

MANICURE E PEDICURE

SUMÁRIO

| | |
|---|----|
| INTRODUÇÃO | 3 |
| 1- ANATOMIA | 4 |
| 2- PRODUTOS PARA MANICURE E PEDICURE | 11 |
| 3- HIGIENE COM OS ITENS DE TRABALHO | 31 |
| 4- HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS E COLOCAÇÃO DAS LUVAS DESCARTÁVEIS | 33 |
| 5- CUIDADOS COM AS UNHAS, MÃOS E PÉS | 39 |
| REFERÊNCIAS | |

INTRODUÇÃO

Atualmente o mercado da beleza cresce surpreendentemente a cada ano. Os cuidados da beleza vão além da pele e dos cabelos. O embelezamento das unhas está super e alta.

O mercado de trabalho de manicures e pedicures é exclusivamente do setor privado e apresenta-se competitivo, pois depende do grau de competência e técnica que cada profissional tem para atrair mais clientes. A maioria desses profissionais trabalha como autônomos, em casa ou oferecendo serviço a domicílio. Para se aposentar, precisam contribuir para a Previdência de forma individual.

Em decreto, a presidente Dilma Rousseff regulamentou algumas profissões bem conhecidas. Além de manicure, cabeleireiro, barbeiro, esteticista, pedicure, depilador, maquiador. A lei determina que eles devem obedecer às normas sanitárias, esterilizando materiais e objetos usados no atendimento aos clientes. Só no estado de São Paulo são 1 milhão de trabalhadores da beleza. Na prática, a regulamentação pode tirar muitos desses profissionais da informalidade. A partir de agora, eles ganham força para serem contratados com carteira assinada.

1- ANATOMIA

Frequentemente esquecidas ou ignoradas pelos profissionais da indústria cosmética, as unhas são anexos de grande importância para todos nós. Não apenas por ser um mercado ainda em crescimento e que nos últimos anos tem mostrado grande diversificação e inovação. Por isso vamos tratar das unhas. Se prepara que tem vocabulário novo! Posso garantir que você nunca mais vai olhar para suas unhas do mesmo jeito.

As unhas são lâminas epidérmicas, queratinizadas, presentes na extremidade dos dedos. Graças a elas temos capacidade de exercer pressão com os dedos e executar movimentos finos e precisos, como tocar levemente a tela do smartphone, por exemplo. Vamos conhecer agora a complexa estrutura desse [anexo da epiderme](#) que é a unha humana, ou o aparelho ungueal.



Lee Redmond, recorde mundial de maior unha das mãos (2016).

Foto: divulgação / Guinness World Records

Estrutura Morfológica Da Unha

A unha é uma placa de queratina dura, ligeiramente convexa, que está fixada em tecidos moles dos dedos das mãos e dos pés, tecnicamente conhecida como lâmina

ungueal. Ela se origina a partir da matriz da unha, localizada na parte proximal do aparato [ungueal](#), isto é, a unha. Para compreender melhor todo esse aparato, vamos por tópicos:

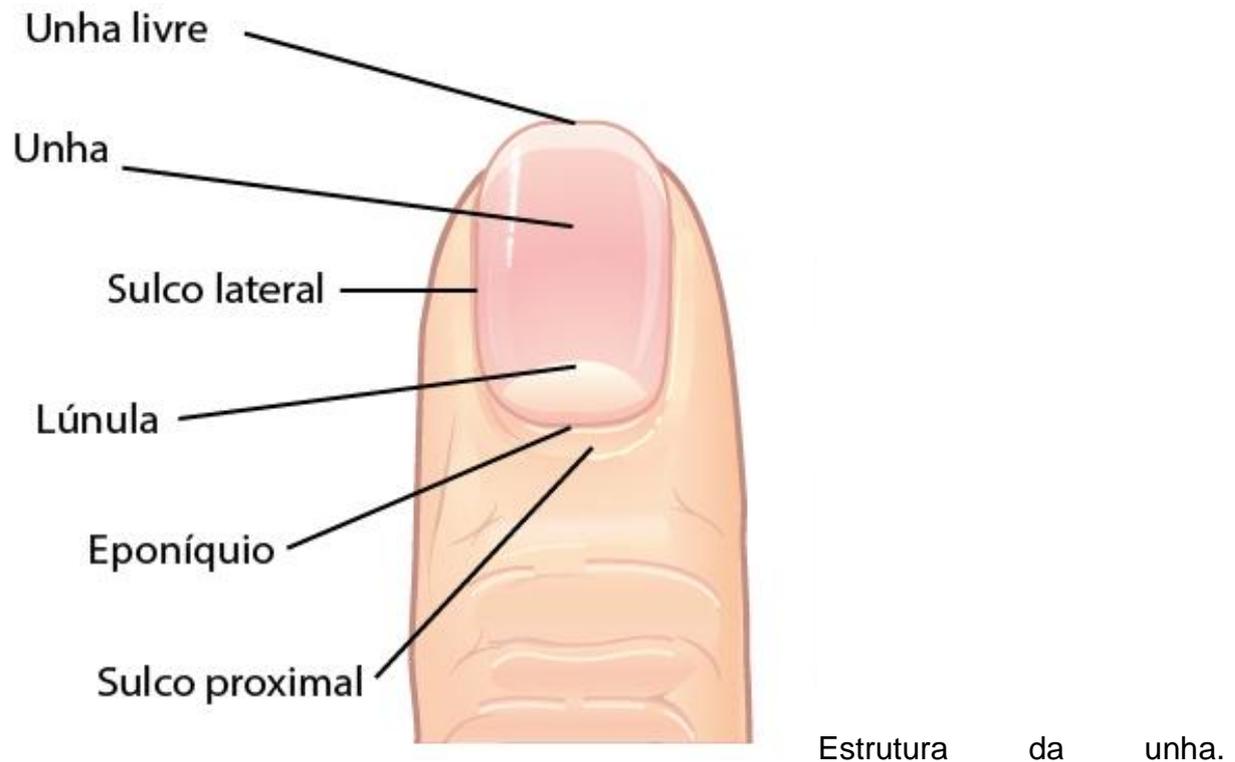
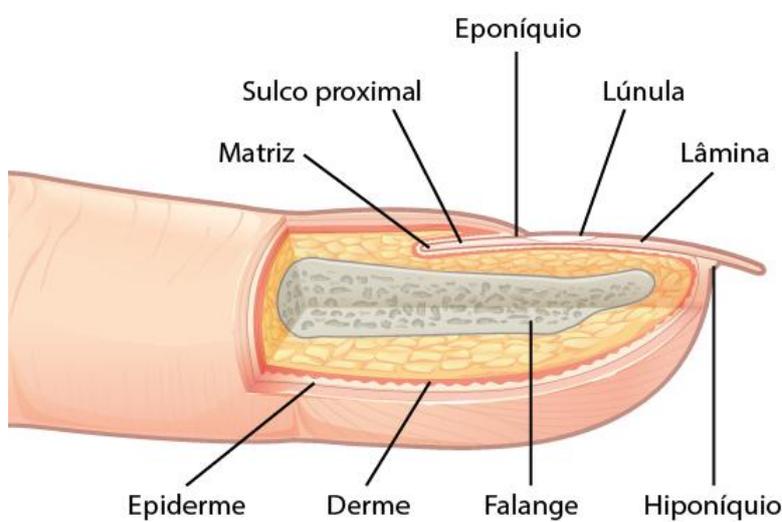


Foto: adaptado de [Openstax CNX](#).

- **Unha (lâmina ungueal):** A lâmina da unha é composta por três camadas: uma camada interna macia (a unha ventral), uma camada intermediária de queratina dura e a camada mais externa (unha dorsal). Assim, o que parece simples aos olhos pode ter uma estrutura microscópica complexa. As camadas da lâmina da unha são achatadas e compostas por uma massa relativamente elástica de células paralelas queratinizadas e fundidas, os onicócitos. Ao contrário dos corneócitos da epiderme, as células das unhas não descamam.
- **Unha livre:** A unha livre é a parte da lâmina “flutua” fora do dedo. Abaixo da unha livre, na região após o hiponíquio (calma! leia logo abaixo o que é isso), está uma região que é um excelente reservatório de sujidades e

microrganismos! Por isso sua mãe sempre dizia: “lave a parte de baixo das unhas!”

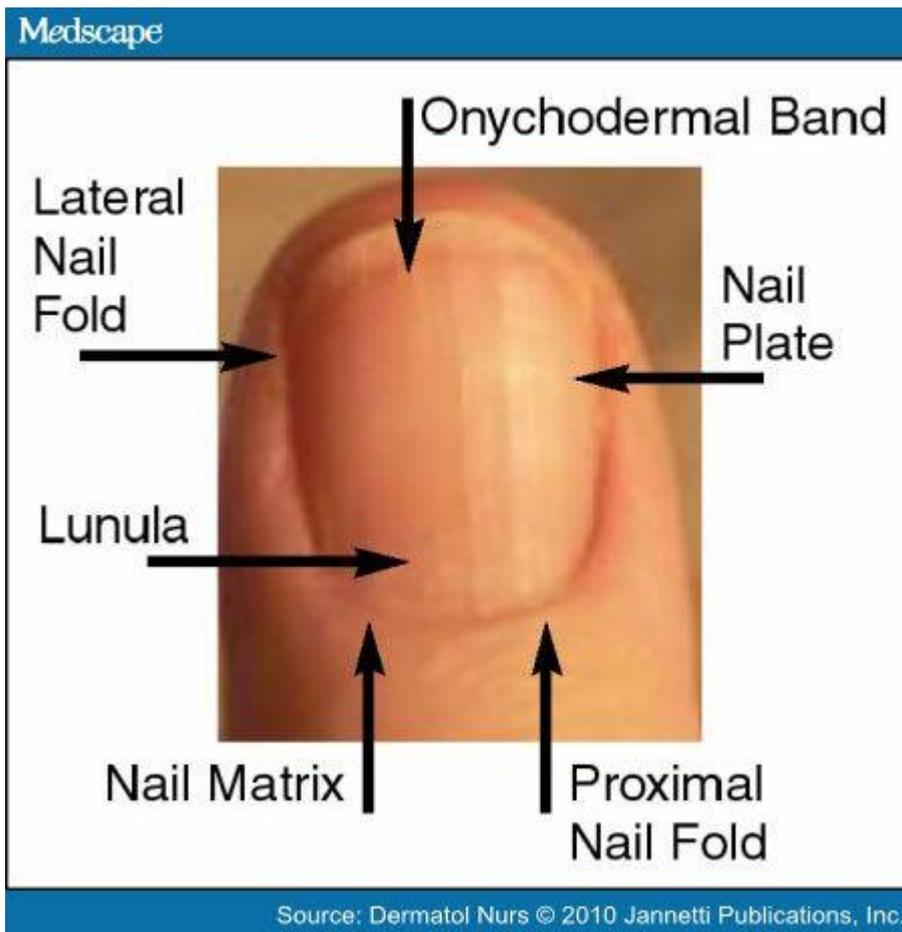
- **Sulcos periungueais:** são as regiões limítrofes da unha, em que ela ainda tem algum contato com a epiderme. Elas são nomeadas anatomicamente, de acordo com a localização em relação à lâmina da unha. Por isso temos dois sulcos ungueais laterais (nas laterais da unha), o sulco ungueal proximal (na região da raiz da unha) e o sulco ungueal distal (na ponta dos dedos).
- **Lúnula:** A lúnula é a região branca em formato de meia-lua na base da unha, a parte proximal. É mais visível nos polegares e dedões dos pés, mas está presente em todas as unhas.
- **Eponíquio:** É a famosa (e indesejável) cutícula. Uma camada transparente de células que adere à superfície da unha na base e atua como vedação entre a placa da unha e o sulco ungueal proximal. (**Atenção!**) A remoção da cutícula possibilita a entrada de água, corpos estranhos, fungos e bactérias. Isso pode favorecer a inflamação periungueal, tecnicamente denominada de paroníquia. Então, da próxima vez que for à manicure, não fale com ela para não retirar bifas das suas unhas, peça a ela para evitar a paroníquia.



Estrutura da unha, com detalhe para matriz e hiponíquio.

Foto: adaptado de [Openstax CNX](https://openstax.org/).

- **Matriz:** É a região a partir da qual cresce a lâmina da unha que, não por acaso, cresce da região proximal para a região distal. Ou seja, unha cresce afastando-se da matriz, deslizando pelo leito da unha e se separa o dedo na região distal.
- **Hiponíquio:** É a região da epiderme onde a lâmina da unha se afasta do leito. É a última parte onde a lâmina tem contato com a epiderme.
- **Leito:** O leito da unha é um epitélio fino e com poucas camadas celulares. Ele se queratiniza sem nenhuma camada de células granulares (ao contrário da epiderme!). É a base do dedo sobre a qual a unha cresce e se apoia. Ele pode ser visto através da unha. É uma região altamente irrigada por vasos sanguíneos. Também no leito, os melanócitos são raros ou até mesmo ausentes.
- **Banda onicodermal:** A banda onicodermal (*onychodermal band*) é um halo levemente alaranjado presente na região distal da unha. Trata-se de uma região de fixação entre o leito ungueal e a lâmina da unha. Sob pressão, a banda onicodermal pode ficar branca ou avermelhada (pois aumenta a irrigação sanguínea local). No entanto, assim como a cutícula, a banda onicodermal pode afetar seriamente a função da unha, pois o descolamento da lâmina da unha a partir do leito (onicólise) pode ser a porta de entrada de agentes infecciosos.



detalhe para a banda onicodermal (onychodermal band).

Foto: Reprodução / Medscape.com

A superfície da lâmina da unha é lisa e tem nervuras longitudinais discretas, mas que se tornam mais evidentes com a idade (Isso mesmo! Suas unhas denunciam sua idade!). Algumas doenças também podem aumentar essas ranhuras e também deixar as unhas frágeis e quebradiças. A superfície inferior da lâmina ungueal também possui ranhuras que servem para aderir a lâmina ao leito (os nós de ancoragem).

Aspectos Físico-Químicos Da Unha

Devido ao arranjo regular e adesão dos onicócitos, os nós de ancoragem ao leito e a alta concentração de enxofre da queratina, a unha normal é dura, flexível e elástica. Por isso é resistente aos traumatismos que sofre diariamente (e nós nem sequer nos damos conta do quanto nossas unhas estão expostas a stress mecânico dia após

dia). Você consegue contar quantas vezes bate os dedos e as unhas ao digitar um e-mail, por exemplo? Todos os clique com o mouse. Quantas vezes por dia você bate acidentalmente o dorso das mãos na parede?

Sem nenhuma surpresa, a unha é altamente rica em queratina, especialmente a alfa-queratina. Uma queratina mais dura que a da pele, mas que se aproxima da queratina encontrada nos cabelos, pois possui alto teor de ligações dissulfeto (cistina). É essa característica de possuir alto teor de enxofre que confere a esse tipo de queratina a alta resistência e propriedade de barreira semipermeável.

A estrutura proteica fibrosa contém alta proporção do aminoácido cistina, rico em enxofre, e uma menor proporção de outros aminoácidos como a metionina, tirosina, lisina e histidina. O enxofre representa 10% do peso seco da unha, enquanto o cálcio representa de 0,1 a 0,2%. Comparado ao estrato córneo da pele, a unha possui menos lipídeos (0,1 a 1% contra 10%) e menos água (7 a 12% contra 15 a 25%). No entanto, a unha é altamente permeável à água. Quando o nível de hidratação aumenta, a unha fica macia e opaca, mas quando a hidratação diminui, ela fica seca e quebradiça. Por essa razão, os produtos destinados ao cuidado com as unhas não devem remover o conteúdo as substâncias naturais (hidrossolúveis ou lipossolúveis) das unhas, pois o uso prolongado pode acabar promovendo rachaduras ou até mesmo a quebra das unhas.

Fisiologia Da Unha

A unha cresce normalmente a uma taxa média de 0,1 mm por dia. Sendo assim, levaria de 4 a 5 meses para que a unha se regenerasse por completo após sua remoção. Idade, frio, doenças que afetem a circulação sanguínea e má nutrição são fatores que reduzem a taxa de crescimento das unhas.

Acredita-se que cerca de 80% da lâmina da unha é produzida pela matriz com a produção de queratina dura. Os outros 20% da lâmina seriam produzidos pelo leito ungueal. Assim, a unha poderia ser formada simultaneamente no sentido da matriz para a ponta do dedo e do leito para a superfície externa da unha.

Os Cuidados Básicos Com As Unhas

Ao longo dos séculos a unha tem representado um papel de destaque na sociedade. Ter unhas limpas, por exemplo, é essencial para ser considerado alguém belo, recatado e do lar, independente se é mulher ou homem. A diferença é que, em geral, as mulheres preferem as unhas longas e pintadas.

Unhas com boa aparência têm aspecto liso e brilhante (terá sido um recurso para esconder a idade?). A cutícula deve estar intacta e fina, praticamente imperceptível. Os sulcos laterais devem estar limpos e sem tecidos ou feridas aparentes. Já para a unha livre a realidade é diferente. Não há pressão social sobre ela. Não há padrões. A unha livre pode ser rente ao dedo, longa, ter a forma redonda, afinada, oval, quadrada, etc. No entanto, a maioria das mulheres prefere as unhas longas e ovais, pois alongam os dedos. Os homens usam mais as unhas curtas e quadradas; com bases incolores com ou sem brilho (vai do gosto do freguês).

O importante é manter as unhas limpas, lavá-las diariamente, ou até mais vezes ao dia, dependendo das tarefas executadas. Uma pessoa que cuida do jardim, por exemplo, deve lavar bem as unhas após terminar a atividade. Aquela velha história de nossas mães (pais, avós, tios, tias, primos mais velhos) nos mandarem lavar as mãos antes das refeições, lembra? Ela também se aplica a parte inferior das unhas, que é um verdadeiro metrô para microrganismos.

2- PRODUTOS PARA MANICURE E PEDICURE

Antigamente, para ser manicure não se exigia profissionalização. Mas, no decorrer dos anos isso foi mudando. Por isso, hoje, a preocupação com a limpeza do local, com os instrumentos que a profissional utiliza e com as técnicas de higienização são muito grandes.

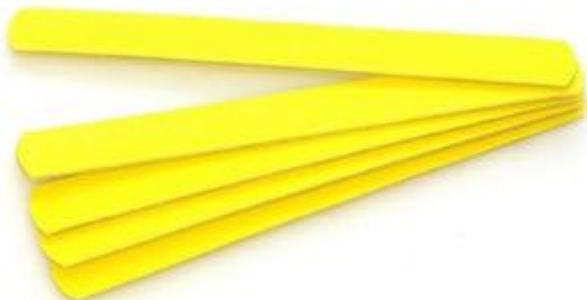
Além do mais, o serviço de manicure e pedicure não se restringem somente a pintar as unhas e tirar cutículas. Pois, o atendimento pode ser mais elaborado, com **unhas de gel, nail art**, entre outros.

Neste sentido, os salões e as profissionais da área investem cada dia mais na **biosegurança**, isso inclui o vasto equipamento para ser manicure e trabalhar de forma eficiente. As clientes, por sua vez, procuram serviços que asseguram a higienização

Agora, magnífica, você aprenderá quais são os equipamentos necessários para ser uma manicure e como utilizá-los, certo?

Conheça os principais equipamentos para ser manicure e comece já!

1. Equipamentos para ser manicure: Lixas de unha



As lixas são responsáveis por **moldar a unha**, seja com desenho redondo, seja com

formato quadrado ou stiletto, entre outros. Sem dúvidas, esse equipamento é um grande aliado, e inclusive, é essencial para as manicures.

Em relação a estoque, **compre em grandes quantidades**, pois, você deve usar uma lixa por cliente. Sim, parece exagero. Mas, não é. Caso não troque a lixa, você pode transmitir doenças de uma freguesa para a outra, como, por exemplo, fungos, vírus e bactérias.

Com um kit completo, não tem erro! Ah, antes de terminar, você precisa saber, lindona, que existem tipos diferentes de lixa. Há alguns modelos especiais que servem para **polir as unhas** e dar um acabamento mais profissional. Procure saber certinho nos pontos de venda sobre cada uma delas. Assim, sua compra será satisfatória.

2. Algodão



O algodão, além de **ajudar na retirada do esmalte**, pode **amolecer a cutícula** e tornar o processo de cutilagem muito mais rápido. Você deve usar, ainda, pequenos feixes para **enrolar nos palitos de madeira** e tirar os borrados.

Certamente, entre os equipamentos para ser manicure, este é também deve ser adquirido em grande quantidade. O lado bom é que é barato, então, não vai pesar em seu bolso.

3. Equipamentos para ser manicure: Palitos de madeira



Os palitos de madeira seguem o mesmo padrão dos equipamentos para ser manicure já mencionados. De fato, é preciso ser comprado em grande quantidade, porque, afinal, é utilizado na cliente e depois descartado. Como os outros dois que já falamos, este possui um valor acessível.

4. Tolhas de rosto



As toalhas vão estar constantemente em contato com os clientes, então, é importante **usar uma toalha para cada cliente**. Desta forma, você cuida da saúde e higiene delas.

Não é novidade, e você deve saber, que não se trata de algo muito barato. Por este motivo, é muito importante fazer o máximo pela fidelização das suas clientes e procurar fechar pacotes com elas. Agindo assim, você faz o investimento valer a pena, entende?

Mas, isso é assunto para outra hora. Por enquanto, o que você precisa saber é: procure comprar uma quantidade boa para começar, sempre considerando o custo benefício. A toalha deve ser **boa, bonita e o mais barata possível**, beleza? Ah, e dê prioridade para cores claras, como os tons de branco e nude.

5. Equipamentos para ser manicure: Alicate de unha





Os alicates de unha serão de extrema importância nos seus trabalhos, pois, será com eles que você vai **tirar as cutículas das clientes**. Por isso, e também, por sempre estar em contato com a pele da freguesa, é fundamental mantê-lo limpo e esterilizado.

Outra opção é utilizar **alicates descartáveis**. Este procedimento pode, no entanto, encarecer demais o custo de cada unha. Conseqüentemente, esta alternativa diminui sua margem de lucro.

De qualquer forma, há, ainda, dois tipos de alicate que você precisa conhecer, sendo importante possuir os dois em seus equipamentos. São eles:

- **Alicate de Corte Curvo:** para os pés;
- **Alicate de Corte Reto:** para as cutículas das mãos.

Para finalizar, preste atenção nesta dica, **nunca utilize o alicate para as mãos nos pés**, e vice-versa.

6. Espátula de cutícula



A espátula é responsável por empurrar a cutícula e deixá-la mais fácil de ser retirada. Assim como o alicate, deve ser esterilizada antes e depois de cada cliente fazer uso dela, em caso de uma de metal.

Se preferir, compre palitos de madeira que possuem uma das pontas que servem como espátula. Desta maneira, você resolve dois problemas com um único investimento de tempo e dinheiro.

7. Equipamentos para ser manicure: Desencravador de unha



Felizmente, não será tão comum utilizar esse equipamento. Mas, é essencial ter, uma vez que a qualquer momento pode chegar para você uma cliente com unha encravada. Sendo prevenida e tendo o equipamento em mãos, você vai tirar de letra.

É essencial que se **faça a esterilização** deste material após o uso, por isso, nunca use sem higienizar!

8. Amolecedor de cutícula



O amolecedor é um tipo de “creminho” que se passa na cutícula. Depois de alguns minutos, elas vão amolecer e você poderá passar a espátula e tirá-las mais facilmente. Embora não seja obrigatório, o uso de pequenos maços de algodão sobre a unha auxiliam na eficácia do produto. É um trabalho simples, mas importante.

Se você é do tempo em que se colocava as mãos da cliente em um potinho com água, fique sabendo que a AVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) não

recomenda mais este procedimento! E é sempre bom ter tudo em ordem, porque, sim, eles podem aparecer no seu salão para fazer uma inspeção.

O principal motivo da mudança é o mesmo para todos os equipamentos: evitar contaminação por fungos, vírus e bactérias.

Então, amiga linda, fica esperta!

9. Equipamentos para ser manicure: Lixas de pés



A lixa de pés serve para remover camadas mais grossas da pele dos pés da cliente. Essa **esfoliação** deve ser suave para não machucar. Quanto à higiene, você tem duas opções:

1. Usar lixas descartáveis e comprar os pacotes com refis;

2. Usar a mesma lixa de pés e desinfetá-la com álcool.

De qualquer forma, independente da sua escolha, tenha algumas guardadas, pois sempre pode acontecer um imprevisto, ok?

10. Luvas de látex



Obviamente, luvas de látex são um equipamento obrigatório para ser manicure. É, simplesmente, questão de segurança. Tanto para você, quanto para suas clientes.

11. Hidratantes





Item indispensável para um salão de manicure, afinal, quem não gosta de uma hidratação? Tenha sempre hidratantes de pés e mãos por perto. Esses pequenos detalhes, gatona, fazem toda a diferença no seu atendimento à cliente, sabia?

12. Borrifador de álcool e de água



O borrifador é muito útil! Tanto com álcool, pois serve para esterilizar as mãos, quanto com água, porque você pode limpar as unhas após a retirada das cutículas.

Dica especial: água geladinha pode ajudar a evitar bolinhas no esmalte.

13. Removedor de esmalte



Há quem prefira a boa e velha acetona. Mas, ultimamente, manicures e clientes passaram a optar por removedores menos agressivos. Assim, todos podem evitar danos nas unhas e na pele. Principalmente em clientes mais sensíveis.

14. Muitos esmaltes, bases e finalizadores



A maioria das mulheres prefere escolher a cor do **esmalte** no salão.

As **bases**, você deve saber, fazem parte da esmaltação, pois protegem a unha da cliente e facilitam a adesão do produto.

Já os **finalizadores**, como o próprio nome diz, dão o toque final nas unhas, e podem ter vários efeitos: brilho normal, extra brilho, realçador de cores e fosco.

Quanto mais opções, mais sua cliente vai se divertir ao escolher!

15. Botinha descartável





As bacias vão servir para colocar os pés das clientes de molho, deixando assim as cutículas mais moles e fáceis de ser retiradas. Porém, a ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) recomenda o uso das **botinhas de plástico descartáveis**.

Para usar é fácil. Primeiro, passe creme nos pés da cliente e deixe os pés dela lá dentro. Em seguida, retire o produto usando o borrifador de água e seque com a toalha. Para terminar, prossiga com os passos que você normalmente pratica.

Caso suas clientes prefiram a bacia, use um protetor plástico descartável.

16. Esterilizador elétrico



Este item é básico, não pode faltar. Por ser mais em conta do que a autoclave, você pode comprar o **esterilizador elétrico** primeiro. Depois, com o tempo, pode comprar a ferramenta mais custosa para as manicures.

17. Autoclave



Essa é o equipamento para ser manicure que mais dá dor de cabeça para as iniciantes. Primeiro, porque é preciso aprender as especificações técnicas. Segundo, porque é o item mais caro da lista.

Apesar disso a **autoclave** é, com certeza, um dos itens mais importantes para uma profissional de qualidade. Vale a pena se esforçar e bancar um desses, gatona!

E para quem quer comprar, aqui vai um guia muito útil:



3- HIGIENE COM OS ITENS DE TRABALHO

As mulheres costumam ir aos salões de beleza e centros de estética semanalmente. Para optar por um, dentre tantos existentes no mercado, seja qual for o procedimento, o que deve chamar a atenção e contar como ponto super importante nessa escolha é a higiene do local e do profissional. Esse quesito se torna ainda mais relevante, quando o assunto é manicure.

Através dos utensílios e materiais utilizados no embelezamento das unhas, podem ser transmitidos desde micoses até HIV e hepatite. A solução para excluir qualquer tipo de contágio, é a **ESTERILIZAÇÃO**.

A esterilização é o procedimento onde todas as formas de vida microbiana são destruídas, sendo possível acabar com bactérias, vírus e fungos que possam apresentar algum risco, desde os mais inofensivos até os resistentes. O método mais utilizado e recomendado é a esterilização pelo calor seco feito através das estufas. Contudo, esse não é o único procedimento a ser observado para a escolha do salão a ser frequentado, a higiene pessoal do profissional é super importante.

Manicures, fiquem de olho em algumas dicas na aparência e no material utilizado

Aparência e higiene pessoal:

- Tenha ética profissional. A Ética nada mais é a “Ciência do que o homem deve ser em função daquilo que é”.
- Cuide de sua higiene pessoal, usando sempre roupas limpas, cabelos penteados.
- Sempre lave bem as mãos, antes e depois de trabalhar nas unhas de uma cliente, isso evita a contaminação;
- Use roupas limpas, de preferência de cores claras, como branco, bege, etc. Dê a impressão de limpeza impecável. Ou use um jaleco;
- Use luvas e materiais descartáveis (lixas, pauzinhos, etc);

Manutenção e Esterilização do material de trabalho das manicures

- Limpar com água e sabão ou detergentes.
- O álcool à 70% é a solução indicada para a desinfecção e anti-sepsia.
- Esterilize o material imediatamente após o uso. Coloque o material na estufa. É necessário que o material a ser esterilizado permaneça por 1h à 170° ou 2h à 160°. A estufa é um aparelho que, a partir de calor seco, destrói todas as formas microbianas. Ou use a autoclave que esteriliza a partir de calor úmido, necessita de menos tempo de exposição do material e temperatura mais baixa.
- Tenha atenção ao retirar a cutícula, para não causar ferimentos.
- Troque as lixas, para cada cliente use uma lixa. A dica é cortar ao meio as lixas maiores, ou comprar das pequenas;
- Após o uso da lixa para pés limpe-a com um pano limpo e úmido, borrife álcool 70% e deixe secar;
- Use toalhas brancas e limpas, uma para cada cliente;
- Usar protetores plásticos e descartáveis nas bacias;
- Lavar as bacias com água e sabão após cada uso;

Dica para manicure: Toda manicure deve ter no mínimo 04 kits para fazer unhas de aço inox, para que dê o tempo de esterilização de um pra outro. Ou sugira a cada Cliente para trazer seu material individual.

Dicas importantes para as manicure

Esteja sempre atenta ao preço dos materiais de utilizados, como esmaltes, lixas, bases, acetonas, etc. Separe 30% de cada unha que fizer, para reposição de material. Faça estoque dos produtos que mais usa, tipo: Acetona, algodão, base, luvas e outros

4- HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS E COLOCAÇÃO DAS LUVAS DESCARTÁVEIS

Mesmo que existam normas da ANVISA regulamentando o uso de materiais e medidas de segurança dentro de um salão de beleza, muitos profissionais continuam encarando essas orientações apenas como uma formalidade.

O uso de materiais descartáveis, principalmente a luva, ainda é muito negligenciado dentro destes estabelecimentos, já que muitas pessoas reclamam da dificuldade de manusear objetos usando esse EPI — Equipamento de Proteção individual.

Mesmo assim, os riscos ocupacionais não deixam de existir e eles afetam diretamente a saúde e o bem-estar de funcionários e clientes. Quer entender melhor a importância de aderir às luvas descartáveis? Então acompanhe este post!

Qual o papel das luvas descartáveis na segurança?

A principal função da luva descartável é proteger as mãos do profissional de produtos que podem ser nocivos para a saúde no momento do atendimento. O primeiro problema que a luva está apta a barrar são os agentes químicos, presentes em tinturas, alisantes e outros itens de uso comum.

Não se pode esquecer que existem outros procedimentos que igualmente podem provocar lesões quando entram em contato com a pele, como é o exemplo da aplicação da cera depilatória em alta temperatura.

Quais as consequências de negligenciar o uso das luvas?

Os agentes químicos presentes em alguns itens são capazes de criar lesões na pele que, muitas vezes, podem ser irreversíveis. Alergias, descamação, bolhas, coceira, manchas e queimaduras são apenas alguns exemplos dos danos que esse tipo de produto pode causar, quando entra diretamente em contato com a pele.

O agravamento destes problemas, muitas vezes, acaba levando o profissional a ter que abandonar o trabalho. Por isso, o simples uso de uma luva descartável pode ser mais importante que se imagina.

Qual a função das luvas descartáveis na saúde?

Falando de saúde em um sentido mais amplo, as luvas descartáveis também são responsáveis por evitar que haja o contato entre uma pessoa saudável e uma que apresente algum tipo de problema. Os que mais preocupam são, justamente, aqueles que podem ser transmitidos por meio de fluidos corporais, como a saliva e o sangue.

Em alguns procedimentos, nos quais é possível entrar em contato com esses fluidos, é essencial o uso das luvas. As manicures costumam ser o maior exemplo nesse caso, já que ao retirarem a cutícula das unhas, o sangue da cliente pode aparecer.

Doenças como hepatite, HIV e outras DST's podem ser transmitidas de uma pessoa a outra, quando o sangue infectado entra em contato com alguma mucosa ou corte na pele. Mas não são apenas as manicures que estão expostas, podólogos e esteticistas também precisam se proteger de doenças de pele, como as micoses.

Como as luvas descartáveis agem na higiene?

Você já conhece os riscos à saúde quando não se usa as luvas descartáveis adequadamente, mas será que você leva em consideração as questões de higiene? Colocar as mãos diretamente no cliente pode ser incômodo, tanto para o profissional como para quem está recebendo os cuidados.

Afinal, algumas pessoas podem suar mais que outras ou, até mesmo, chegar ao salão após um longo dia de trabalho, onde não deu tempo de fazer toda a higiene adequadamente. Assim, usar as luvas é mais higiênico, proporciona bem-estar para ambas as partes, independentemente do tipo de tratamento ou procedimento realizado.

Como as luvas descartáveis influenciam no profissionalismo?

Hoje, os clientes estão cada vez mais informados sobre como funcionam os tratamentos, produtos e procedimentos. Isso quer dizer que, a maioria dos clientes vai reparar se os profissionais usam seus materiais de proteção. Como dissemos, as luvas também beneficiam e protegem o cliente e ele vai considerar o fato de você usar esse material ou não.

Isso mostra que você respeita o cliente, se preocupa e tem um compromisso verdadeiro com sua saúde e bem-estar. No fim, isso também conta como um ponto atrativo no seu espaço, o que aumenta sua popularidade e fideliza o usuário.

Como escolher as melhores luvas descartáveis?

As luvas descartáveis não são todas iguais. Existem alguns modelos com diferenças importantes e cada uma delas é mais adequada para um tipo de atividade específica.

Luvas de látex

São as mais conhecidas e proporcionam agilidade aos movimentos, sensibilidade tátil, além de protegerem a pele. Esse tipo é mais indicado para manicures, podólogos e esteticistas, mas não é adequado para lidar com cabelos e cera quente.

Luvas de vinil

Também proporcionam agilidade e sensibilidade, sendo indicadas para cabeleireiros, depiladoras e pessoas que possuem alergia ao látex. Além de protegerem muito bem, não puxam os cabelos e não são danificadas mesmo quando recebem pingos de cera quente, sendo ideal para realizar a depilação.

Luvas nitrílicas

Ótima opção para substituir a luva de látex, mantendo quase a mesma elasticidade, sensibilidade tátil porém, com maior resistência química.

Luvas de polietileno

As luvas de polietileno são as ideais para quando é preciso proteger o que será manuseado, por isso, são confeccionadas sem nenhum metal em sua composição. Usadas para tratamentos estéticos mais invasivos, onde é necessário que haja um cuidado maior com contaminação, alergias e outros problemas.

Lembrando que, mesmo conhecendo essas características, é importante testar cada tipo em cada uma das atividades para certificar-se que está fazendo a melhor escolha.

Não se esqueça que a qualidade da luva também é muito importante para que clientes e funcionários estejam verdadeiramente protegidos. As de baixa qualidade podem rasgar com facilidade durante o procedimento, expondo o profissional e os clientes aos riscos indesejados. Por isso, compre poucas quantidades e as coloque em teste.

Em quais procedimentos a luva deve ser usada?

Em salões de beleza são oferecidos diversos serviços sendo comum que os profissionais fiquem em dúvida sobre quais os momentos adequados para usar luvas descartáveis. Em geral, elas são extremamente importantes quando há contato com fluidos corporais ou produtos químicos, conforme dissemos anteriormente. Vamos falar sobre os procedimentos mais comuns.

Progressivas, relaxamentos e colorações

Embora pareçam inofensivos, alguns produtos de beleza contém químicas pesadas. O formol — um componente largamente manuseado em salões de beleza — pode causar queimaduras graves na pele e em outras regiões do corpo, como olhos e trato respiratório.

Os produtos que merecem atenção, nesse caso, são aqueles utilizados em escovas progressivas, relaxamentos e tingimentos de cabelo. Sempre que o cabeleireiro fizer o procedimento é preciso calçar as luvas, assim como usar máscaras e avental. As luvas nitrílicas são as mais adequadas nesses casos.

Manicure, pedicure e podologia

Nós já falamos aqui como é importante que as manicures se cuidem ao prestar seu serviço. Por haver a possibilidade de contato com sangue dos clientes, essa é uma das atividades que traz mais riscos dentro do salão.

O mesmo vale para podólogos. Muitos salões oferecem esse serviço em que há o manuseio de bisturis e lixas elétricas, que pode provocar pequenos sangramentos. Também existe a possibilidade de contato com fungos e micoses. Nesse caso, é devido apostar na luva de látex ou nitrílica.

Depilação e design de sobrancelhas

Na depilação há o contato direto com regiões íntimas. Muitas DST's podem ser transmitidas neste tipo de procedimento. Outras transmissões acontecem no contato com fluidos corporais. Para manter a segurança, o ideal é usar as luvas de vinil que proporcionam segurança, tanto contra contaminações quanto contra respingos de cera quente.

Também há a questão do conforto e bem-estar. É mais adequado tocar determinadas partes do corpo de um cliente usando este EPI. O mesmo acontece no design de sobrancelhas. Tocar no rosto de uma pessoa com as mãos nuas pode causar desconforto e até oleosidade.

Tratamentos de pele

Além dos serviços mais comuns, muitos espaços também oferecem serviços de limpeza de pele e peeling, por exemplo. Nesses casos, também é importante usar luvas descartáveis pois esses procedimentos tendem a sensibilizar a pele e deixá-la mais exposta, abrindo os poros e retirando o acúmulo de células morta.

Nesse caso, as mãos do profissional — por mais limpas que estejam — podem causar espinhas e alergias no cliente. Para peles muito sensíveis, é aconselhável utilizar as luvas nitrílicas.

Qual a maneira adequada de descartar luvas usadas?

É importante também ter alguns cuidados na hora de descartar luvas usadas, afinal, todos os agentes nocivos à saúde podem igualmente prejudicar o meio ambiente. Comece separando o lixo como biológico e químico. Luvas de depilação, manicure, podologia e estética podem ser armazenadas no mesmo lugar.

O lixo químico será composto das luvas usadas para coloração e outras químicas. Coloque cada grupo em uma sacola de plástico resistente e entregue para a coleta seletiva.

Na hora de escolher luvas descartáveis para seu salão de beleza conte com a orientação dos fornecedores. Eles podem esclarecer quanto às características de cada produto, como devem ser usados ou evitados.

Também, é importante comparar fornecedores, para entender melhor sobre a qualidade e segurança do produto que cada um oferece, além da relação de custo-benefício para o salão.

5- CUIDADOS COM AS UNHAS, MÃOS E PÉS

TENHA UMA ROTINA DE CUIDADOS COM SUAS MÃOS E SEUS PÉS



A pele das mãos e dos pés costuma exigir cuidados específicos e, ao mesmo tempo, acaba sendo deixada de lado até por mulheres mais vaidosas. Essa pele tende a ser mais predisposta a ressecamentos e fissuras, principalmente, pela combinação de dois fatores: ausência de glândulas sebáceas e alta exposição constante a agressões diárias (como produtos químicos, choques mecânicos, vento etc.), por isso, sabonetes e cremes para os pés e as mãos não devem ser os mesmos que usamos no restante do corpo. O ideal é optar por um hidratante com substâncias emolientes, que amaciam, dando mais flexibilidade ao tecido cutâneo, e ainda formam uma espécie de barreira física de proteção contra a perda de água pela pele, prevenindo o envelhecimento precoce.

Um produto Ciclo para
cada momento
do seu dia



- Prefira sabonetes com ação hidratante e evite higienizar as mãos com álcool gel, faça somente quando necessário;
- Aplique hidratante específico para mãos, como Seduction, da Ciclo Cosméticos, diversas vezes ao dia, sempre que achar necessário;
- Utilize filtro solar;
- Use luvas próprias quando for usar produtos de limpeza, como detergentes ou desinfetantes;
- Hidrate unhas e cutículas e evite o uso de removedores de esmalte que contenham acetona;
- Tenha um estojo de manicure próprio, não divida lixa de unha, palito nem alicate de cutícula;
- Faça uma esfoliação a cada 15 dias.



- Não corte as unhas muito curtas nem as deixe grandes demais, se fizer os pés em salão, tenha um estojo pessoal com lixa, palitos e alicate;
- Evite lixar a pele dos pés, prefira fazer uma boa esfoliação com produto específico, dando mais atenção para onde houver calosidades;
- Seque bem os pés após o banho;
- Hidrate os pés com creme à base de ureia;
- Use filtro solar também nos dedos;
- Não use a mesma meia por mais de um dia;
- Evite o uso de sapatos apertados e de salto muito alto;
- Prefira calçados arejados;
- Faça um esalda pés ao menos uma vez por semana, pois além de contribuir para a saúde da pele, é relaxante e estimula a circulação.



1. Cuide da alimentação

Nutrir o corpo com vitaminas, minerais e proteínas melhoram o funcionamento do organismo por completo. Além da saúde, ter uma alimentação saudável garante tanto pele e cabelo quanto unhas mais bonitas.

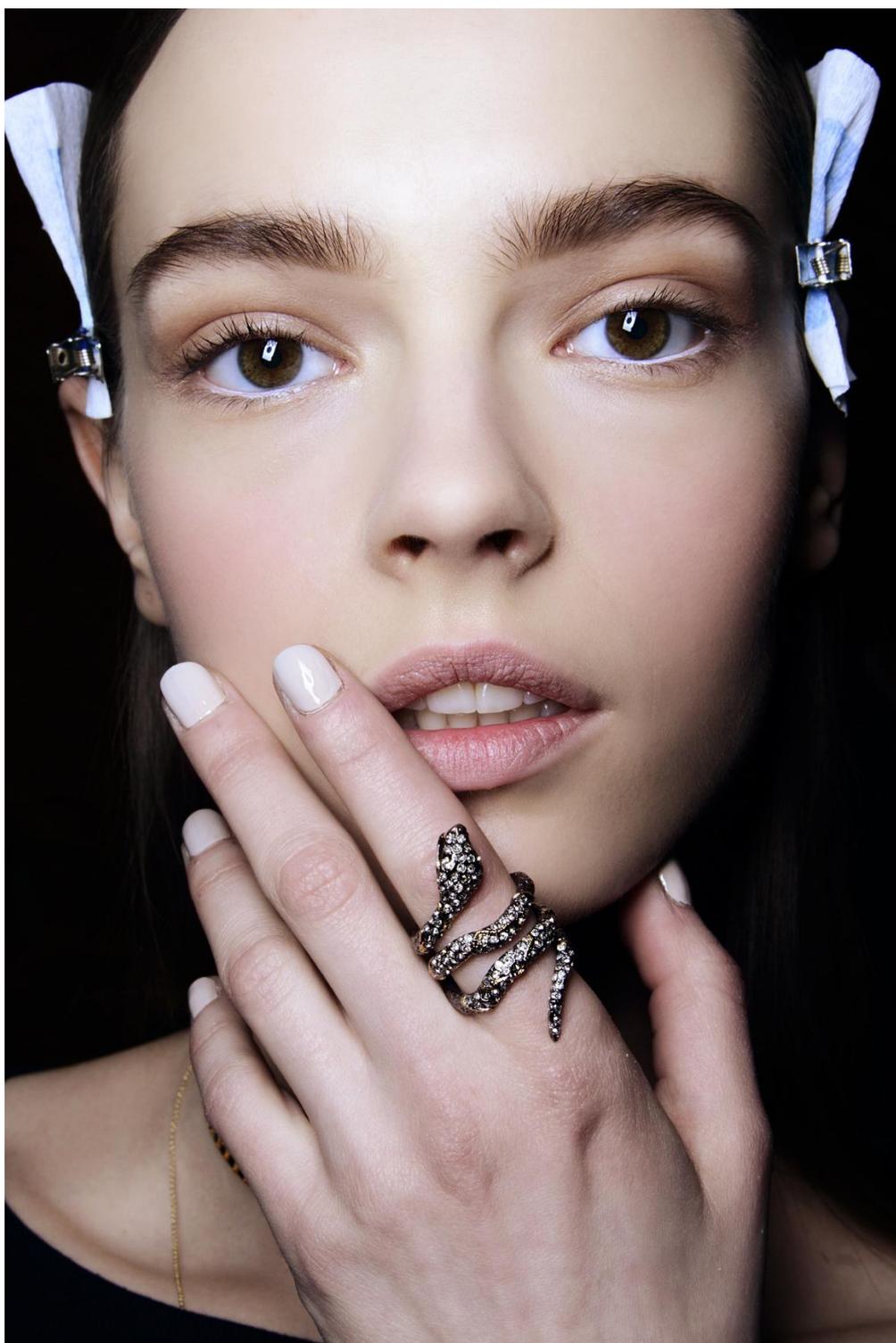


Foto: Imaxtree

Por isso, não deixe de lado os cuidados com a alimentação. Evite pratos gordurosos no dia a dia e opte por alimentos que contêm vitaminas A, B e E. A biotina, que atua na formação saudável da pele, unha e cabelos, pode ser encontrada no grão de bico, aveia, soja e feijão.

2. Hidrate as mãos

Se você costuma passar **hidratante** nas unhas somente quando vai a manicure, saiba que as cutículas necessitam de hidratação diária – assim como o restante do corpo. Por isso, tenha sempre na bolsa um creme de mãos.



Foto: Getty Images

Nossas mãos possuem como característica, uma pele fina que, normalmente está ressecada, devido a pouca quantidade de glândulas sebáceas na região. Os cremes, portanto, servem para hidratar e também proteger os dedos que estão em constante contato com produtos químicos e agressões externas.

3. Mantenha o corte em dia

Não é necessário ir a manicure toda semana, mas é essencial manter as **unhas** lixadas e cortadas – só assim evitará que elas se quebrem. As unhas também precisam respirar, por isso, deixe-as sem esmalte por pelo menos cinco dias durante o mês.

4. Nutre-as com base fortalecedora

A **base e o óleo fortalecedor** auxiliam na nutrição da unha e na produção de queratina. Por essa razão, utilize o produto antes de aplicar o **esmalte** colorido, evitando que entre em contato direto com a unha.

5. Certifique que os acessórios estejam esterilizados

Dicas de cuidados com as unhas não consiste somente na alimentação e hidratação, é essencial pensar nos acessórios; para evitar o contágio de doenças, mantenha os **instrumentos de unha**, como alicate, espatula e palito sempre limpos e desinfetados.

Se as unhas serão feitas no salão de beleza, certifique que o estabelecimento faz a limpeza correta ou, na dúvida, leve suas próprias ferramentas.

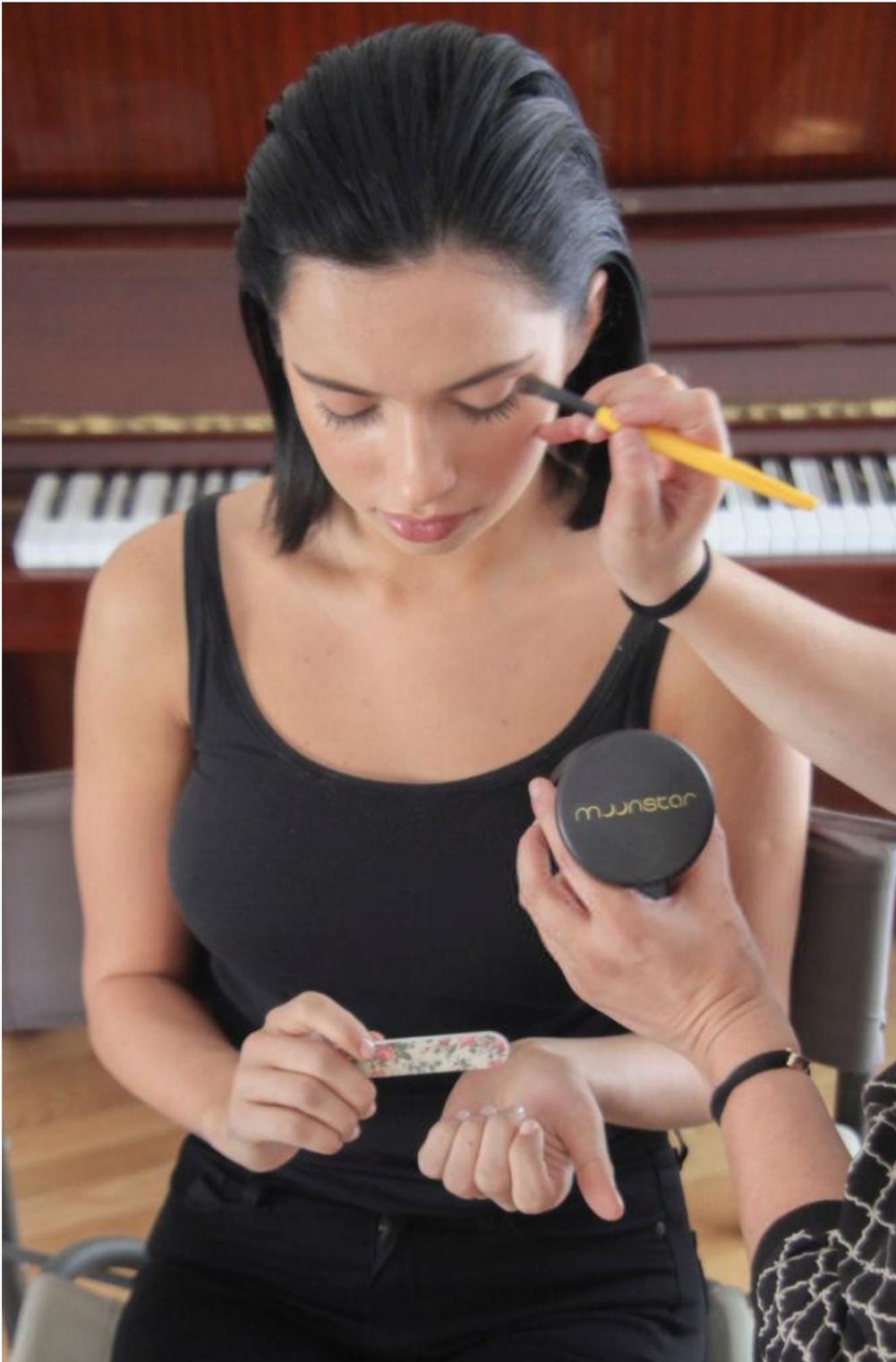


Foto: Getty Images

Dicas extras e produtos mais adequados

Algumas dicas e produtos são essenciais para manter as unhas mais bonitas e saudáveis. Confira:

- Beber bastante água ajuda a manter as unhas mais saudáveis e nutridas.
- A acetona costuma ressecar as unhas, por isso, prefira removedores de esmaltes livres da propanona.
- Os **esmaltes** escuros contribuem para amarelamento das unhas, portanto, recomendamos intercalar cores claras e escuras.
- Prefira esmaltes impermeabilizantes, que evitam o amarelamento das unhas.
- Ceras nutritivas também ajudam manter as cutículas hidratadas.
- Lixar as unhas excessivamente pode enfraquecê-las. Para evitar que isso aconteça, orientamos raspá-las em uma única direção.

As mulheres têm o desejo de sentir-se lindas por completo, incluindo cabelo, pele e também as unhas, afinal, quem não gostaria de ter mãos bem cuidadas?! Lembre-se, as dicas de cuidados com as unhas também fazem parte da rotina diária de beleza.

REFERÊNCIAS

<https://blog.carreirabeauty.com/manicure-e-profissao-que-esta-em-alta/#.XsgDuv9KjIU>>acesso em 22/05/2020

<https://cosmeticaemfoco.com.br/artigos/um-pouco-sobre-a-fisiologia-das-unhas/>>acesso em 22/05/2020

<https://nati.com.br/blog/equipamentos-para-ser-manicure/>>acesso em 22/05/2020

<https://blog.carreirabeauty.com/manicure-cuidados-com-o-material-e-aparencia/#.XsgGqf9KjIU>>acesso em 22/05/2020

<http://protectionforbeauty.volkdobrasil.com.br/blog/luvas-descartaveis-no-salao-de-beleza/>>acesso em 22/05/2020

<https://ciclocosmeticos.com.br/blog/tenha-uma-rotina-de-cuidados-com-suas-maos-e-seus-pes/>>acesso em 22/05/2020