

# Peluquero/a

Guía de buenas prácticas preventivas para  
autónomos y PYMES



## Índice

<b>1</b>	<b>Definición</b>	<b>2</b>
	Funciones	2
	Equipos de trabajo y materiales de consumo empleados	5
	Productos químicos utilizados habitualmente	6
<b>2</b>	<b>Riesgos genéricos: Causas, consecuencias y medidas preventivas</b>	<b>6</b>
	Caídas al mismo nivel	6
	Caídas a distinto nivel	6
	Choques con /contra objetos inmóviles	7
	Golpes, pinchazos y cortes con objetos o herramientas manuales	7
	Contacto eléctrico	7
	Contacto térmico	8
	Riesgo de incendios y explosiones	8
	Derivados de la exposición a productos químicos	9
	Derivados de la exposición a agentes físicos	10
	Derivados de la carga física de trabajo	10
	Otros. Factores psicosociales: estrés laboral	11
	Derivados de la exposición a agentes biológicos	12
<b>3</b>	<b>Equipos de protección</b>	<b>12</b>
<b>4</b>	<b>Formación general</b>	<b>12</b>
<b>5</b>	<b>Referencias bibliográficas</b>	<b>13</b>

## 1. Definición

Es la persona encargada de atender al cliente, potenciando su Imagen personal, asegurándole el cuidado y embellecimiento del cabello y cuero cabelludo, arreglo y rasurado de barba y bigote, así como de otros servicios que presta la peluquería, ofreciendo estilos apropiados a gustos y necesidades.

### 1.1 Funciones

**Realizar el análisis capilar, para diseñar protocolos de trabajos técnicos y aplicar cuidados capilares estéticos:**

- Comunicarse con el cliente para obtener información sobre sus necesidades y expectativas y ofrecerle los servicios de la empresa adecuándolos a sus características, demandas y necesidades.
- Observar las características y el estado del cuero cabelludo y del cabello para atender al cliente de acuerdo a sus demandas y necesidades.
- Diseñar protocolos normalizados de trabajo técnico para la realización de los diferentes procesos de peluquería y cuidados capilares.
- Establecer criterios de selección y preparación de aparatos, cosméticos, útiles, materiales y otros productos necesarios para la realización de los diferentes procesos de peluquería.
- Adaptar los protocolos normalizados y realizar los cuidados estéticos de las alteraciones del cuero cabelludo y del cabello en condiciones de seguridad e higiene.
- Aplicar las normas de atención e información al cliente en los servicios de peluquería que se le presten en el salón.
- Realizar de forma regular el control de calidad de los procesos y los trabajos técnicos y cuidados de las alteraciones estéticas en peluquería.
- Aplicar técnicas de primeros auxilios y cuidados de las alteraciones estéticas ante posibles reacciones adversas, durante la aplicación de técnicas de peluquería.



**Preparar los equipos y lavar y acondicionar el cabello y cuero cabelludo:**

- Preparar la zona de trabajo y desinfectar el equipo.
- Instalar al cliente y observar el cuero cabelludo.
- Seleccionar los cosméticos adecuados al tipo de cabello y cuero cabelludo.
- Realizar el lavado del cabello y cuero cabelludo.
- Realizar el acondicionamiento adecuado a la técnica de peluquería que se va a realizar.

**Realizar cambios de color totales o parciales en el cabello:**

- Observar las características del cabello y del cuero cabelludo del cliente, así como su estilo y necesidades, para seleccionar los productos y las técnicas adecuadas para los cambios de color del cabello.
- Seleccionar y preparar los productos cosméticos, útiles y materiales necesarios para los procesos de cambio de color en el cabello, realizando los procedimientos, cálculos y operaciones fisicoquímicas básicas necesarias.
- Proteger al cliente y al profesional de manchas y agresiones químicas producidas por los cosméticos para los cambios de color del cabello.
- Adaptar el protocolo normalizado de trabajo y aplicar las técnicas previas al cambio de color y los productos cosméticos en función de las características del cliente, demandas y necesidades.
- Realizar el cambio parcial o total del color del cabello en condiciones de higiene y seguridad y de acuerdo con las necesidades y demandas del cliente.
- Aplicar los cosméticos seleccionados para realizar la decoloración según la técnica elegida en condiciones de seguridad e higiene y de acuerdo con las necesidades y demandas del cliente.
- Valorar el resultado final del proceso técnico e informar y asesorar al cliente sobre las medidas necesarias para mantener y mejorar los resultados obtenidos y sobre los cambios positivos para su imagen.

**Modificar la forma del cabello temporalmente, peinarlo y/o recogerlo:**

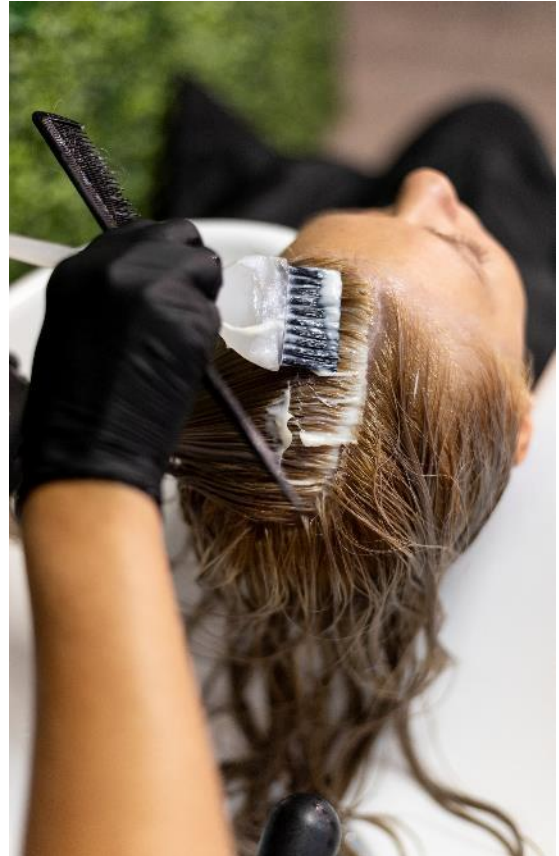
- Observar y valorar el tipo y estado del cabello para hacer la propuesta al cliente de los cambios a realizar en función de sus demandas y necesidades.
- Seleccionar los medios técnicos como aparatos, accesorios, complementos y cosméticos necesarios para el proceso, del peinado, acabado y/o recogido teniendo en cuenta las características del cliente.
- Adaptar el protocolo de un cambio de forma temporal del cabello, peinado o recogido a las características del cliente.
- Realizar la técnica de cambio de forma temporal en función del estilo de peinado y/o recogido, adaptándola a la compleción física y a las características morfológicas del cliente.
- Realizar las técnicas de recogidos del cabello adaptándolas a las características y a las demandas del cliente.



- Colocar pelucas, postizos y extensiones, adaptados a las características, a las demandas y necesidades del cliente.
- Valorar el resultado final del proceso técnico, informando y asesorando al cliente sobre las medidas necesarias para el mantenimiento óptimo de los resultados obtenidos.

### Realizar cambios de forma permanente en el cabello:

- Observar las características morfológicas del cliente, así como del cabello y del cuero cabelludo, para la realización de un cambio de forma permanente y la adaptación del protocolo normalizado de trabajo a sus características.
- Adaptar el protocolo normalizado de trabajo seleccionando los accesorios y los cosméticos, en función de las características del cabello y del volumen y forma que se quieran conseguir.
- Proteger al cliente y a sí mismo de manchas y agresiones químicas producidas por los cosméticos, para la realización de un cambio de forma permanente del cabello y protección del profesional.
- Realizar el cambio de forma permanente del cabello, rizado o desrizado, en condiciones de higiene y salud.
- Aplicar las técnicas de neutralizado para detener el proceso de rizado o desrizado del cabello y fijar el cambio de forma conseguido.
- Valorar el resultado final del proceso técnico de cambio de forma con respecto al objetivo definido y el grado de satisfacción del cliente, asesorándole sobre las medidas necesarias para mejorar el mantenimiento de los resultados obtenidos.



### Cortar el cabello y realizar el arreglo y rasurado de barba y bigote:

- Observar las características físicas del cliente para seleccionar las técnicas y el estilo de corte que permitan obtener el resultado deseado según sus demandas y personalizar el protocolo normalizado de trabajo.
- Disponer los elementos técnicos, para el proceso del corte del cabello, en condiciones de higiene y salud.
- Proteger y preparar al cliente y al profesional con los productos y las técnicas necesarias para realizar el corte, en condiciones técnicas y de seguridad idóneas.
- Realizar las técnicas de corte según las demandas y necesidades del cliente, en condiciones de seguridad y salud adecuadas al proceso.

- Realizar diferentes estilos de corte de cabello combinando distintas técnicas y adaptándolas a las características físicas y demandas del cliente, así como a su estilo y tipo de vida.
- Realizar las técnicas de rasurado y arreglo de barba y bigote, en función de las demandas y necesidades del cliente y observando las condiciones de seguridad y salud necesarias.
- Valorar el resultado final del estilo de corte de cabello y el arreglo y rasurado de barba y bigote, con respecto al objetivo definido y determinar el índice de satisfacción del cliente, informándole y asesorándole sobre las medidas necesarias para el mejor mantenimiento de los resultados obtenidos.

### Asesorar y vender productos y servicios para la Imagen personal:

- Identificar las demandas y necesidades del cliente para informar y asesorar sobre los productos y servicios de venta en Imagen personal.
- Realizar demostraciones del producto cosmético o aparato que se vende, mediante la aplicación de técnicas específicas de Imagen personal, asesorando y destacando las características y propiedades que lo hacen idóneo para el cliente.
- Obtener la demanda del producto o servicio del cliente, utilizando las acciones promocionales oportunas y las técnicas de venta adecuadas, dentro de los márgenes de actuación comercial establecidos en la empresa.
- Realizar procesos de seguimiento y post-venta que permitan mejorar la eficacia de las acciones de venta y de prestación del servicio.
- Atender y resolver, en el marco de su responsabilidad, las reclamaciones presentadas por los clientes, según los criterios y procedimientos establecidos por la empresa.

### 1.2 Equipos de trabajo y materiales de consumo empleados

Herramientas y utillaje: batas, peinadores, capas, toallas, fichero, paletinas, barra hemostática, horquillas (invisibles, moño, clip, pinzas de rulos, rulos, algodón, papel de plata, papel de seda, gorros, agujas para mechas, capas desechables, bol (tintes), peines, cepillos, navajas, tijeras de corte, tijeras de entresacar, cuchillas, bigudíes, brocha (afeitado), bol (afeitado) cepillo (ropa), escobilla, guantes, pulverizador (agua), probeta, redecillas, embudos, gorro mechas, pinzas (secador de mano), espejo de mano, microvisor, papel protector para el cabello (corte).



Materiales de consumo: champús, lociones, ampollas, plis, espumas, lacas, tintes permanentes, líquidos rizadores y neutralizantes, polvos decolorantes, alisadores, agua oxigenada, líquidos quitamanchas, polvos de talco, cremas suavizantes, mascarillas, fijadores, spray abrillantador, tinte vegetal, aceite decolorante, crema protectora (tinte).

Equipo y maquinaria: secador aéreo o de pared, lavacabezas, equipos de ozono (tratamientos), lámpara de infrarrojos, esterilizador, microvisor, tenacillas, plancha alisadora y de ondas, maquinilla de cortar.

### 1.3 Productos químicos utilizados habitualmente

Reactivos y patrones. Productos sanitarios, parafarmacéuticos, dermocosméticos, dietéticos y biocidas. Plantas medicinales. Extractos vegetales, minerales y animales. Principios activos medicamentosos. Excipientes.

## 2. Riesgos genéricos

### 2.1. Caídas al mismo nivel

#### Causas principales:

Superficie del suelo deslizante, derrames de líquidos, suelos recién fregados o tropiezo con obstáculos (cables principalmente), uso de calzado no adecuado, etc.

#### Consecuencias:

En general los accidentes son de carácter leve (heridas, torceduras, golpes, esguinces, etc.). En casos más extremos las consecuencias pueden ser graves con fracturas de huesos.

#### Medidas preventivas:

- Mantener el orden y la limpieza en la zona de trabajo y zonas de paso.
- Señalizar suelos recién fregados y/o resbaladizos. Limpiar inmediatamente cualquier presencia de agua o derrame de líquido.
- Los equipos de trabajo se deben retirar al lugar designado tras la finalización de la tarea que implique su uso.
- La iluminación de los espacios de trabajo y zonas de paso debe ser la adecuada, en base al RD 486/97 de lugares de trabajo.
- Disponer los cables procedentes de los equipos eléctricos de manera que no atraviesen las zonas de paso o trabajo.
- Utilizar calzado con suela antideslizante.



### 2.2. Caídas a distinto nivel

#### Causas principales:

Incorrecta utilización de escaleras de mano para acceder a zonas elevadas o empleo de taburetes y sillas para acceder a dichos lugares.

Resbalones al subir y/o bajar por escaleras fijas o de servicio.

**Consecuencias:**

Las más frecuentes son de carácter leve: heridas, torceduras, golpes, esguinces, etc. En casos más extremos las consecuencias pueden ser graves con fracturas de huesos.

**Medidas preventivas:**

No utilizar elementos inestables (sillas, taburetes, etc.) para acceder a lugares elevados: deben usarse escaleras manuales que cumplan con todos los requerimientos de seguridad.

Subir y/o bajar las escaleras con precaución, especialmente cuando se hace transportando algún tipo de objeto, teniendo total visión de los escalones en todo momento. Las escaleras deberán estar despejadas de obstáculos en todo su recorrido.

Se deben garantizar unas adecuadas condiciones lumínicas en las zonas de paso acorde a lo establecido en el RD 486/97 de los lugares de trabajo.

**2.3. Choques con/contra objetos inmóviles****Causas principales:**

Mobiliario presente en las instalaciones, equipos manuales empleados o acopios provisionales.

**Consecuencias:**

Lesiones leves como golpes o pequeños rasguños.

**Medidas preventivas:**

Mantener el orden y la limpieza en el lugar de trabajo. Despejar salidas y zonas de paso.

**2.4. Golpes, pinchazos y cortes con objetos o herramientas manuales****Causas principales:**

Pinchazos, cortes y golpes por manipulación de objetos o herramientas que el peluquero emplea en su labor diaria (tijeras, cuchillas, navajas etc.).

**Consecuencias:**

Cortes o pequeñas heridas que en general son de pronóstico leve. En casos más extremos las consecuencias pueden ser graves (hemorragias, infecciones, corte de tendones, etc.).

**Medidas preventivas:**

Extremar la atención cuando se manipulen objetos punzantes o cortantes. Mantenimiento periódico de los mismos elementos. Desechar aquellas herramientas que no estén en buenas condiciones. Guardar las herramientas ordenadas, limpias y en lugar seguro, los útiles cortantes se guardarán adecuadamente en fundas protectoras después de utilizarlas.

**2.5. Contactos eléctricos****Causas principales:**



Riesgo de electrocución por contacto directo o indirecto con elementos en tensión de los equipos de trabajo como secadores fijos y de mano, lámparas de infrarrojos o con dispositivos de conexión que se encuentran en mal estado, etc.

**Consecuencias:**

Quemaduras, tetanización, fibrilación ventricular, asfixia o muerte.

**Medidas preventivas:**

- Conservar los equipos en perfecto estado de uso y conservación. Antes de utilizar cualquier equipo eléctrico se deben revisar los cables y las conexiones.
- Antes de limpiar cualquier equipo eléctrico, se debe desconectar de la red. Utilizar siempre bases de enchufe con toma de tierra.
- No utilizar agua u otros líquidos cuando se limpien superficies muy próximas a las instalaciones eléctricas, especialmente si hay enchufes o cables a la vista. No manipular los equipos eléctricos con las manos húmedas. Desconectar los equipos eléctricos tirando de la clavija no del cable.

**2.6. Contacto térmico:****Causas principales:**

Contacto accidental con zonas calientes de diferentes equipos de trabajo, por falta de protecciones adecuadas de los mismos (secadoras, lámparas de infrarrojos, etc.).

**Consecuencias:**

En general, quemaduras leves.

**Medidas preventivas:**

Protección adecuada de las zonas generadoras de calor de los equipos. Extremar la precaución.

**2.7. Riesgo de incendio y explosiones****Causas principales:**

En general, los incendios originados en las peluquerías tienen su origen por cortocircuitos de las instalaciones eléctricas.

La presencia de productos combustibles e inflamables, o existencia de instalaciones de gas son factores adicionales de riesgo de incendio y explosión.

**Consecuencias:**

Incendio y explosión que pueden provocar lesiones leves, graves y mortales.

Destrucción de bienes materiales.

### Medidas preventivas:

- Mantenimiento periódico de la instalación eléctrica y de gas, por personal especializado. Conservar el orden y la limpieza. Evitar la acumulación de sustancias combustibles e inflamables, en lugares no apropiados.
- Se debe mantener el plan de emergencia actualizado e implantado, disponiendo de los medios materiales y humanos adecuados para cada centro de trabajo. Los medios humanos que integran el equipo de emergencias deberán estar formados y capacitados para el desarrollo de sus funciones.

### 2.8. Derivados de la exposición a productos químicos



#### Causas principales:

Por contacto directo, por vía respiratoria (aerosoles o vapores) o por vía dérmica, con gran diversidad de sustancias químicas: colorantes, disolventes (acetona, formaldehído, xileno, etc.), persulfatos, hidróxidos, alcoholes, destilados de petróleo, etc., que forman parte de los preparados utilizados en la peluquería: tintes, permanentes, decolorantes, jabones etc.

Falta de protecciones personales adecuadas.

#### Consecuencias:

Dependerán principalmente de:

- Las propiedades toxicológicas de las sustancias químicas que forman parte de la composición de los diferentes productos utilizados.
- De la vía de entrada del tóxico (respiratoria y/o dérmica principalmente).
- De la cantidad de tóxico absorbida.

Intoxicaciones agudas debido principalmente, a la inhalación de vapores de disolventes en espacios con inadecuada ventilación, y que provoca una sintomatología variada, por ejemplo, tos, dolor de cabeza, efectos sobre el sistema nervioso, somnolencia, mareos, etc.

Efectos irritantes en las vías respiratorias, piel, ojos.

El contacto prolongado o repetido puede causar dermatitis por irritación o por alergia en manos y cara. También se han observado problemas respiratorios de origen alérgico, por exposición a persulfato de amonio y a otros principios presentes en los productos de moldeado.

#### Medidas preventivas:

- Extremar la higiene personal.
- Cumplir estrictamente con lo indicado por el fabricante o proveedor en la ficha de seguridad de los productos químicos utilizados.
- Comprobar que los envases están en buen estado, a fin de detectar posibles escapes.

- Utilizar Equipos de Protección Individual adecuados: guantes con protección química y mascarillas con filtros químicos adecuados (si fuese necesario para operaciones puntuales con poca ventilación).
- Garantizar una buena renovación del aire del local de la peluquería,
- Formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos y precauciones que se deben adoptar durante el uso de los distintos productos utilizados.

## 2.9. Derivados de la exposición a agentes físicos

### Causas principales:

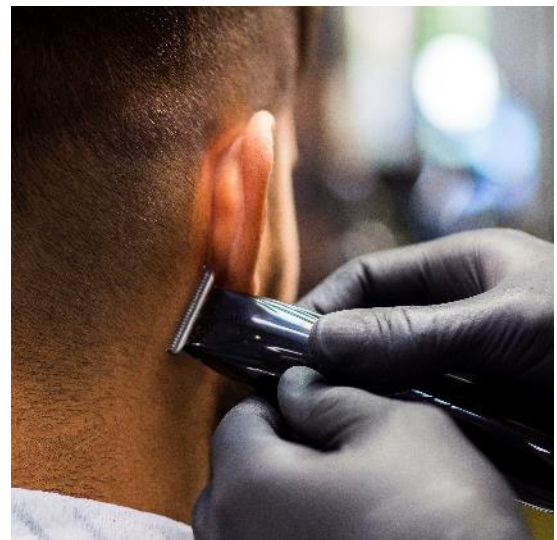
Exposición a condiciones ambientales de iluminación inadecuadas (falta o exceso de luz, deslumbramientos, reflejos).

Ausencia o mala climatización del lugar de trabajo (bajas o elevadas temperaturas, niveles de humedad bajos, falta de renovación de aire, etc.). Exposición a un excesivo nivel de ruido proveniente principalmente de los secadores, que puede provocar una situación de discomfort acústico.

### Consecuencias:

La exposición a niveles de iluminación inadecuadas puede provocar molestias y problemas visuales, fatiga visual, cefaleas, etc. Las condiciones de temperatura y humedad inadecuadas o falta de ventilación, provocan situaciones de discomfort térmico, cefaleas, picor en la garganta, estrés, somnolencia, etc.

Niveles de ruido no adecuados provocan situaciones de falta de confort acústico, pudiendo favorecer situaciones de estrés, nerviosismo, falta de concentración, sordera, etc.



### Medidas preventivas:

Adecuar la intensidad de la iluminación a las exigencias visuales de las tareas. Igualmente, adecuar las condiciones termohigrométricas de la instalación. Todo ello, conforme Real Decreto 486/1997, que establecen las condiciones mínimas de seguridad y salud de los lugares de Trabajo. Disponer de sistema de climatización y realizar su mantenimiento periódico. Se recomienda que el nivel sonoro sea lo más bajo posible, para ello se aconseja la adquisición de equipos menos ruidosos y hacer el mantenimiento periódico de los mismos.

## 2.10. Derivados de la carga física de trabajo

### Causas principales:

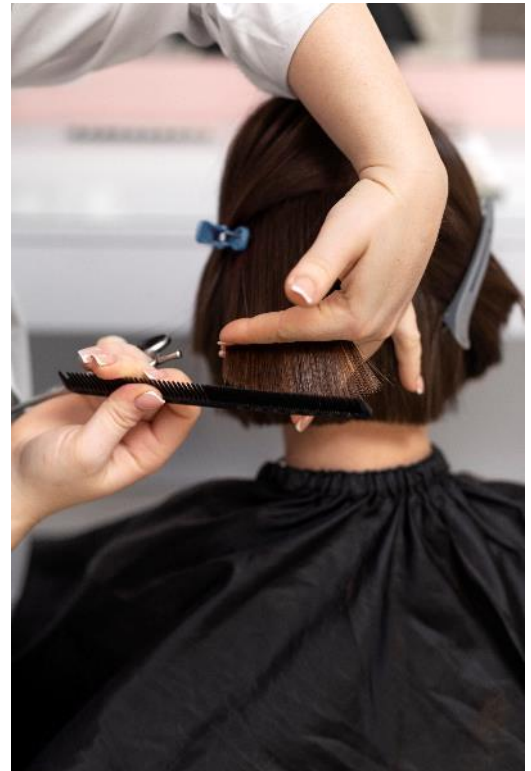
Realización de movimientos repetitivos por la utilización constante de los miembros superiores en la utilización de las herramientas para las operaciones de peinado, corte, lavado del cabello, etc.

Adopción de posturas inadecuadas de trabajo: inclinada o flexión y suspensión a la altura de los hombros de extremidades superiores durante períodos de tiempo prolongados.

## Consecuencias:

Trastornos musculoesqueléticos.

- Posturas forzadas de trabajo: Molestias musculares, tendinosas o articulares en forma de dolor e impedimento. En general, las molestias aparecen principalmente en la zona de cuello, hombros y brazos cuando se realizan estiramientos o flexiones forzadas, o también en la zona dorsolumbar, cuando se adoptan posturas incorrectas.
- Movimientos repetitivos: Movimientos repetitivos que afectan a los distintos miembros de las extremidades superiores durante el desarrollo de las distintas tareas desempeñadas.



## Medidas preventivas:

- Utilizar herramientas de diseño ergonómico, y hacer el mantenimiento periódico de las mismas.
- Diseñar el puesto de trabajo con criterios ergonómicos: equipo de lavado de cabeza adaptable, banquetas de trabajo graduables, carros auxiliares, etc.
- Factores organizativos: establecer las pausas necesarias, alternar las posiciones de pie con la de sentado.
- Combinar diferentes actividades para favorecer la utilización de diferentes grupos musculares.

### 2.11. Otros. Factores psicosociales: estrés laboral

#### Causas principales:

Sobrecarga de trabajo, ritmo de trabajo, ambigüedad de rol, responsabilidad, falta de promoción, problemas de organización, trato con el público, etc. son entre otros los factores causantes del estrés laboral.

#### Consecuencias:

Ansiedad, depresión, apatía, fatiga, baja autoestima, absentismo.

#### Medidas preventivas:

Evaluar en cada caso las causas que provocan el estrés. En general, se actuará a dos niveles:

- A nivel de empresa: mejora de los aspectos organizativos haciendo hincapié en diversos aspectos como la carga y el ritmo de trabajo.
- A nivel personal: proporcionar al individuo recursos suficientes para afrontar las situaciones de estrés (actuación del psicólogo).

## 2.12. Derivados de la exposición a agentes biológicos

### Causas principales:

A través del contacto directo de la piel y de las mucosas con personas infectadas. En casos muy raros, a través del contacto accidental con la sangre de personas infectadas (cortes, pinchazos con instrumentos contaminados, etc.). A través del aire (sistemas de ventilación).

### Consecuencias:

Infecciones de origen bacteriano, fúngico o parasitario.

### Medidas preventivas:

- Las manos deben lavarse frecuentemente con agua y jabón. Se deben utilizar guantes de goma para proteger al peluquero y al cliente si alguno de ellos tiene lesiones, úlceras o rasguños en la piel.
- Los instrumentos cortantes deben manipularse cuidadosamente, y cuando se desechen, se hará en recipientes homologados para evitar heridas.
- Todos los instrumentos, equipos, superficies y toallas se deben lavar y desinfectar correctamente.
- Vacunación y reconocimientos médicos.

## 3. Equipos de Protección Individual

Guantes con protección química frente a los productos utilizados.

Gafas de protección para situaciones en las que se deban mezclar productos que pueden dañar los ojos por su efectos fuertemente irritantes o corrosivos y mascarillas con filtros químicos adecuados (si fuese necesario para operaciones puntuales con poca ventilación).



## 4. Formación general

### 4.1. A nivel profesional

Certificado de Profesionalidad de Peluquero, perteneciente a la familia profesional de Imagen personal al amparo del RD 716/2011, de 20 de mayo.

### 4.2. A nivel de prevención de riesgos laborales

- Curso específico sobre los riesgos laborales presentes en el puesto de trabajo.

- › Curso sobre riesgo químico.
- › Curso sobre prevención frente a la exposición de agentes biológicos.
- › Curso específico sobre la correcta utilización de los Equipos de Protección Individual.
- › Curso de primeros auxilios. Procedimientos específicos de cómo actuar en caso de accidente.

## 5. Referencias bibliográficas

RD 716/2011, de 20 de mayo, en el que se establece el Certificado de Profesionalidad de peluquero.

Guías para la acción preventiva, Peluquerías. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

Guía de Buenas Prácticas Laborales en el Trabajo Autónomo en el Sector de la Peluquería (2005), UPTA.

Enciclopedia de Salud y Seguridad en el Trabajo, OIT 2001, Volumen III, parte XVII.