

Plan de Lección

SIMULADOR

Peluquería y Estética



Contenido Plan de Lección:

Contenido Plan de Lección:	2
1. Ficha Técnica – Peluquería y Estética	3
2. Objetivos de la Lección.....	5
3. Actividades Complementarias.....	6
3.1. Depilación Láser	6
3.2. Selección del Color de Tinte	6
4. Soluciones a las Actividades Complementarias	7
4.1. Depilación Láser	7
4.2. Selección del Color de Tinte	8
5. Para Debatir	10

1. Ficha Técnica – Peluquería y Estética



Nombre del simulador	Peluquería y Estética
Actividades de la lección	Maquillaje y Peluquería Elaboración y Aplicación de Tintes Depilación Láser
Duración aproximada	120 minutos
Áreas de estudio	Técnicas de Maquillaje y Peluquería, Coloración Capilar, Tecnología Estética Laser
Temas cubiertos	Aplicación de Maquillaje • Peinados • Selección de Tonos • Mezcla y Aplicación de Tintes • Preparación de Piel • Manejo de equipos Láser • Higiene y Seguridad

Tras completar las lecciones del **curso introductorio al simulador** en **Campus Innovae** y practicar con él, el docente estará listo para presentarlo a sus alumnos e incorporarlo en su práctica docente, aprovechando la realidad virtual como una herramienta para mejorar el compromiso de los estudiantes y potenciar la retención del conocimiento.

Este documento complementa la **lección 5** del curso, ofreciendo actividades de refuerzo pensadas para que los alumnos profundicen en los contenidos prácticos del simulador. Además, se promueve el análisis crítico, invitando a los alumnos a debatir sobre problemáticas reales relacionadas con los contenidos del simulador.



2. Objetivos de la Lección

A lo largo de esta lección, se espera que los alumnos desarrollen las competencias necesarias para **ejecutar procedimientos técnicos de maquillaje, coloración capilar y depilación láser**, aplicando correctamente los protocolos de higiene, seguridad y atención al cliente, que garantizan un servicio profesional y de calidad.

Esto incluye la capacidad para preparar y utilizar los materiales y productos cosméticos, realizar mezclas de tintes respetando las proporciones y los tiempos de exposición, ajustar los parámetros del equipo de depilación láser según las características del cliente, y aplicar criterios estéticos y técnicos en la selección y ejecución de maquillajes y peinados personalizados.

Aunque no se requieren conocimientos previos específicos, se recomienda que el alumnado esté familiarizado con los principios de morfología facial, teoría del color y los parámetros fundamentales de la depilación láser.

3. Actividades Complementarias

A continuación, se presenta una serie de actividades complementarias que puede enriquecer la práctica durante la sesión. Estas actividades se pueden realizar una vez finalizada la práctica con el simulador o mientras los participantes esperan su turno.

3.1. Depilación Láser

Durante un tratamiento de depilación láser, el profesional debe ajustar distintos parámetros del equipo para garantizar la eficacia y seguridad del procedimiento. Responde a las siguientes preguntas:

- ¿Qué **parámetros** deben ajustarse en la máquina de depilación laser durante la actividad?
- ¿Qué función tiene cada uno de estos parámetros y **cómo influyen** en el tratamiento?
- ¿Qué **factores se deben considerar** al configurar estos ajustes para cada cliente?
- ¿Cuáles son los **posibles efectos adversos** de un ajuste inadecuado?

3.2. Selección del Color de Tinte

La elección del color de tinte capilar debe basarse en varios factores para garantizar un resultado favorecedor y armonioso. Responde a las siguientes preguntas:

- ¿Qué **factores** deben considerarse **al seleccionar un color de tinte** para el cabello?
- ¿Cómo influye el **subtono de piel** en la elección del color?
- Ordena los siguientes tonos de tinte según el subtono de piel al que mejor se adapten:

Rosa, Marrón cálido, Malva, Coral, Rojo, Verde, Azul, Violeta, Amarillo y Naranja.

4. Soluciones a las Actividades Complementarias

A continuación, se ofrece una guía con posibles respuestas a las cuestiones planteadas en las actividades complementarias:

4.1. Depilación Láser

A continuación, se da una respuesta completa a las cuestiones planteadas durante la actividad.

¿Qué parámetros deben ajustarse en la máquina de depilación laser durante la actividad y qué función tiene cada uno?

Los principales parámetros a ajustar durante la actividad son:

- **Fluencia (J/cm²):** es la cantidad de energía que se aplica sobre la piel por unidad de superficie. A mayor fluencia, mayor calor recibe el folículo. Ajustándola correctamente se garantiza la destrucción del folículo sin dañar el tejido circundante.
- **Ancho de pulso (ms):** Es la duración del pulso de láser. Pulsos más largos son adecuados para pieles más oscuras, mientras que pulsos más cortos son efectivos en pieles claras con vello grueso.
- **Índice o frecuencia de repetición (Hz):** Es la velocidad con la que el láser emite los pulsos. Una frecuencia alta acelera el tratamiento, pero debe ajustarse para evitar el sobrecalentamiento.

Además, **la longitud de onda (nm)** depende del tipo de láser (alejandrita, diodo, etc.) y define la capacidad del mismo para penetrar en la piel, siendo elegido según el fototipo del paciente.

¿Qué factores se deben considerar al configurar estos ajustes para cada cliente?

- **Fototipo de piel y color del vello:** Piel clara con vello oscuro responden mejor a fluencias más bajas, mientras que las pieles oscuras necesitan pulsos más largos y fluencia controlada para evitar quemaduras.

- **Zona a tratar:** Dependiendo de la sensibilidad de la zona a tratar se requieren unos ajustes u otros.
- **Grosor y densidad del vello:** Un vello grueso y denso absorbe más energía, por lo que puede necesitar ajustes en la fluencia y ancho de pulso.
- **Sensibilidad del paciente:** Las pieles sensibles o con tendencia a la hiperpigmentación necesitan de más precauciones.

¿Cuáles son los posibles efectos adversos de un ajuste inadecuado?

- Una fluencia demasiado alta puede provocar quemaduras, ampollas, hiperpigmentación o cicatrices.
- Una fluencia insuficiente reduce la eficacia del tratamiento.
- Pulsos demasiado cortos pueden generar molestias y daño superficial en pieles más oscuras.
- Una frecuencia de repetición muy alta puede sobrecalentar la piel y provocar irritaciones.

4.2. Selección del Color de Tinte

A continuación, se ofrece una posible solución a las cuestiones planteadas en la actividad.

¿Qué factores deben considerarse al seleccionar un color de tinte para el cabello?

- **Subtono de piel:** Puede ser cálido, frío o neutro, y determinará qué tonos armonizan mejor con la piel.
- **Color natural del cabello:** Influye en el resultado final del tinte. Los cambios de color de los cabellos claros suelen ser más visibles.
- **Condición del cabello:** Cabellos dañados pueden reaccionar peor a los tintes, por lo que debe evaluarse su salud antes del procedimiento.

- **Necesidad de mantenimiento o retoques:** Los colores más claros o vibrantes requieren retoques más frecuentes que los tonos naturales.
- **Preferencias personales:** Si es una persona a la que no le gusta experimentar, es mejor optar por colores que se adapten a su gusto personal y que no requieran cambios frecuentes.

¿Cómo influye el subtono de piel en la elección del color?

- **Piel con subtono cálido:** Tiende a favorecer tonos dorados, cobrizos y miel, ya que resaltan la calidez de la piel.
- **Piel con subtono frío:** Se ve mejor con colores ceniza, platino o negro azulado, que contrastan sin generar un efecto apagado.
- **Piel con subtono neutro:** Puede adaptarse a una mayor variedad de colores, tanto cálidos como fríos.

Ordena los siguientes tonos de tinte según el subtono de piel al que mejor se adapten:

SUBTONOS CÁLIDOS	SUBTONOS FRÍOS
Marrón cálido	Rosa
Coral	Malva
Rojo	Verde
Amarillo	Azul
Naranja	Violeta

5. Para Debatir

Antes de concluir la sesión, se puede abrir un espacio para el **debate y la reflexión** pidiendo a los estudiantes que se organicen en dos grupos. Uno de los grupos defenderá las **ventajas de la depilación láser**, destacando aspectos como su eficacia a largo plazo y una menor irritación en comparación con otros métodos. Mientras tanto, el otro grupo argumentará **a favor de la depilación tradicional**, resaltando factores como la accesibilidad y un menor costo inicial.

Puedes comenzar el debate como sigue:

A lo largo del tiempo, las técnicas de depilación han evolucionado significativamente, ofreciendo múltiples opciones para adaptarse a diferentes necesidades. Ahora, vamos a explorar dos enfoques distintos: la depilación láser y los métodos tradicionales. Para ello os dividiréis en dos grupos. Un grupo defenderá la depilación láser como la mejor opción, mientras que el otro argumentará a favor de los métodos tradicionales. Vuestra tarea será presentar razones bien fundamentadas y responder a los argumentos del equipo contrario. Pensad en aspectos como la eficacia, la durabilidad de los resultados, el coste, la seguridad, el confort del cliente, y el impacto sobre la piel de cada método.

A continuación, se ofrecen algunos argumentos a favor de cada postura para el debate expuesto en esta lección.

A favor de la depilación láser

- Produce **menos irritación**. A diferencia de la cera o el rasurado, minimiza cortes, quemaduras o foliculitis.
- Reduce progresivamente el crecimiento del vello, logrando **resultados semipermanentes o permanentes** tras varias sesiones.
- Permite una **mayor precisión** en el tratamiento, tratando zonas específicas sin afectar la piel circundante.

- Aunque el coste inicial es alto, disminuye la necesidad de tratamientos frecuentes lo que supone un **ahorro a largo plazo**.
- En general, la depilación laser tiene **mayor potencial para innovaciones** tecnológicas, logrando que cada vez sea más segura, efectiva y accesible.

A favor de la **depilación tradicional**

- No requiere equipamiento especializado, estando **al alcance de cualquier usuario** en casa.
- No depende de la pigmentación o grosor del vello para ser efectiva, siendo **compatible con todos los tipos de piel y vello**.
- Sus **resultados son inmediatos** y no requieren de múltiples sesiones para eliminar el vello de forma visible.
- Es **más económica** que la depilación por láser respecto al coste inicial y con resultados a corto o medio plazo.
- Se presenta en **varios métodos** alternativos, unos más adecuados que otros según la persona, como por ejemplo la cera o la cuchilla.