidas
7. Iniciando en la punta de los dedos deslizar hacia el empeine y planta del pie, continuar por la parte de arriba y laterales de la pantorrilla por cinco veces consecutivas, si quedó algún residuo de producto retirarlo humedeciendo una de las toallas pequeñas en el agua tibia. 2°. Aplicar leche limpiadora en piernas deslizando las manos de abajo hacia arriba por cinco veces consecutivas retirar algún residuo de producto humedeciendo la toalla en el agua tibia 3°. Aplicar leche limpiadora en el abdomen bajo, medio y alto y dar un masaje en forma circular y de igual manera retirar producto. 4°. En mano, brazo y antebrazo realizar el mismo procedimiento que en el pie, pantorrilla y pierna. Pedirle a las personas que se acueste boca abajo y seguir el mismo procedimiento desde la pantorrilla hasta los hombros.
8. En esa misma posición (boca abajo), aplicar leche exfoliante en la palma de la mano y de ahí a la pantorrilla y deslizando las manos con fuerza del pie hacia la rodilla realizar la exfoliación hasta que salgan las células muertas y retirarlas con otra toalla pequeña humedecida en agua tibia. Realizar la exfoliación en todo el cuerpo.
9. Realizar el mismo procedimiento con la leche nutritiva de fresa y durazno, para terminar de exfoliar y al mismo tiempo nutrir la piel
10. Aplicar loción tonificante en todo el cuerpo, por partes desde los pies hasta el cuello y penetrarla con ligeros golpecitos con los dedos.
11. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.

LIMPIEZA FACIAL PROFUNDA

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Sábana desechable
- ★ Top desechable
- ★ Valerina
- ★ Toalla de medio baño
- ★ Toalla pequeña
- ★ Toallas faciales
- ★ 2 cius
- ★ Abatelenguas
- ★ Agua de garrafón
- ★ Vaporizador
- ★ Romero
- ★ Manzanilla
- ★ Antibacterial
- ★ Shampoo para rostro
- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Mascarilla de acuerdo al tipo de piel
- ★ Loción astringente
- ★ Loción tonificante
- ★ Loción para piel sensible

Pasos a seguir:

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábana desechable
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con la toalla pequeña.
3. Colocar sobre el auxiliar un ciu con agua de garrafón, el ciu vacío, abatelenguas, las toallas faciales, el antibacterial
4. Preparar el vaporizador con agua, romero, manzanilla y sal.
5. Pedirle a la persona que se ponga el top y se acueste en la camilla boca arriba.
6. Ponerse la filipina o bata y el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
7. Humedecer las toallas faciales con el agua de garrafón, exprimirlas, separarlas y colocarlas en el cio vacío.
8. Colocarle la valerina.
9. Colocar en las yemas de los dedos una pequeña cantidad de shampoo para rostro y aplicarlo con movimientos ascendentes y de adentro hacia afuera.
10. Retirar el shampoo con algodón húmedo.
11. Vaciar en uno de los cios una pequeña porción de leche limpiadora y aplicarla en el rostro con movimientos
12. Ascendentes y de adentro hacia afuera, para proceder a dar un masaje en tres etapas: 1ª. Con las yemas de los dedos en forma circular, iniciando en la parte inferior del mentón y siguiendo por la línea de la quijada, regresamos a la parte media del mentón y en forma lineal nos vamos hacia el lóbulo de la oreja y así continuamos hasta llegar a la sien, de ahí nos vamos a las aletillas de la nariz y subimos por la parte central de la frente llegando hasta el nacimiento del cabello, regresamos a donde inician las cejas y volvemos a
13. Subir hasta el nacimiento del cabello, continuamos hasta llegar a donde termina la ceja. 2ª nuevamente iniciando en la parte inferior del mentón, vamos a dar un masaje con las puntas de los dedos con presión (dijitopresión o dijitopuntura) y vamos subiendo de la misma forma que el anterior hasta terminar en el nacimiento del cabello. 3ª iniciamos en el mentón deslizando los dedos hacia el lóbulo de la oreja y vamos subiendo como en los anteriores hasta terminar en el nacimiento del cabello. Retirar la leche limpiadora con algodón húmedo

14. Conectar el vaporizador y hacer la vaporización a la persona por un tiempo de 5 a 10 minutos.
15. Regresar a la persona a la camilla sin descubrir el rostro.
16. Descubrir la mitad del rostro y aplicar leche exfoliante en forma ascendente y con movimientos de adentro hacia fuera, posteriormente colocamos en el mentón los dedos medio y anular de una mano en “v”, para sostener la piel y con el anular y medio de la otra mano vamos a realizar la exfoliación en forma circular y terminar en frente, realizar el mismo procedimiento en la otra mitad del rostro.
17. Retirar la leche exfoliante con algodón húmedo.
18. Aplicar la mascarilla de acuerdo al tipo de piel y dejar un tiempo de pose de 15 a 20 minutos (si seca antes pueden retirarla). Posteriormente retirarla con algodón húmedo, hasta que el algodón salga limpio.
19. Aplicar loción astringente en la mitad del rostro y en la otra mitad loción tonificante y en la frente loción para piel sensible y penetrarla con ligeros golpecitos con las yemas de los dedos. Verificar cual loción le queda mejor.
20. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.



EXTRACCIÓN DE GRASA DEL ROSTRO

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Sábana desechable
- ★ Top desechable
- ★ Toalla de medio baño
- ★ Toalla pequeña
- ★ Saca comedón
- ★ Toallas faciales
- ★ Cotonetes
- ★ 2 cius
- ★ Abatelenguas
- ★ Agua de garrafón
- ★ Vaporizador
- ★ Romero
- ★ Manzanilla
- ★ Antibacterial
- ★ Shampoo para rostro
- ★ Gel reductor
- ★ Mascarilla de barro
- ★ Mascarilla de avena
- ★ Loción astringente
- ★ Loción refrescante

Pasos a seguir:

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábanas desechables.
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con la toalla pequeña.
3. Colocar sobre el auxiliar un ciu con agua de garrafón, el abatelenguas, el saca comedón esterilizado, las toallas faciales, el antibacterial, el otro cio limpio y el producto a usar de la línea cosmética lily pinzón
4. Preparar el vaporizador con agua, romero, manzanilla y sal y conectarlo.
5. Ponerse la filipina o bata y el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
6. Humedecer las toallas faciales con el agua de garrafón, exprimirlas, separarlas y colocarlas en el cio vacío.
7. Colocar en las yemas de los dedos una pequeña cantidad de shampoo para rostro y aplicarlo con movimientos ascendentes y de adentro hacia a fuera .
8. Retirarlo con algodón húmedo.
9. Hacer la vaporización a la persona por un tiempo de 5 a 10 minutos.
10. Regresar a la persona a la camilla sin descubrir el rostro.
11. Descubrir la mitad superior de la frente, colocar gel
12. Reductor y con el saca comedón extraer la grasa con movimientos ascendentes (si es necesario repetir hasta tres veces la operación).
13. Descubrir la parte baja de la frente y realizar la misma operación que en el paso anterior y así sucesivamente ir descubriendo poco a poco las áreas del rostro a trabajar.
14. Retirar cualquier residuo de gel reductor con algodón húmedo.
15. Aplicar la mascarilla de barro o avena y dejarla un tiempo de pose de 15 minutos y posteriormente retirarla con algodón húmedo, hasta que el algodón salga limpio.
16. Aplicar loción astringente en la mitad del rostro y en la otra mitad loción refrescante y penetrarla con ligeros golpecitos con las yemas de los dedos. Verificar cual loción le queda mejor.
17. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.

LEVANTAMIENTO DE ROSTRO (*REJUVENECEDOR DE ROSTRO*)

Material a utilizar:

- ★ Cubrebocas
- ★ Bata blanca
- ★ Auxiliar
- ★ Camilla
- ★ Sábana desechable
- ★ Top desechable
- ★ Toalla de medio baño
- ★ Toalla pequeña
- ★ Toallas faciales
- ★ 3 cius
- ★ Abatelenguas
- ★ Agua de garrafón
- ★ Vaporizador
- ★ Romero
- ★ Manzanilla
- ★ Antibacterial
- ★ Shampoo para rostro
- ★ Leche limpiadora
- ★ Leche exfoliante
- ★ Gel conductor
- ★ Mascarilla de avena
- ★ Leche nutritiva de colágeno
- ★ Crema para contorno de ojos antiarrugas o radiante
- ★ Loción astringente
- ★ Loción tonificante
- ★ Loción para piel sensible

Pasos a seguir:

1. Limpiar la camilla y cubrirla con sábanas desechables.
2. Limpiar el auxiliar y cubrirlo con la toalla pequeña.
3. Colocar sobre el auxiliar un cio con agua de garrafón, el abatelenguas, las toallas faciales, el antibacterial, los otros dos cios y el producto a usar de la línea cosmética lily pinzón.
4. Preparar el vaporizador con agua, romero, manzanilla y sal.
5. Ponerse la filipina o bata y el cubrebocas y desinfectarse las manos con el antibacterial
6. Humedecer las toallas faciales con el agua de garrafón, exprimirlas, separarlas y colocarlas en el ciu vacío.
7. Colocar en las yemas de los dedos una pequeña cantidad de shampoo para rostro y aplicarlo con movimientos ascendentes y de adentro hacia afuera.
8. Retirar el shampoo con algodón húmedo.
9. Vaciar en uno de los cios una pequeña porción de leche limpiadora y aplicarla en el rostro con movimientos
10. Ascendentes y de adentro hacia afuera, para proceder a dar un masaje en tres etapas: 1ª. Con las yemas de los dedos en forma circular, iniciando en la parte inferior del mentón y siguiendo por la línea de la quijada, regresamos a la parte media del mentón y en forma lineal nos vamos hacia el
11. Lóbulo de la oreja y así continuamos hasta llegar a la sien, de ahí nos vamos a las aletillas de la nariz y subimos por la parte central de la frente, regresamos a donde

- inician las cejas y volvemos a subir hasta el nacimiento del cabello, continuamos hasta llegar a donde termina la ceja. 2ª nuevamente iniciando en la parte inferior del mentón, vamos a dar un masaje con las puntas de los dedos con presión (dijitopresión o dijitopuntura) y vamos subiendo de la misma forma que el anterior hasta terminar en el nacimiento del cabello. 3ª iniciamos en el mentón deslizando los dedos hacia el lóbulo de la oreja y vamos subiendo como en los anteriores hasta terminar en el nacimiento del cabello. Retirar la leche limpiadora con algodón húmedo
12. Conectar el vaporizador y hacer la vaporización a la persona por un tiempo de 5 a 10 minutos.
 13. Regresar a la persona a la camilla sin descubrir el rostro.
 14. Descubrir la mitad del rostro y en el rictus aplicar leche exfoliante y con las yemas de los dedos dar un masaje de adentro hacia afuera y en forma ascendente para abrir las líneas de expresión, realizar la misma operación en el contorno de ojos, entrecejo, frente y donde tenga marcada alguna línea de expresión, realizar el mismo procedimiento en la otra mitad del rostro. Retirar cualquier residuo de leche exfoliante
 15. Agregar en un ciu en cantidades proporcionales gel conductor, leche nutritiva de colágeno, crema para
 16. Contorno de ojos, esta última es mínima la cantidad que se usa (si la piel esta pigmentada o quieren aclararla agregar mascarilla de avena), mezclar y aplicar con el abatelenguas e iniciar el levantamiento deslizando los dedos (una mano detrás de la otra) del rictus hacia el centro de la oreja, hasta que se desvanezca la línea de expresión, realizar el mismo procedimiento en el contorno de ojos, entrecejo y
 17. Frente, posteriormente retirar la mezcla con algodón húmedo, hasta que el algodón salga limpio.
 18. Aplicar loción astringente en la mitad del rostro y en la otra mitad loción tonificante y en la frente loción para piel sensible y penetrarla con ligeros golpecitos con las yemas de los dedos. Verificar cual loción le queda mejor.
 19. Ayudar a la persona a levantarse con cuidado para evitar un posible mareo por levantarse rápidamente.



Antes



Despues



DIRRECCIÓN GENERAL ADMINISTRATIVA.
SUBDIRECCIÓN GENERAL ADMINISTRATIVA.
PLANEACIÓN Y PROGRAMACIÓN DE RECURSOS.
DIDÁCTICOS.

SUPERVISIÓN ESCOLAR.

ACADEMIA DE ESTILISTAS PROFESIONALES

“LUPITA”

EXAMEN REDUCTIVOS Y CORPORALES

ESCALA: _____ **ACIERTOS:** _____ **CALIFICACIÓN:** _____

FECHA: _____ **PLANTEL:** _____

NOMBRE DEL ALUMNO:

NOMBRE DEL PROFESOR:

GRADO: _____ **GRUPO** _____ **HORARIO:** _____

1.-Forma correcta del uso de las vendas

2.-Menciona cada una de hierbas que se utiliza para realizar el Temazcal

3.- ¿Qué mezcla utilizas para el baño de novia?

4.- ¿Qué es un saca comedón y para que sirve?

5.- ¿Qué uso tienen los 3 cius o recipientes faciales?

6.- ¿Qué dedos utilizamos para dar un masaje en cada uno de los faciales?

7.- ¿Qué tipo de reducción lleva la lipoescultura?

8.- ¿Qué importancia tiene el uso del antibacterial?

9.- Medidas de higiene que debes tomar

10.- Explica la forma de dar masaje de cada uno de los productos

11.- Menciona los pasos básicos para un masaje

12.- ¿Qué diferencia existe en la loción reductora y el gel reductor?

13.- Menciona cada uno de los materiales para la realización de un facial

14.- ¿Cómo se le conoce a la técnica de dar masaje?

15.- Material a utilizar para realizar un masaje

16.- Forma correcta de mediar a tu modelo

17.- ¿Qué tipos de faciales se pueden realizar?

18.- Pasos básicos para un facial

19.-Menciona como se le llama a la técnica o forma que realizamos al colocar las vendas en la cadera y por que

20.- Menciona los pasos para el levantamiento de busto

21.- ¿En la reducción de cadera porque trabajamos un lado en una sola sección?

22.- ¿Por qué es importante utilizar bata blanca?

23.- ¿Cada cuánto se puede realizar un masaje?

24.- ¿Tiempo de pose para un masaje con venda?

25.- Menciona paso a paso la realización y el material para el rejuvenecimiento

26.-Menciona los pasos para la realización de un temazcal

27.- Menciona el tiempo de pose para el producto siguiente:

Leche limpiadora: _____

Leche exfoliante: _____

Gel reductor: _____

28.- ¿Cuándo realizamos levantamiento donde colocamos la primera venda?

FIRMA DEL ALUMNO
