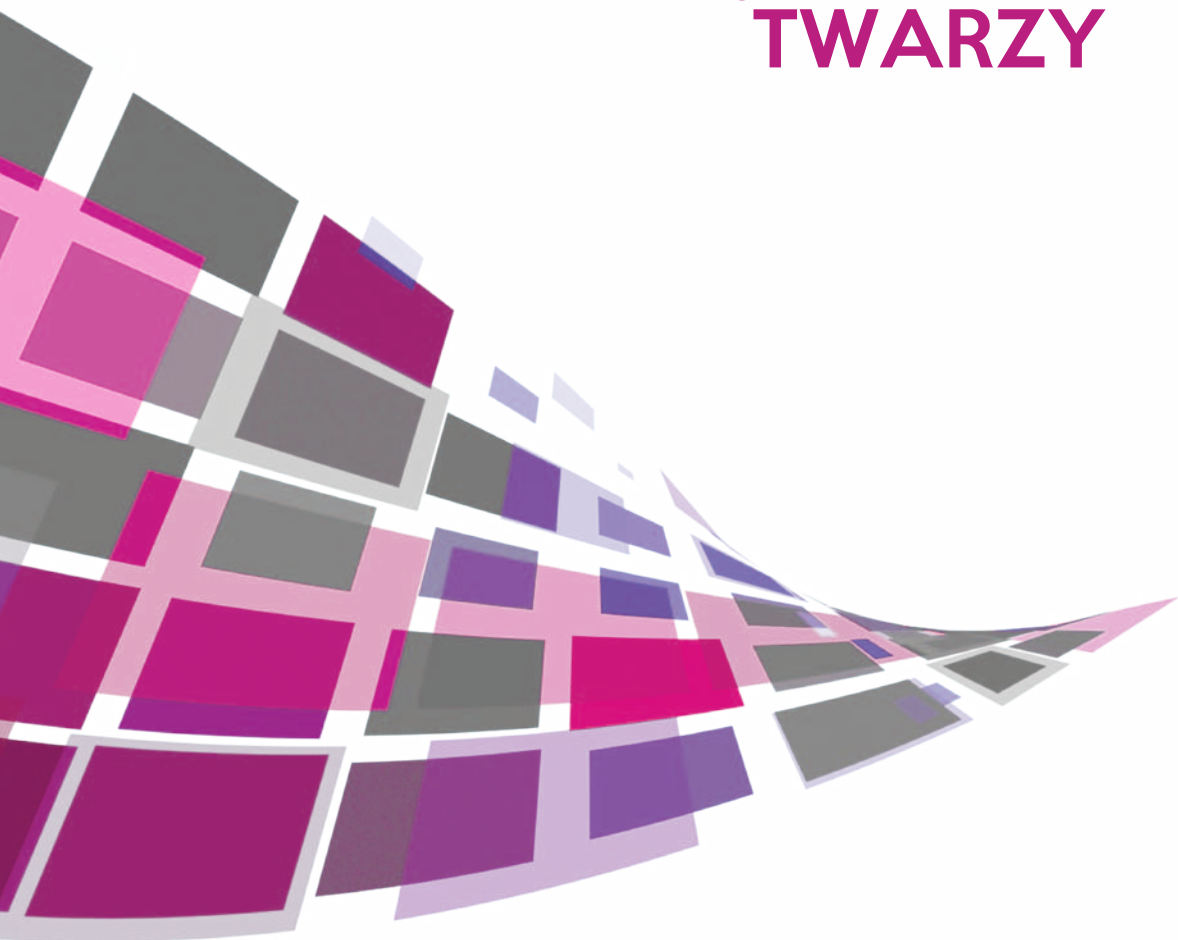


Aleksandra Górka
Agnieszka Graboś
Renata Prejsnar-Wiśniewska
Elżbieta Sadlik

PROFESJONALNA PIEŁĘGNACJA TWARZY



PROFESJONALNA PIELEGNACJA TWARZY

KSIĄŻKA NALEŻY DO

Imię

Nazwisko

E-mail

Telefon

AUTORZY	Aleksandra Górską, Agnieszka Graboś, Renata Prejsnar-Wiśniewska, Elżbieta Sadlik
REDAKTOR PROWADZĄCY I OPRACOWANIE REDAKCYJNE	Małgorzata Rybka i Sylwia Skrzypińska
RECENZENT	Anna Sokołowska
KONSULTACJA	dr n. med. Małgorzata Bujnowska, Magdalena Skała, Magdalena Antkowiak
KOREKTA	Magdalena Otlewska (www.bezbledu.pl)
PROJEKT OKŁADKI	Magdalena Skrzydlewska
OPRACOWANIE GRAFICZNE, SKŁAD I ŁAMANIE, PRZYGOTOWANIE DO DRUKU	CGS Studio www.cgs.pl
ZDJĘCIA	Michał Mularczyk Zdjęcia wykonano w Gabinecie kosmetycznym Maggy S
ILUSTRACJE	Krystian Klaczyński i Fotolia
WYDAWNICTWO	Centrum Rozwoju Edukacji EDICON sp. z o.o. ul. Kościuszki 57 61–891 Poznań Wydanie I
ISBN	978-83-946506-3-6
DRUK I OPRAWA	CGS Drukarnia Sp. z o.o. ul. Towarowa 3 62–090 Mrowino www.cgs.pl

Materiały edukacyjne obejmują zagadnienia zawarte w rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 31 marca 2017 r. w sprawie podstawy programowej kształcenia w zawodach (Dz.U. 2017 poz. 860).

SPIS TREŚCI

17 Od autorek

19 Rozdział 1. Wprowadzenie do kosmetyki (Renata Prejsnar-Wiśniewska)

- 19 Organizacja pracy
- 19 Kompetencje kosmetyczki
- 20 Wyposażenie gabinetu kosmetycznego
- 25 Bezpieczeństwo i higiena pracy
- 27 Zasady dezynfekcji i sterylizacji
- 34 Przygotowanie stanowiska pracy
- 35 Przygotowanie kosmetyczki do zabiegu
- 35 Przygotowanie klientki do zabiegu
- 36 Posprzątanie stanowiska pracy
- 38 Zadania kontrolne

39 Rozdział 2. Budowa i funkcje skóry oraz włosów (Agnieszka Graboś)

- 39 Budowa skóry
- 40 Zróżnicowanie skóry ze względu na wiek i płeć
- 40 Zróżnicowanie skóry ze względu na wiek
- 41 Zróżnicowanie skóry ze względu na płeć
- 41 Budowa skóry
- 41 Naskórek
- 44 Skóra właściwa
- 45 Tkanka podskórna
- 47 Funkcje skóry
- 48 Unaczynienie skóry
- 49 Unerwienie skóry
- 50 Gruczoły potowe i łojowe
- 50 Gruczoły potowe
- 51 Gruczoły łojowe

52	Budowa i cykl rozwojowy włosa
54	Zadania kontrolne

55 Rozdział 3. Pielęgnacja okolicy oczu (Elżbieta Sadlik)

55	Budowa oka ludzkiego
55	Gałka oczna
56	Nerw wzrokowy
57	Aparat ochronny oka
58	Choroby i defekty okolicy oczu
58	Najczęstsze defekty kosmetyczne skóry wokół oczu
58	Obrzęk powiek
59	Obwódki, sińce, cienie pod oczami
60	Zmarszczki w zewnętrznych kącikach oczu (tzw. kurze łapki)
60	Pieczenie i zaczerwienienie
61	Choroby oczu i zmiany okolic oczu
61	Kępki żółte (tzw. żółtaki, ksantomatozy)
61	Zapalenie spojówek
62	Jęczmień
62	Gradówka
62	Zapalenie brzegów powiek
62	Jaskra
62	Retinopatia cukrzycowa
63	Zaćma (katarakta)
63	Demodeciodoza
64	Zabiegi pielęgnacyjne okolic oczu
64	Higiena oczu
65	Zabiegi pielęgnacyjne okolic oczu wykonywane w gabinecie kosmetycznym
65	Rozjaśniający zabieg na okolice oczu
67	Pielęgnacja oczu w warunkach domowych
69	Zabiegi upiększające okolice oczu
69	Farbowanie brwi i rzęs
69	Środki do farbowania brwi i rzęs
72	Etapy zabiegu farbowania
77	Depilacja woskiem
80	Zadania kontrolne

81 Rozdział 4. Masaż
(Renata Prejsnar-Wiśniewska)

82	Mięśnie twarzy i szyi
83	Mięśnie wyrazowe
85	Mięśnie szyi
86	Masaż klasyczny twarzy, szyi i dekoltu
86	Podstawowe ruchy w masażu kosmetycznym
87	Zasady masażu kosmetycznego twarzy, szyi i dekoltu
88	Kolejność czynności
94	Drenaż limfatyczny twarzy
95	Opis zabiegu
95	Kolejność czynności
97	Zadania kontrolne

99 Rozdział 5. Rodzaje cery oraz diagnostyka kosmetyczna
(Renata Prejsnar-Wiśniewska)

100	Rodzaje cery
100	Podstawowe rodzaje cery
100	Cera normalna
100	Cera sucha
101	Cera tłusta
101	Cera mieszana
102	Inne rodzaje cery
102	Cera naczyńniowa
103	Cera dojrzała
105	Rodzaje zmarszczek twarzy
106	Starzenie się poszczególnych struktur skóry
107	Cera atroficzna
108	Cera wrażliwa
109	Cera odwodniona
109	Cera palacza
110	Cera zniszczona
111	Cera męska
112	Metody diagnostyki
112	Wywiad kosmetyczny
113	Diagnoza kosmetyczna
113	Podstawowe urządzenia diagnostyczne

Początki zainteresowania kosmetyką sięgają czasów starożytnych, kiedy to upiększanie ciała było postrzegane jako sztuka. W Egipcie za wzór piękna uchodziła królowa Nefertiti. Kleopatra słynie z kąpeli w oślim mleku i uważana jest za prekursorkę zabiegów pielęgnacyjnych. Egipcjanki dla podkreślenia kształtu oczu malowały powieki na czarno, usta natomiast na pomarańczowo lub czerwono. Jako barwników używały ochry, indyga, henny i czarnego węgla.

W starożytnej Grecji i w starożytnym Rzymie bardzo dbano o ciało i jego wygląd. Uprawiano więc sport, ale i stosowano zabiegi pielęgnacyjne. Rzymianie słynęli z kąpeli w łaźniach, nacierania ciała olejkami i maściami.

Istotny przełom w kosmetyce nastąpił w XX wieku. Wówczas rozpoczęto produkcję kosmetyków (szamponów, kremów itp.) na skalę przemysłową, równocześnie powstawały pierwsze salony kosmetyczne. Zaczęła rozwijać się sztuka makijażu, za pomocą której kobiety podkreślały kształt i kolor oczu i ust.

Organizacja pracy

KOMPETENCJE KOSMETYCZKI

Kosmetyczka powinna mieć odpowiednie kompetencje do wykonywania zawodu, poparte dyplomami lub certyfikatami: ukończenia policealnego studium kosmetycznego (uzyskany tytuł technika usług kosmetycznych) lub kursów specjalistycznych czy tytuł mistrza kosmetyki uzyskany w cechu rzemiosł uprawniający do wykonywania zawodu, czyli do samodzielnej pracy z klientkami, udzielania porad i świadczenia usług w ramach swoich kompetencji.

Kompetencje zawodowe kosmetyczki obejmują:

- wykonywanie zabiegów kosmetycznych związanych z pielęgnacją, upiększaniem i kosmetyką leczniczą,
- znajomość preparatów kosmetycznych,
- obsługę aparatury do wykonywania zabiegów kosmetycznych,
- znajomość anatomii i fizjologii człowieka,
- wykonywanie niektórych zabiegów z zakresu fizykoterapii,
- znajomość nowinek z zakresu kosmetyki, aktywne uczestnictwo w specjalistycznych szkoleniach i kongresach kosmetycznych,
- udzielanie klientkom porad z zakresu kosmetyki i higieny ogólnej,
- kierowanie klientek do lekarzy specjalistów w skomplikowanych przypadkach.

Ponadto kosmetyczka powinna odznaczać się takimi kompetencjami personalnymi jak:

- troska o klientkę i jej potrzeby,
- cierpliwość i wyrozumiałość,
- uprzejmość,
- pogodne usposobienie,
- dyskrecja i umiejętność dochowania tajemnicy zawodowej,
- wzbudzanie zaufania,
- łatwość w nawiązywaniu kontaktu,
- dążenie do samodoskonalenia.

Kosmetyczkę powinna wyróżniać wysoka kultura osobista i duża kultura języka, a także dbałość o wygląd i higienę osobistą.

Stworzenie odpowiednich warunków podczas zabiegu, dbanie o bezpieczeństwo i higienę pracy, pełne zaangażowanie kosmetyczki w wykonywane czynności i rozmowę z klientką wpłyną pozytywnie na psychikę klientki i spowodują, że będzie chciała wracać do gabinetu.

WYPOSAŻENIE GABINETU KOSMETYCZNEGO

Gabinet kosmetyczny to nie tylko miejsce pracy kosmetyczki i miejsce świadczenia usług pielęgnacyjno-upiększających, ale także strefa relaksu dla klientek. Sprzyjać mają temu: odpowiedni wystrój gabinetu (jego ładny

Etapy zabiegu farbowania

Środki i materiały

Środki i materiały niezbędne do wykonania zabiegu to:

- henna proszkowa,
- henna żelowa,
- 3% woda utleniona,
- wazelina,
- preparat do zmywania farby ze skóry,
- sól fizjologiczna,
- żel lub krem pod oczy łagodzący, nawilżający,
- kieliszek do henny, bagietka, pędzelek lub patyczek drewniany do nakładania henny,
- pęseta, małe nożyczki,
- płatki pod oczy do henny, płatki kosmetyczne i patyczki kosmetyczne.



Zdj. 16. Środki i materiały do farbowania brwi i rzęs

Kolejność czynności

1. Wykonaj czynności wstępne (przygotowanie stanowiska pracy, kosmetyczki i klientki) – tak jak przy innych zabiegach (patrz rozdział 1).
2. Przeprowadź wywiad z klientką. Zadaj następujące pytania:
 - Czy miała Pani wcześniej wykonywany zabieg farbowania brwi i rzęs?
 - Czy ma Pani alergie?
 - Czy wie Pani, na co jest uczulona?
 - Czy jest Pani uczulona na hennę lub na jakiś składnik kosmetyków?
 - Czy nosi Pani soczewki kontaktowe?
 - Czy cierpi Pani na klaustrofobię?
 - W jaki sposób pielęgnuje Pani oczy w domu?
 - Czy występują u Pani jakieś dolegliwości oczu? Jeśli tak, proszę je wymienić.
3. Wykonaj demakijaż oczu, używając preparatu beztłuszczowego do demakijażu oczu lub dwufazowego do makijażu wodoodpornego. Jeśli używasz preparatu dwufazowego, to odtłuść włoski tonikiem, preparatem beztłuszczowym lub wodą z mydłem. Pamiętaj o odpowiednim kierunku zmywania oczu. Jeśli klientka nosi soczewki kontaktowe, pamiętaj, aby poprosić ją o wyjęcie ich przed demakijażem.
4. Stosując lampę bezcieniową z lupą zdiagnozuj lub wyklucz przeciwwskazania.
5. Przygotuj hennę. Wsyp do kieliszka ok. 1 cm henny, wlej wodę utlenioną i mieszaj do uzyskania jednolitej masy o konsystencji gęstej śmietany.
6. Zabezpiecz wazeliną skórę pod powieką dolną, omijając rzęsy. Podłóż płatki pod oczy klientki i za pomocą patyczka ułóż na nich rzęsy. Poproś klientkę o zamknięcie oczu. Nałóż hennę na rzęsy na całej długości powieki, zaczynając od oka dalszego (osoby praworęczne stoją po prawej stronie klientki, czyli po lewej stronie fotela, stając twarzą do siedzącej klientki). Poproś, aby klientka nie otwierała oczu i zachowywała się spokojnie. Pozostaw hennę na rzęsach przez 10–15 minut.
7. Przystąp do farbowania brwi zgodnie z wcześniejszymi ustaleniami co do ich koloru, kształtu oraz grubości. Jeśli brwi mają mieć ten sam kolor co rzęsy, dolej do pozostałej henny 2–3 krople wody utlenionej, aby henna miała konsystencję nieco rzadszą niż ta do farbowania rzęs. Jeśli potrzebujesz innego koloru do brwi, użyj czystego kieliszka, aby przygotować hennę w ten sam sposób jak do farbowania

rzęs. Następnie pomaluj brwi, zaczynając od oka dalszego, nadając im odpowiedni kształt zgodny z kształtem twarzy oraz upodobaniami klientki. Brwi można malować od nasady lub od najwyższego punktu (jeśli od tego miejsca brwi są wyraźnie rzadsze i jaśniejsze). Hennę na brwiach należy pozostawić na czas zależny od grubości, gatunku włosa, preferencji klientki oraz rodzaju użytej farby. Hennę żelową należy zostawić nieco dłużej niż proszkową, tzn. na 3–10 minut. Aby sprawdzić intensywność farbowania, usuń patyczkiem kosmetycznym farbę z części brwi. Zmyj hennę wacikami zwilżonymi ciepłą wodą, zgodnie z kierunkiem wzrostu włosków. Jeśli chcesz usunąć farbę ze skóry, użyj preparatu do tego przeznaczonego lub wody z mydłem.

8. Aby zmyć hennę z rzęs, przyłóż do nich płatki zwilżone wodą i chwilę przytrzymaj. Przytrzymaj płatek z góry i spod rzęs, usuń je razem z henną. Umyj rzęsy aż płatek będzie czysty (przy zamkniętych oczach). Poproś, aby klientka otworzyła oczy, i zmyj dolną powiekę. Jeśli oczy są podrażnione, możesz przepłukać je solą fizjologiczną.
9. Wykonaj regulację łuku brwiowego. Jedną ręką napnij skórę, chwytając ją między palcem wskazującym a kciukiem. Drugą ręką wyrwij pęsetą włoski, zaczynając od końca brwi do jej nasady oraz od powieki do łuku brwiowego (zgodnie z kierunkiem wzrostu włosa). Jeśli włosy są długie i nie pozwalają na uzyskanie ładnego zarysu brwi, należy je przyciąć małymi nożyczkami.
10. Na okolicę oczu nałóż żel lub krem łagodzący, delikatnie go wklepując.
11. Przekaż klientce zalecenia do pielęgnacji domowej.
12. Uporządkuj stanowisko pracy.

MOJE NOTATKI

.....

.....

.....

.....

.....

.....



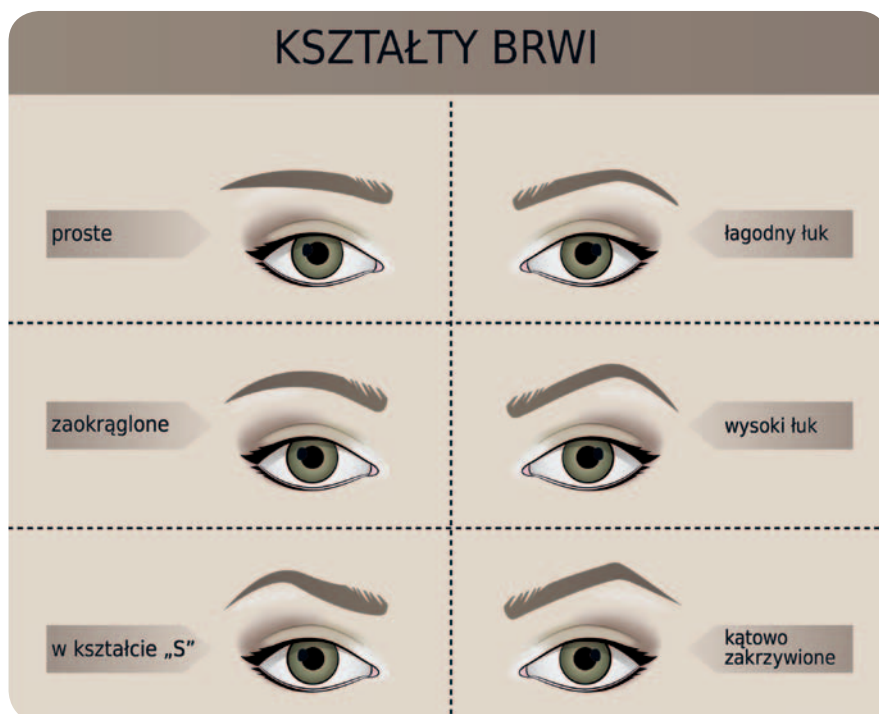
Zdj. 17. Zabieg farbowania brwi - nakładanie henny na brwi



Zdj. 18. Henna nałożona na brwi

Nie należy radykalnie zmieniać naturalnego kształtu brwi. Idealny kształt łuku brwiowego uzależniony jest od kształtu twarzy:

- twarz owalna – brwi w kształcie łagodnego łuku,
- twarz okrągła – lekko trójkątne brwi, które optycznie wydłużą buzię,
- twarz kwadratowa – szerokie brwi o dość łagodnym łuku,
- twarz w kształcie gruszki – nieco grubsze brwi, lecz łagodnie zarysowane,
- twarz trójkątna – grubsze u nasady, dość długie brwi.



Rys. 5. Kształt brwi dopasowany do kształtu twarzy

Schemat prawidłowo wyprofilowanego łuku brwiowego:

Do 2/3 długości – wznoszący łuk, a 1/3 – opadający. Długość łuku wyznaczają linie łączące punkty wolnego płata nosa z kącikami oka.

Regulacja brwi może być etapem zabiegu, ale również samodzielnym zabiegiem, podobnie jak depilacja łuku brwiowego.



Zdj. 19. Zabieg regulacji brwi za pomocą pęsety – etap zabiegu

UWAGA!

Pamiętaj o wykonywaniu regulacji w rękawiczkach ze względu na możliwość krwawienia z mieszków włosowych.

Depilacja woskiem

Usuwanie zbędnych włosków za pomocą wosku ma wiele zalet. Przede wszystkim taką, że usuwa się dokładnie wszystkie włoski. Jest to jednak metoda dla osób młodych z jędrną skórą. U osób z mało elastyczną, starzejącą się skórą nie należy go stosować, ponieważ powoduje rozciąganie skóry, przez co przyspiesza tworzenie się nad okiem nieestetycznego nawisu skórniego.

Środki i materiały

Środki i materiały niezbędne do wykonania zabiegu to:

- wosk w aplikatorze z wąską rolką lub w puszcze,
- patyczki drewniane wąskie,



Zdj. 26. Dermatoskop – analiza skóry



Zdj. 27. Dermatoskop – analiza skóry (zbliżenie)

Diagnoza kosmetyczna

Ocena grubości skóry

Dokonywana metodą wałeczkową – należy uchwycić fałd skóry i przesunąć go (wałkować) w górę i w dół. Pozwala to odróżnić skórę grubą od cienkiej.

Ocena wrażliwości skóry

Ocenę wrażliwości skóry określa się najczęściej na podstawie przeprowadzonego wywiadu. Dodatkowo można wykonać badanie zwane dermatografizmem – plastikową szpatułkę należy przycisnąć i przesunąć po powierzchni skóry.

Skóra może reagować w różny sposób, a na podstawie tej reakcji można stwierdzić:

- dermatografizm czerwony – jeśli zaczerwienienie, które jest na początku naturalną reakcją utrzymuje się długo i świadczy o nadwrażliwości,
- dermatografizm biały – jeśli skóra się nie zaczerwieni, a pojawi się wyniosłe białe wybrzuszenie z czerwoną obwódką (reakcja paradoksalna naczyń – kurczą się zamiast się rozszerzać).

ZAPAMIĘTAJ!

Biały dermatografizm jest objawem występującym u chorych na atopowe zapalenie skóry (AZS).

Ocena poziomu ukrwienia

Możliwa jest za pomocą szpatułki pleksi. Należy ucisnąć skórę szpatułką na kilka sekund. Jeśli zaraz po odjęciu skóra staje się czerwona, świadczy to o dobrym ukrwieniu.

MOJE NOTATKI

.....

.....

.....

KARTA KLIENTA

Karta klienta służy do zapisania wszystkich informacji uzyskanych podczas wywiadu, diagnozy kosmetycznej oraz o przebiegu zabiegu i zaleceniach.

Tabela 4. Karta klientki

Imię i Nazwisko klientki	
Wiek	
Data zabiegu	
Cechy skóry – opis cery	
Objawy subiektywne	
Defekty skóry – zmiany patologiczne	
Reakcje skóry na czynniki zewnętrzne	
Diagnoza lekarska (jeśli występują choroby skóry)	
Rodzaj cery	
Inne informacje	
Rodzaj proponowanego zabiegu	
Liczba proponowanych zabiegów oraz częstotliwość w serii	
Cel zabiegu	
Wskazania do zabiegu	
Przeciwwskazania do zabiegu	
Zalecenia	Proponowane preparaty do pielęgnacji domowej (działanie, częstotliwość stosowania)
	Składniki aktywne w preparatach
	Zalecenia dotyczące trybu życia
	Zalecenia dietetyczne

ZASTOSOWANIE APARATURY KOSMETYCZNEJ

Aby przeprowadzić pełną diagnozę, coraz więcej gabinetów kosmetycznych stosuje specjalistyczną aparaturę diagnostyczną. Dzięki niej można dokładnie sprawdzić kondycję skóry klientek.

Wypożażenie stanowiska pracy

NARZĘDZIA, NIEZBĘDNIK WIZAŻYSTY

Do wykonywania makijażu niezbędne są: określona wiedza, pewne umiejętności manualne, a także odpowiednie narzędzia. Podstawowy zestaw makijażysty obejmuje: gąbki, pędzle, aplikatory, pęsety, zalotki itp. Powinny być to narzędzia nie tylko dobrej jakości, ale o różnym przeznaczeniu. Na przykład pędzle stosuje się inne (syntetyczne) do aplikowania kosmetyków o konsystencji płynnej i kremowej, a inne (z włosia naturalnego: z sobola, wiewiórki, kuny, kozy czy bobra) do kosmetyków o konsystencji sypkiej lub kosmetyków sprasowanych.

Narzędzia do nakładania podkładu

Podkład można nakładać gąbką, pędzlem, airbrushem lub palcami.

- a. **gąbki lateksowe lub bezlateksowe** – jednorazowe, mają różne kształty. Wskazane jest, aby przed użyciem zwilżyć je wodą, a jej nadmiar wycisnąć w chusteczkę, nie wchłaniają wówczas dużej ilości podkładu;
- b. **pędzel do podkładu** – z włosia syntetycznego; nie absorbuje dużych ilości podkładu, przeznaczony do nakładania kosmetyków o konsystencji płynnej i kremowej;
- c. **pędzel do podkładu (tzw. flat top)** – z włosia naturalnego, przeznaczony do nakładania pudrów sypkich i sprasowanych;
- d. **beauty blender** – rodzaj specjalistycznej gąbki wykonanej z piankowego tworzywa bez dodatku lateksu, pozwala na uzyskanie równomiernego krycia, przed użyciem należy ją zmoczyć w wodzie;
- e. **air brush (aerograf)** – narzędzie niewielkich rozmiarów kształtem przypominające pistolet. Farba (podkład) jest rozpylana strumieniem powietrza, co pozwala aplikować kosmetyk niezwykle precyzyjnie i szybko. Stosowany także do artystycznego malowania ciała, tzw. body painting.

Narzędzia do nakładania pudru, różu i rozświetlacza

- a. **pędzel do pudru** – największy ze wszystkich pędzli, stosowany do nakładania różnych rodzajów pudru: sypkiego, prasowanego, brązującego oraz mineralnego; dzięki odpowiednio przyciętemu włosiu (może być to włosie kozy) puder nakłada się równomiernie;
- b. **pędzel kabuki** – przeznaczony do nakładania różnego rodzaju suchych, także mineralnych podkładów, bronzera, a nawet różu; pozwala uzyskać naturalny efekt;
- c. **gąbki lateksowe lub bezlateksowe** – jednorazowego użytku, okrągły kształt, służą do nakładania pudru sypkiego;
- d. **pędzel do różu** – służy do nakładania różu, ale także bronzarów i rozświetlaczy, można modelować nim twarz dzięki ukośnemu przycięciu włosia;
- e. **pędzel fan (wachlarz)** – służy do usuwania cieni, które się ob-sypały oraz do punktowej aplikacji rozświetlacza.

Narzędzia do makijażu oczu i ust

- a. **pędzel do cieni (większy)** – z naturalnego miękkiego włosia, np. z kuny syberyjskiej lub kucyka. Służy do nakładania cieni na całą powiekę;
- b. **pędzel do blendowania** – z naturalnego włosia, ma kształt łzy lub kulki, służy do rozcierania (blendowania) cieni;
- c. **pędzel do kresek lub brwi** – z nylonu lub z naturalnego włosia, służy do nanoszenia kresek na powiekach oraz modelowania brwi;
- d. **pędzel do korektora** – z miękkiego włosia syntetycznego ułatwia-jącego równomierną aplikację kosmetyku; pozwala nakładać korek-tory o płynnej i kremowej konsystencji, a także korektory mineralne;
- e. **aplikator z gąbką** – wyposażony w gąbkę o średnim stopniu twardości sprawdza się do rozcierania granic barw;
- f. **spiralka do aplikacji maskary i rozczesywania rzęs** – pozwala na higieniczne nałożenie tuszu do rzęs;
- g. **gumka z okrągłą końcówką lub pędzelek kulkowy z natu-ralnego włosia** – stosowane do rozcierania kreków i cieni;
- h. **szczoteczka z grzebykiem do czesania brwi** – ułatwia nada-wanie kształtu brwiom;

- i. **pędzelek do ust** – z miękkiego naturalnego włosia lub nylonu, wyposażony w spiczastą końcówkę, służy do aplikacji pomadek i błyszczników.

Pozostałe narzędzia

- a. **puszek do pudru** – zabezpiecza przed dotykiem twarzy w trakcie wykonywania makijażu;
- b. **temperówka** – służy do temperowania kredek przed każdym użyciem;
- c. **pęseta** – do regulacji brwi i przyklejania kępek rzęs i rzęs na pasku;
- d. **zalotka do rzęs** – do podkręcania rzęs;
- e. **szpatułki do kosmetyków** – jednorazowe, pozwalają w sposób higieniczny nabierać kosmetyki;
- f. **nożyczki** – służą do nadania kształtu brwiom lub przycinania sztucznych rzęs;
- g. **preparat do czyszczenia pędzli (tzw. brush cleaner)** – profesjonalny płyn na bazie alkoholu służący do czyszczenia pędzli z pozostałości kosmetyków oraz do dezynfekcji.



Zdj. 61. Zestaw pędzli do makijażu

Rodzaje makijażu

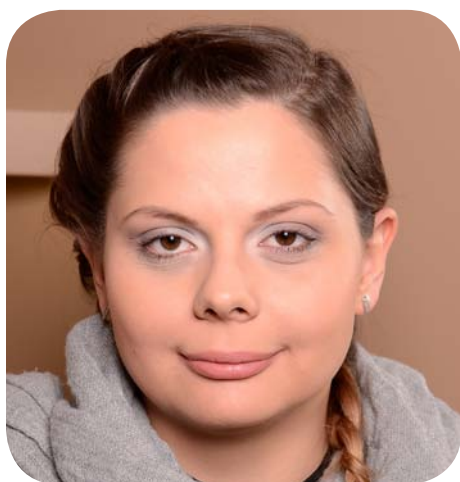
Makijaż daje możliwości podkreślania zalet twarzy oraz ukrycia mankamentów. Sposób jego wykonania powinien uwzględniać nie tylko wiek i typ urody, ale również okazję, na której dana osoba ma się pokazać. Na podstawie tego ostatniego czynnika wyróżnia się różne rodzaje makijażu.

PODSTAWOWE TYPY MAKIJAŻU

Makijaż dzienny

Jego zadaniem jest wydobyć i podkreślić naturalne piękno twarzy w sposób dyskretny. Makijaż powinien być na tyle subtelny, żeby wydawał się niewidoczny. Dobrze, aby uwzględniał dany typ kolorystyczny.

- barwy – matowe lub delikatnie połyskujące;
- podkład – krem tonujący lub bardzo lekki podkład; puder transparentny lub satynowy;
- modelowanie twarzy – puder w ciemniejszym odcieniu lub róż w kremie o kolorystyce zbliżonej do naturalnej;
- oczy – cienie w kolorach naśladujących kolory tęczówki i oprawy oka lub delikatnie rozświetlające, np. cienie opalizujące z gamy pudrowego naturalnego różu, beżu, ecru, kamiennego beżu, brzoskwini, odcieni łososiowych; tusz wydłużający rzęsy;
- usta – pomadki w odcieniach naturalnych, delikatnie połyskujące.



Zdj. 64. Makijaż dzienny – oczy otwarte



Zdj. 65. Makijaż dzienny – oczy zamknięte

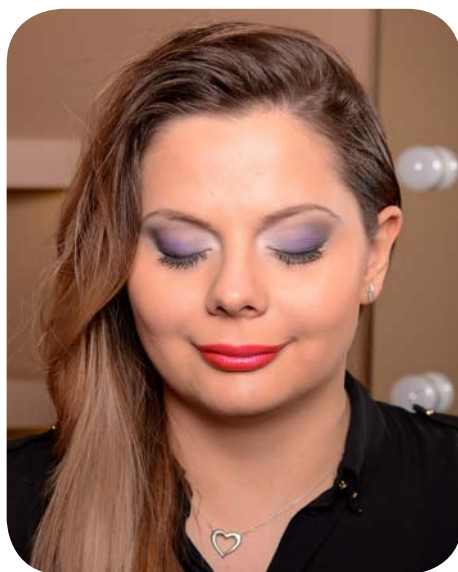
Makijaż wieczorowy

Jego zadaniem jest wyeksponowanie i wzmocnienie takich elementów twarzy, jak kształt oczu i ust. Powinien być wyrazisty, trwały (zastosowanie utrwalacza) i pozostawać w zgodzie z wieczorową kreacją. Wykonywany na bazie kosmetyków odpornych na temperaturę i ścieranie.

- barwy – nasycone, zestawione na zasadzie kontrastu, połyskliwe, a nawet brokatowe;
- podkład – podkład kompaktowy, kremowy lub kamuflaż, podkłady cechujące się dużym nasyceniem pigmentu i o dużej sile krycia;
- modelowanie twarzy – pełna korekta, puder kryjący lub transparentny, róż skonstrastowany z barwą cery, nałożony mocnymi pociągnięciami pędzla na policzki i skronie;
- oczy – cienie w pełnych kolorach;
- usta – pomadka lub błyszczak w nasyconych kolorach, połyskliwe.



Zdj. 66. Makijaż wieczorowy – oczy otwarte



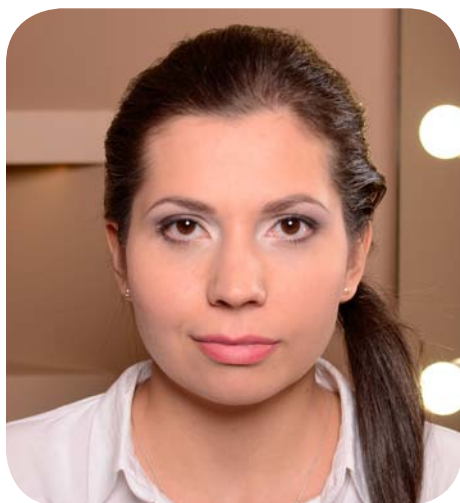
Zdj. 67. Makijaż wieczorowy – oczy zamknięte

Makijaż fotograficzny

Jego zadaniem jest wzmocnienie plastyki twarzy, podkreślenie rysów, eksponowanie kształtu oczu i ust, a także zatuszowanie wad

i niedoskonałości. Jego wykonanie powinno odbywać się z zachowaniem podstawowych reguł:

- barwy – ściśle dostosowane do rodzaju światła i zdjęć (czarno-białe lub kolorowe);
- podkład – dobrze kryjący, najlepiej kamuflaż o ciemniejszej kolorystyce ze względu na ostre światło flesza;
- modelowanie twarzy – puder nałożony w dużej ilości, aby całkowicie zmatowić skórę;
- oczy – intensywny makijaż, kolory cieni powinny łagodnie przechodzić jeden w drugi;
- usta – dokładny obrys i wypełnienie pomadką, najlepiej matową.



Zdj. 68. Makijaż fotograficzny – oczy otwarte



Zdj. 69. Makijaż fotograficzny – oczy zamknięte

POZOSTAŁE TYPY MAKIJAŻU

Makijaż ślubny

Stanowi połączenie makijażu dziennego, wieczorowego i fotograficznego. Jego zadaniem jest podkreślać rysy i kształt twarzy, zachowując przy tym subtelność i naturalność makijażu dziennego. Musi utrzymać się na twarzy przez kilka, a nawet kilkanaście godzin, stąd potrzeba zastosowania utrwalacza. Makijaż ślubny powinien dodatkowo uwzględniać typ urody panny młodej, styl sukni ślubnej i charakter samej ceremonii.

BIBLIOGRAFIA

1. Arct J., Chatizof J., Floryńska M. i in., *Encyklopedia kosmetyki*, Warszawa 1997
2. *Aromaterapia i inne terapie naturalne*, tłum. B. Piotrowska, Warszawa 2006
3. Baran E., Szepietowski J., Wąsik F., *Atlas chorób skóry*, Wrocław 1993
4. Baumann L., *Dermatologia estetyczna*, Warszawa 2013
5. Béresniak D., *Kolory od podstaw*, Warszawa 2003
6. Buscher Ch., *Znajdź swój kolor*, Warszawa 1993
7. Chorzelski T., Jabłońska S., *Choroby skóry. Dla studentów medycyny i lekarzy*, Warszawa 2002
8. Ciechomska A., Wypijewska-Stepień W., *The Art of makeup. Kreatywna sztuka makijażu*, bm, bd.
9. Drygas B., Mrozowska M., Pióro M., Szpindor R., *Dłonie, stopy, ciało, Kosmetyka Pielęgnacyjna i Upiększająca*, Warszawa 2015
10. Drygas B., Mrozowska M., Szpindor R., *Twarz, szyja, dekolt, Kosmetyka Pielęgnacyjna i Upiększająca*, Warszawa 2013
11. Dylewska-Grzelakowska J., *Kosmetyka stosowana*, Warszawa 1999
12. Dylewska-Grzelakowska J., *Zabiegi upiększające twarzy, szyi i dekolту*, Warszawa 2013
13. Dylewska-Grzelakowska J., Sikora A., *Zabiegi pielęgnacyjne ciała*, Warszawa 2013
14. Goliszewska A., Gromek M., Padlewska K., *Kosmetologia pielęgnacyjna*, Warszawa 2010
15. Grono M., Mrozowska M., Salczyńska A. i in., *Wstęp do kosmetyki, Podstawy anatomiczno-dermatologiczne w kosmetyce, Techniki Usług Kosmetycznych*, Warszawa 2013
16. Hellmiss M., *Kosmetyka naturalna, Poradnik dla Ciebie*, Warszawa 1996
17. Jackson C., *Sztuka makijażu*, Warszawa 1994
18. Jaroszevska B., *Kosmetologia*, Warszawa 2004
19. Jaroszevska B., *Kosmetyka pielęgnacyjna*, Warszawa 1988
20. Jaroszevska B., *Współczesna kosmetologia*, Warszawa 2010
21. Jurkowska S., *Tezaurus. Substancje czynne pochodzenia roślinnego wykorzystywane w kosmetykach*, Dąbrowa Górnicza 2001
22. Kaniewska M., *Podstawy anatomiczno-dermatologiczne w kosmetyce*, Warszawa 2013
23. Kaniewska M., *Podstawy kosmetologii w praktyce*, Warszawa 2017
24. Kirchberger H., *Make up. Nowa szkoła makijażu*, Warszawa 2003
25. Koźmińska-Kubarska A., *Zarys kosmetyki lekarskiej*, Warszawa 1991

26. Krechowicki A., Kubik W. i in., *Anatomia człowieka*, Warszawa 1992
27. *Mała Encyklopedia Medycyny*, Rożniatowski T. (red.), Warszawa 1988
28. Mamcarz B., Prandecka D., *Medycyna estetyczna w praktyce*, t. 2, Warszawa 2010
29. Martini M.-C., *Kosmetologia i farmakologia skóry*, Warszawa 2007
30. Marzec A., *Chemia nowoczesnych kosmetyków*, Toruń 2010
31. Mellbin H., *Makijaż od A do Z*, bm. 1998
32. Michalik A., Ramotowski W., *Anatomia i fizjologia człowieka*, Warszawa 2004
33. Noszczyk M., *Kosmetologia pielęgnacyjna i lekarska*, Warszawa 2010
34. Nowicka D., *Choroby łojotokowe skóry*, Wrocław 2011
35. Nowicka D., *Dermatologia*, Wrocław 2007
36. Opalińska M., Prystupa K., Stąpór W., *Dermatologia praktyczna*, Warszawa 1997
37. Peters B., *Kosmetyka*, Warszawa 2006
38. Rassner G., *Dermatologia. Podręcznik i atlas*, Wrocław 1994
39. Redaelli A., Ignaciuk A., *Medycyna estetyczna*, Warszawa 2010
40. Rudowska I., *Kosmetyka lecznicza*, Warszawa 1982
41. Schneider L., *Wykreuj swój image*, Warszawa 1996
42. Stander Ch., *Zarys dermatologii i wenerologii*, Wrocław 1999
43. *Stylizacja. Kolor, forma, styling*, Sumirska Z. (red.), Lesznowola 2004
44. Tazbir M., *Kwas hialuronowy jako jedna z alternatyw w zapobieganiu starzenia się skóry*, *Acta Clinica et Morphologica* 2012, t. 15, nr 1, s. 28-35
45. Wagner J., *Jak zostać wizażystą doskonałym*, bm. 2006
46. Wróblewska I., Maj J., Chilicka-Jasionowska K., *Aparatura kosmetyczna i metodyka zabiegów*, Opole 2013
47. Zaborowska D., *Kreowanie wizerunku*, Warszawa 2015
48. Zahorska-Markiewicz B., *Witaminy i makroelementy*, Kraków 1992

SPIS ZDJĘĆ

Str.	Nazwa
22	Zdj. 1. Autoklaw otwarty
23	Zdj. 2. Autoklaw zamknięty
27	Zdj. 3. Kosze na odpady
29	Zdj. 4. Kolejność higienicznego mycia i dezynfekcji rąk krok 1
29	Zdj. 5. Kolejność higienicznego mycia i dezynfekcji rąk krok 2
29	Zdj. 6. Kolejność higienicznego mycia i dezynfekcji rąk krok 3
29	Zdj. 7. Kolejność higienicznego mycia i dezynfekcji rąk krok 4
29	Zdj. 8. Kolejność higienicznego mycia i dezynfekcji rąk krok 5
29	Zdj. 9. Kolejność higienicznego mycia i dezynfekcji rąk krok 6
31	Zdj. 10. Środki do dezynfekcji
31	Zdj. 11. Dezynfekcja narzędzi (A. narzędzia w dezynfekcji chemicznej, B. narzędzia po osuszeniu, C. przygotowanie do sterylizacji, D. narzędzia po sterylizacji)
32	Zdj. 12. Etykiety środków do dezynfekcji – przykład I
33	Zdj. 13. Etykiety środków do dezynfekcji – przykład II
36	Zdj. 14. Kosmetyczka i klientka przygotowane do zabiegu
68	Zdj. 15. Pielęgnacja oczu w warunkach domowych – okład z plasterów ogórka
72	Zdj. 16. Środki i materiały do farbowania brwi i rzęs
75	Zdj. 17. Nakładanie henny na brwi
75	Zdj. 18. Henna nałożona na brwi
77	Zdj. 19. Zabieg regulacji brwi za pomocą pęsety – etap zabiegu
89	Zdj. 20. Masaż kosmetyczny twarzy – głaskanie
91	Zdj. 21. Masaż kosmetyczny twarzy – rozcieranie
92	Zdj. 22. Masaż kosmetyczny twarzy – ugniatanie (uciskanie)
93	Zdj. 23. Masaż kosmetyczny twarzy – oklepywanie
96	Zdj. 24. Drenaż limfatyczny – etap zabiegu
114	Zdj. 25. Diagnoza kosmetyczna przy wykorzystaniu lampy Wooda
115	Zdj. 26. Dermatoskop – analiza skóry
115	Zdj. 27. Dermatoskop – analiza skóry (zbliżenie)
118	Zdj. 28. Aparatura kosmetyczna do diagnozy skóry – tester nawilżenia skóry
125	Zdj. 29. Brushing
126	Zdj. 30. Różnica w strukturze między peelingiem enzymatycznym a gruboziarnistym
127	Zdj. 31. Klientka i stolik zabiegowy przygotowane pod zabieg aplikacji peelingu na twarz
130	Zdj. 32. Peeling ziołowy
133	Zdj. 33. Mikrodermabrazja
141	Zdj. 34. Stolik zabiegowy przygotowany pod zabieg nawilżająco-ochronny z serum i maską algową
141	Zdj. 35. Zabieg nawilżająco-ochronny z serum i maską algową – nałożenie serum odżywczo-nawilżającego na twarz

142	Zdj. 36. Nałożenie maski algowej na twarz klientki
142	Zdj. 37. Ściąganie maski algowej – przykład I
143	Zdj. 38. Ściąganie maski algowej – przykład II
150	Zdj. 39. Stolik zabiegowy przygotowany pod zabieg złuszczący kwasem AHA
151	Zdj. 40. Odtłuszczenie cery przed zabiegiem złuszczącym kwasem AHA
151	Zdj. 41. Zabezpieczenie wrażliwych partii twarzy wazeliną
152	Zdj. 42. Nakładanie kwasu AHA na twarz za pomocą pędzelka
152	Zdj. 43. Nakładanie neutralizatora
194	Zdj. 44. Kominek aromaterapeutyczny
199	Zdj. 45. Demakijaż oczu – zmywanie powieki – etap I
199	Zdj. 46. Demakijaż oczu – zmywanie powieki – etap II
200	Zdj. 47. Demakijaż oczu – zmywanie brwi
203	Zdj. 48. Środki i materiały do demakijażu twarzy
205	Zdj. 49. Demakijaż twarzy – etap I
206	Zdj. 50. Demakijaż twarzy – etap II
206	Zdj. 51. Demakijaż twarzy – etap III
214	Zdj. 52. Przygotowanie maski algowej
214	Zdj. 53. Maski algowa
215	Zdj. 54. Ściąganie maski algowej
251	Zdj. 55. Peeling kawitacyjny – etap zabiegu
254	Zdj. 56. Wapozon w użyciu
268	Zdj. 57. Galwanizacja – etap zabiegu
272	Zdj. 58. Jonoforeza – etap zabiegu
276	Zdj. 59. Darsonwalizacja – etap zabiegu
290	Zdj. 60. Depilacja laserowa
305	Zdj. 61. Zestaw pędzli do makijażu
310	Zdj. 62. Paletka cieni
311	Zdj. 63. Kuferek wizażystki – zestaw akcesoriów do makijażu
324	Zdj. 64. Makijaż dzienny – oczy otwarte
324	Zdj. 65. Makijaż dzienny – oczy zamknięte
325	Zdj. 66. Makijaż wieczorowy – oczy otwarte
325	Zdj. 67. Makijaż wieczorowy – oczy zamknięte
326	Zdj. 68. Makijaż fotograficzny – oczy otwarte
326	Zdj. 69. Makijaż fotograficzny – oczy zamknięte
327	Zdj. 70. Makijaż ślubny – oczy otwarte
327	Zdj. 71. Makijaż ślubny – oczy zamknięte
327	Zdj. 72. Makijaż biznesowy – oczy otwarte
327	Zdj. 73. Makijaż biznesowy – oczy zamknięte
328	Zdj. 74. Makijaż awangardowy – oczy otwarte
328	Zdj. 75. Makijaż awangardowy – oczy zamknięte

SPIS RYSUNKÓW

Str.	Nazwa
39	Rys. 1. Budowa skóry
43	Rys. 2. Budowa naskórka
53	Rys. 3. Fazy wzrostu włosa
56	Rys. 4. Budowa gałki ocznej
76	Rys. 5. Kształt brwi dopasowany do kształtu twarzy
84	Rys. 6. Mięśnie twarzy
313	Rys. 7. Podział twarzy (A. poziomy, B. pionowy)
314	Rys. 8. Kształty twarzy - konturowanie twarzy makijażem
317	Rys. 9. Wyprofilowanie łuku brwiowego
320	Rys. 10. Techniki malowania różnych rodzajów oczu
329	Rys. 11. Koło barw Ittena
334	Rys. 12. Paleta barw Wiosny (Ciepła Wiosna)
335	Rys. 13. Paleta barw Lata (Jasne Lato)
336	Rys. 14. Paleta barw Jesieni (Intensywna Jesień)
337	Rys. 15. Paleta barw Zimy (Intensywna Zima)

SPIS TABEL

Str.	Nazwa
83	Tabela 1. Zestawienie mięśni twarzy i ich czynności
85	Tabela 2. Zestawienie mięśni szyi i ich czynności
111	Tabela 3. Porównanie skóry kobiet i mężczyzn
117	Tabela 4. Karta klientki
198	Tabela 5. Preparaty oczyszczające okolice oczu
201	Tabela 6. Preparaty do pielęgnacji powiek i skóry wokół oczu
230	Tabela 7. Klasyfikacja starzenia się skóry pod wpływem światła słonecznego, według Glogau
256	Tabela 8. Przyczyny i objawy różnych rodzajów trądziku
266	Tabela 9. Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu galwanizacji
270	Tabela 10. Wybrane związki aktywne i leki stosowane w jonoforezie
279	Tabela 11. Zastosowanie lampy Sollux
280	Tabela 12. Zastosowanie lampy Minina
282	Tabela 13. Zastosowanie światła LED

PROFESJONALNA PIELĘGNACJA TWARZY

Renata Prejsnar-Wiśniewska – kosmetolog i masażystka, absolwentka wydziału Kosmetologii i Promocji Zdrowia w Krakowskiej Wyższej Szkole Promocji Zdrowia oraz Medycznego Studium Masażu Leczniczego w Krakowie. Od 10 lat współpracuje z Policealną Szkołą TEB Edukacja w Krakowie jako wykładowca i instruktor praktycznej nauki zawodu. Egzaminator OKE w zawodzie technik usług kosmetycznych. Prowadzi własny gabinet kosmetyki i masażu.

Elżbieta Sadlik – kosmetolog, szkoleniowiec kosmetyczny, pedagog i nauczyciel akademicki. Absolwentka wydziału Pedagogiki i Psychologii na Uniwersytecie Warszawskim oraz studiów podyplomowych w Wyższej Szkole Nauk Społecznych w Lublinie na kierunku Kosmetologia w medycynie. Od kilku lat współpracuje z Policealną Szkołą TEB Edukacja w Rzeszowie. Egzaminator OKE w zawodzie technik usług kosmetycznych. Prowadzi własny gabinet kosmetyczny oraz kursy szkoleniowe z zakresu kosmetyki, podologii i stylizacji paznokci.

Agnieszka Graboś – dyplomowana kosmetyczka, magister pedagogiki i absolwentka studiów podyplomowych w Wyższej Szkole Nauk Społecznych w Lublinie na kierunku Kosmetologia w medycynie. W latach 2009-2012 nauczyciel akademicki w Katedrze Kosmetologii w Wyższej Szkole Nauk Społecznych w Lublinie. Od 2012 roku Dyrektor Szkół Policealnych TEB Edukacja w Lublinie. Egzaminator OKE w zawodzie technik usług kosmetycznych. Uczestniczy w szkoleniach i kongresach kosmetycznych, a także organizuje szkolenia, warsztaty i pokazy kosmetyczne dla słuchaczy w pracowni kosmetycznej szkoły TEB Edukacja.

Aleksandra Górka – magister biologii (specjalność biochemia), dyplomowany kosmetolog, specjalista ds. podologii. Właścicielka gabinetu podologicznego, w którym wykonuje zabiegi pielęgnacyjno-leczne dla stóp potrzebujących fachowej pomocy specjalisty. Od 2016 roku nauczyciel przedmiotów podologia oraz kosmetyka pielęgnacyjna i upiększająca w Policealnej Szkole TEB Edukacja w Lublinie.

„Książka zawiera niezbędne informacje i wiedzę, które powinien posiadać każdy specjalista zajmujący się profesjonalnie pielęgnacją skóry. Ponadto jest to wzorcowy podręcznik, który pomaga w przygotowaniu do egzaminu zawodowego dla technika usług kosmetycznych”.

Anna Sokołowska



wydawnictwo@edicon.pl

ISBN 978-83-946506-3-6



cena: 75,00 zł