

Perruquer/a

Guia de bones pràctiques preventives per autònoms i
PIMES



Índex

1	Definició	2
	Funcions	2
	Equips de treball i materials de consum emprats	5
	Productes químics utilitzats habitualment	6
2	Riscos genèrics: Causes, conseqüències i mesures preventives	6
	Caigudes al mateix nivell	6
	Caigudes a distint nivell	6
	Xocs amb objectes in mòbils	7
	Cops, punxades i talls amb objectes o eines manuals	7
	Contactes elèctrics	7
	Contactes tèrmics	8
	Risc d'incendi i explosió	8
	Derivats de l'exposició a productes químics	9
	Derivats de l'exposició a agents físics	10
	Derivats de la càrrega física de treball	10
	Altres. Factors psicosocials: estrès laboral	11
	Derivats de l'exposició a agents biològics	11
3	Equips de protecció	12
4	Formació general	12
5	Referències bibliogràfiques	12

1. Definició

El perruquer és la persona encarregada d'atendre el client per a potenciar-ne la imatge personal i assegurar-ne la cura i bellesa del cabell i cuir cabellut, arranjament i rasurat de barba i bigoti. També és el responsable d'altres serveis que pot prestar la perruqueria, tot oferint estils adients als gustos i necessitats dels clients.

1.1 Funcions

Realitzar l'anàlisi capil·lar, per dissenyar protocols de treballs tècnics i aplicar cures capil·lars estètiques:

- Comunicar-se amb el client per a obtenir informació sobre les seves necessitats i expectatives i oferir-li els serveis de l'empresa adequant-los a les seves característiques, demandes i necessitats.
- Observar les característiques i l'estat del cuir cabellut i dels cabells per atendre el client d'acord amb les seves demandes i necessitats.
- Dissenyar protocols normalitzats de treball tècnic per a la realització dels diferents processos de perruqueria i cures capil·lars.
- Establir criteris de selecció i preparació d'aparells, cosmètics, estris, materials i altres productes necessaris per a la realització dels diferents processos de perruqueria.
- Adaptar els protocols normalitzats i realitzar les cures estètiques de les alteracions del cuir cabellut i dels cabells en condicions de seguretat i higiene.
- Aplicar les normes d'atenció i informació al client en els serveis de perruqueria que se li prestin al saló.
- Realitzar de forma regular el control de qualitat dels processos i els treballs tècnics i cures de les alteracions estètiques en perruqueria.
- Aplicar tècniques de primers auxilis i cures de les alteracions estètiques davant de possibles reaccions adverses, durant l'aplicació de tècniques de perruqueria.



Preparar els equips i rentar i condicionar els cabells i cuir cabellut:

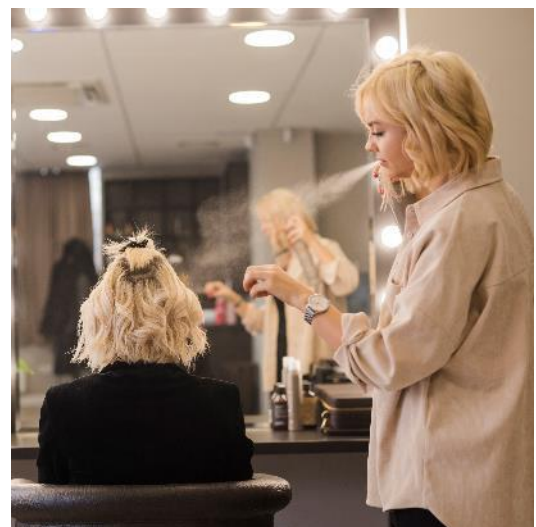
- Preparar la zona de treball i desinfectar l'equip.
- Instal·lar el client i observar el cuir cabellut.
- Seleccionar els cosmètics adequats al tipus de cabells i cuir cabellut.
- Realitzar el rentat dels cabells i cuir cabellut.
- Realitzar el condicionament adequat a la tècnica de perruqueria que es realitzarà.

Realitzar canvis de color totals o parcials en els cabells

- Observar les característiques dels cabells i del cuir cabellut del client, així com el seu estil i necessitats, per seleccionar els productes i les tècniques adequades per als canvis de color dels cabells.
- Seleccionar i preparar els productes cosmètics, estris i materials necessaris per als processos de canvi de color en els cabells, realitzant els procediments, càlculs i operacions fisicoquímiques bàsiques necessàries.
- Protegir el client i el professional de taques i agressions químiques produïdes pels cosmètics per als canvis de color dels cabells.
- Adaptar el protocol normalitzat de treball i aplicar les tècniques prèvies al canvi de color i els productes cosmètics en funció de les característiques del client, demandes i necessitats.
- Realitzar el canvi parcial o total del color dels cabells en condicions d' higiene i seguretat i d'acord amb les necessitats i demandes del client.
- Aplicar els cosmètics seleccionats per realitzar la decoloració segons la tècnica escollida en condicions de seguretat i higiene i d'acord amb les necessitats i demandes del client.
- Valorar el resultat final del procés tècnic i informar i assessorar el client sobre les mesures necessàries per mantenir i millorar els resultats obtinguts i sobre els canvis positius per a la seva imatge.

Modificar la forma dels cabells temporalment, pentinar-lo i/o recollir-lo:

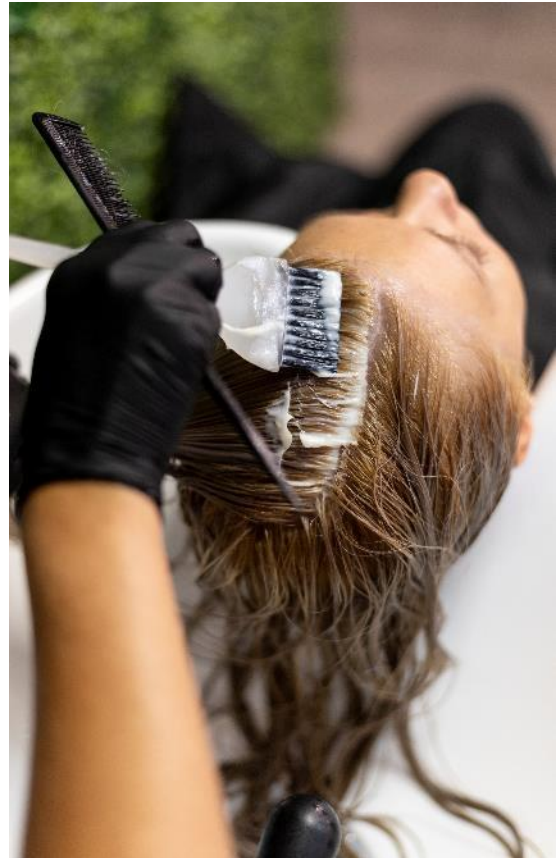
- Observar i valorar el tipus i estat dels cabells per fer la proposta al client dels canvis que cal realitzar en funció de les seves demandes i necessitats.
- Seleccionar els mitjans tècnics com aparells, accessoris, complements i cosmètics necessaris per al procés, del pentinat, acabat i/o recollit tenint en compte les característiques del client.
- Adaptar el protocol d' un canvi de forma temporal dels cabells, pentinat o recollit a les característiques del client.
- Realitzar la tècnica de canvi de forma temporal en funció de l'estil de pentinat i/o recollit, adaptant-la a la complexió física i a les característiques morfològiques del client.
- Realitzar les tècniques de recollits dels cabells adaptant-les a les característiques i a les demandes del client.
- Col·locar perruques, postissos i extensions, adaptats a les característiques, a les demandes i necessitats del client.



- Valorar el resultat final del procés tècnic, informant i assessorant el client sobre les mesures necessàries per al manteniment òptim dels resultats obtinguts

Realitzar canvis de forma permanent en els cabells:

- Observar les característiques morfològiques del client, així com dels cabells i del cuir cabellut, per a la realització d' un canvi de forma permanent i l'adaptació del protocol normalitzat de treball a les seves característiques.
- Adaptar el protocol normalitzat de treball seleccionant els accessoris i els cosmètics, en funció de les característiques dels cabells i del volum i forma que es vulguin aconseguir.
- Protegir el client i a un mateix de taques i agressions químiques produïdes pels cosmètics, per a la realització d' un canvi de forma permanent dels cabells i protecció del professional.
- Realitzar el canvi de forma permanent dels cabells, arrissat o llis en condicions d'higiene i salut.
- Aplicar les tècniques de neutralitzat per aturar el procés d'arrissat o allisat dels cabells i fixar el canvi de forma aconseguit.
- Valorar el resultat final del procés tècnic de la forma respecte a l'objectiu definit i el grau de satisfacció del client, assessorant-lo sobre les mesures necessàries per millorar el manteniment dels resultats obtinguts



Tallar els cabells i realitzar l' arranjament i rasurat de barba i bigoti:

- Observar les característiques físiques del client per seleccionar les tècniques i l'estil de tall que permetin obtenir el resultat desitjat segons les seves demandes i personalitzar el protocol normalitzat de treball.
- Disposar els elements tècnics, per al procés del tall dels cabells, en condicions d' higiene i salut.
- Protegir i preparar el client i el professional amb els productes i les tècniques necessàries per realitzar el tall, en condicions tècniques i de seguretat idònies.
- Realitzar les tècniques de tall segons les demandes i necessitats del client, en condicions de seguretat i salut adequades al procés.
- Realitzar diferents estils de tall de cabells combinant diferents tècniques i adaptant-les a les característiques físiques i demandes del client, així com al seu estil i tipus de vida.

- Realitzar les tècniques de rasurat i arranjament de barba i bigoti, en funció de les demandes i necessitats del client i observant les condicions de seguretat i salut necessàries.
- Valorar el resultat final de l'estil de tall de cabell i l'arranjament i rasurat de barba i bigoti, pel que fa a l'objectiu definit i determinar l'índex de satisfacció del client, informant-lo i assessorant-lo sobre les mesures necessàries per al millor manteniment dels resultats obtinguts

Assessorar i vendre productes i serveis per a la Imatge personal:

- Identificar les demandes i necessitats del client per informar i assessorar sobre els productes i serveis de venda en Imatge personal.
- Realitzar demostracions del producte cosmètic o aparell que es ven, mitjançant l'aplicació de tècniques específiques d'Imatge personal, assessorant i destacant les característiques i propietats que el fan idoni per al client.
- Obtenir la demanda del producte o servei del client, utilitzant les accions promocionals oportunes i les tècniques de venda adequades, dins dels marges d'actuació comercial establerts a l'empresa.
- Realitzar processos de seguiment i postvenda que permetin millorar l'eficàcia de les accions de venda i de prestació del servei.
- Atendre i resoldre, en el marc de la seva responsabilitat, les reclamacions presentades pels clients, segons els criteris i procediments establerts per l'empresa.

1.2 Equips de treball i materials de consum emprats

Eines i utilitatge: bates, pentinadors, capes, tovalloles, fitxes, paletines, barres hemostàtiques, agulles de ganxo (invisibles, de monyo o clip), pinces de rul·los, rul·los, cotó, paper de plata, paper de seda, barrets, agulles per a flocs, capes d'un sol ús, bols (tintes), pintes, raspalls, navalles, tisores de tall, tisores de buidar, ganivetes, bigudins, brotxes (afaitat), bols (afaitat), raspalls (roba), raspalls, guants, polvoritzadors (aigua), provetes, rets, embuts, barrets de flocs, pinces (assegador de mà), miralls de mà, microvisors i papers protectors per al cabell (tall).



Materials de consum: xampús, locions, ampolles, plis, escumes, laques, tints permanents, líquids d'arissar i neutralitzants, pólvores decolorants, desarrissants, aigua oxigenada, líquids llevataques, pólvores de talc, cremes suavitzants, mascaretes, fixadors, esprais brillantadors, tints vegetals, olis decolorants i cremes protectores (tints).

Equip i maquinària: assecadors aeris o de paret, rentacaps, equips d'ozó (tractaments), làmpades d'infrarojos, esterilitzadors, microvisors, ferros d'arissar, planxes allisadores i d'ones i maquinetes de tallar.

1.3 Productes químics utilitzats habitualment

Reactius i patrons. Productes sanitaris, parafarmacèutics, dermocosmètics, dietètics i biocides. Plantes medicinals. Extractes vegetals, minerals i animals. Principis actius medicamentosos. Excipients.

2. Riscos genèrics

2.1. Caigudes al mateix nivell

Causes principals:

Superfície del terra lliscant per vessaments de líquids o per estar fregat recentment, ensopegades amb obstacles (principalment cables), calçat no adequat, etc.

Conseqüències:

En general els accidents són de caràcter lleu, amb resultat de ferides, torçades, cops, esquinços, etc. En casos més extrems les conseqüències poden ser greus, amb fractures d'ossos.

Mesures preventives:

- Mantingueu l'ordre i la neteja a la zona de treball i zones de pas.
- Senyalitzeu els sòls fregats recentment i/o relliscosos, i netegeu immediatament qualsevol vessament de líquids o aigua.
- Retireu al seu lloc designat els equips de treball un cop acabeu la tasca que n'implica l'ús.
- La il·luminació dels espais de treball i zones de pas ha de ser adequada, en base al RD 486/97 de llocs de treball.
- Estengueu els cables procedents d'equips elèctrics de manera que no travessin zones de pas o de treball.
- Utilitzeu calçat amb sola antilliscant.



2.2. Caigudes a distint nivell

Causes principals:

Utilització incorrecta d'escapes de mà o ús de tamborets o cadires en el seu lloc per a accedir a zones elevades, i relliscades en pujar o baixar per escales fixes o de servei.

Conseqüències:

Les més freqüents són de caràcter lleu: ferides, torçades, cops, esquinços, etc. En casos més extrems les conseqüències poden ser greus, amb fractures d'ossos.

Mesures preventives:

No utilitzeu elements inestables (cadires, tamborets, etc.) per a accedir a llocs elevats: cal utilitzar escales manuals que compleixin tots els requeriments de seguretat.

Pugeu i baixeu per les escales amb precaució, especialment si ho feu transportant algun tipus d'objecte: cal que sempre tingueu visió total dels graons. Les escales han d'estar lliures d'obstacles en tot el seu recorregut, i cal garantir unes condicions lumíniques adequades a les zones de pas d'acord amb allò que estableix el RD 486/97 sobre llocs de treball.

2.3. Xocs amb objectes inimmòbils

Causes principals:

Xocs amb mobiliari de les instal·lacions, equips manuals emprats i apilaments provisionals.

Conseqüències:

Lesions lleus, com ara cops o petites rascades.

Mesures preventives:

Mantingueu l'ordre i la neteja al lloc de treball. Deixeu lliures les sortides i zones de pas.

2.4. Cops, punxades i talls amb objectes o eines manuals

Causes principals:

Punxades, talls i cops per manipulació dels objectes o eines que el perruquer utilitza en la seva tasca diària: tisores, fulles, navalles etc.

Conseqüències:

Talls i petites ferides que en general són de pronòstic lleu. En casos més extrems les conseqüències poden ser greus: hemorràgies, infeccions, tall de tendons, etc.



Mesures preventives:

Extremeu l'atenció quan manipuleu objectes punxants o tallants. Cal fer-ne un manteniment periòdic, rebutjar aquelles eines que no estiguin en bones condicions i desar-les ordenades, netes i en lloc segur. Deseu les eines tallants en fundes protectores després d'utilitzar-les.

2.5. Contactes elèctrics

Causes principals:

Risc d'electrocució per contacte directe o indirecte amb elements en tensió dels equips de treball, com ara assecadors fixes i de mà o làmpades d'infrarojos, o bé per contacte amb dispositius de connexió que es troben en mal estat, etc.

Conseqüències:

Cremades, tetanització, fibril·lació ventricular, asfíxia i mort.

Mesures preventives:

- Mantingueu els equips en perfecte estat d'ús i conservació i reviseu els cables i les connexions abans d'utilitzar qualsevol equip elèctric.
- Utilitzeu sempre bases d'endoll amb presa de terra, i desconnecteu de la xarxa els equips elèctrics abans de netejar-los.
- No utilitzeu aigua o altres líquids quan netegeu superfícies molt properes a les instal·lacions elèctriques, especialment si hi ha endolls o cables a la vista. No manipuleu equips elèctrics amb les mans humides. Desconnecteu els equips elèctrics estirant de la clavilla i no del cable.

2.6. Contactes tèrmics:**Causes principals:**

Contacte accidental amb zones calentes de diferents equips de treball, degut que els hi manquen proteccions adequades: eixugadores, llums d'infrarojos, etc.

Conseqüències:

En general, cremades lleus.

Mesures preventives:

Protecció adequada de les zones generadores de calor dels equips. Extremeu la precaució.

**2.7. Risc d'incendi i explosió****Causes principals:**

En general, els incendis originats en perruqueries tenen el seu origen en curtcircuits d'instal·lacions elèctriques.

La presència de productes combustibles i inflamables, i l'existència d'instal·lacions de gas són factors addicionals del risc d'incendi i explosió.

Conseqüències:

Incendis i explosions que poden provocar lesions lleus, greus i mortals.

Destrucció de béns materials.

Mesures preventives:

- Manteniment periòdic per part de personal especialitzat de les instal·lacions elèctriques i de gas. Mantingueu l'ordre i la neteja i eviteu l'acumulació de substàncies combustibles i inflamables en llocs no apropiats.
- Cal mantenir el pla d'emergència actualitzat i implantat i disposar dels mitjans materials i humans adequats per a cada centre de treball. Els mitjans humans que integren l'equip

d'emergències han d'estar formats i capacitats per al desenvolupament de les seves funcions.

2.8. Derivats de l'exposició a productes químics



Causes principals:

Contacte directe per via respiratòria (aerosols o vapors) o per via dèrmica amb gran diversitat de substàncies químiques com ara colorants, dissolvents (acetona, formaldehid, xilè, etc), persulfats, hidròxids, alcohols, destil·lats de petroli, etc., que formen part dels preparats utilitzats en perruqueria: tints, permanents, decolorants, sabons, etc.

Manca de proteccions personals adequades.

Conseqüències:

Depenen principalment de:

- > Les propietats toxicològiques de les substàncies químiques que formen part de la composició dels diferents productes utilitzats.
- > De la via d'entrada del tòxic (respiratòria i/o dèrmica, principalment).
- > De la quantitat de tòxic absorbida.

Així doncs, les conseqüències poden ser intoxicacions agudes, principalment per causa de la inhalació de vapors de dissolvents en espais amb ventilació inadequada; aquestes provoquen una simptomatologia variada, com tos, mal de cap, efectes sobre el sistema nerviós, somnolència, marejos, etc.

També poden tenir efectes irritants a les vies respiratòries, pell i ulls.

El contacte perllongat o repetit pot causar dermatitis per irritació o per al·lèrgia a mans i cara. També s'han observat problemes respiratoris d'origen al·lèrgic, per exposició a persulfat d'amoni i a altres principis presents en els productes de modelat.

Mesures preventives:

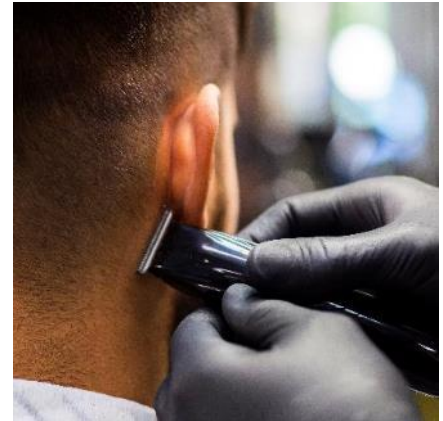
- > Extremeu la higiene personal.
- > Compliu estrictament amb allò indicat pel fabricant o proveïdor en la fitxa de seguretat dels productes químics utilitzats.
- > Comproveu que els envasos estan en bon estat, per tal de detectar possibles fuites, i utilitzeu Equips de Protecció Individual adequats: guants de protecció química, i mascaretes amb filtres químics adequats en operacions puntuals amb poca ventilació.
- > Garantiu una bona renovació de l'aire del local de la perruqueria.
- > Formeu i informeu els treballadors sobre els riscos i precaucions que cal adoptar durant l'ús dels productes que utilitzeu.

2.9. Derivats de l'exposició a agents físics

Causes principals:

Exposició a condicions ambientals d'il·luminació inadequades: manca o excés de llum, enlluernaments o reflexos; absència o mala climatització del lloc de treball: baixes o elevades temperatures, nivells d'humitat baixos, falta de renovació d'aire, etc.

Exposició a un excessiu nivell de soroll provinent principalment dels assecadors, que pot provocar una situació de manca de confort acústic.



Conseqüències:

L'exposició a nivells d'il·luminació inadequats pot provocar molèsties i problemes visuals, fatiga visual, cefalees, etc. Les condicions de temperatura o humitat inadequades i la falta de ventilació provoquen situacions de manca de confort tèrmic, cefalees, picor a la gola, estrès, somnolència, etc.

Nivells de soroll no adequats provoquen manca de confort acústic, que afavoreixen situacions d'estrès, nerviosisme, falta de concentració, sordesa, etc.

Mesures preventives:

Adeqüeu la intensitat de la il·luminació a les exigències visuals de les tasques. Igualment, adequar les condicions termohigromètriques de la instal·lació. Tot això, conforme Reial Decret 486/1997, que estableixen les condicions mínimes de seguretat i salut dels llocs de Treball. Disposeu de sistema de climatització i realitzeu el seu manteniment periòdic.

És recomanable que el nivell sonor sigui el més baix possible, de manera que s'aconsella l'adquisició d'equips menys sorollosos i fer-ne el manteniment periòdic.

2.10. Derivats de la càrrega física de treball

Causes principals:

Realització de moviments repetitius per la utilització constant dels membres superiors, fent ús de les eines per a pentinar, tallar, rentar el cabell, etc.

Adopció de postures inadequades de treball: postura inclinada i flexió i suspensió dels membres superiors a l'alçada de les espatlles durant períodes de temps prolongats.

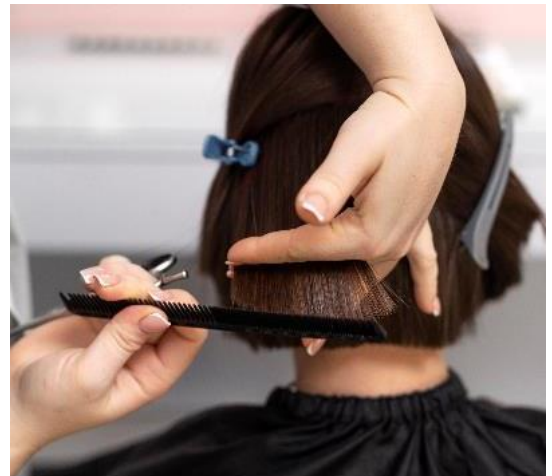
Conseqüències:

Trastorns musculoesquelètics:

- > **Postures forçades de treball:** Molèsties musculars, tendinoses o articulars que es manifesten en forma de dolor i impediment. En general, les molèsties apareixen principalment a la zona del coll, espatlles i braços quan es realitzen estiraments o flexions forçades, o també a la zona dorsolumbar, quan s'adopten postures incorrectes.
- > **Moviments repetitius:** Moviments repetitius que afecten els diferents membres de les extremitats superiors durant el desenvolupament de les diferents tasques exercides.

Mesures preventives:

- Utilitzeu eines de disseny ergonòmic, i feu-ne un manteniment periòdic. Dissenyeu el lloc de treball amb criteris ergonòmics: equip de rentat de cap adaptable, tamborets de treball graduables, carros auxiliars, etc.
- Factors organitzatius: establiu les pauses necessàries i alterneu la posició de peu dret amb la d'assegut.
- Combineu activitats diverses per a afavorir la utilització de diferents grups musculars.



2.11. Altres. Factors psicossocials: estrès laboral

Causes principals:

Sobrecàrrega i ritme de treball, ambigüitat de rol, responsabilitat, falta de promoció, problemes d'organització, tracte amb el públic, etc. són, entre altres, factors causants de l'estrès laboral.

Conseqüències:

Ansietat, depressió, apatia, fatiga, baixa autoestima i absentisme.

Mesures preventives:

Cal avaluar en cada cas les causes que provoquen l'estrès. En general, cal actuar a dos nivells::

- A nivell d'empresa, millorant els aspectes organitzatius i posant l'accent en diversos aspectes com la càrrega i el ritme de treball.
- A nivell personal, proporcionant a l'individu recursos suficients per a afrontar les situacions d'estrès (actuació del psicòleg).

2.12. Derivats de l'exposició a agents biològics

Causes principals:

Contacte directe de la pell i de les mucoses amb persones infectades. En casos molt rars, contacte accidental amb la sang de persones infectades: talls, burxades amb instruments contaminats, etc.

Contacte a través de l'aire (sistemes de ventilació).

Conseqüències:

Infeccions d'origen bacterià, fúngic o parasitari.

Mesures preventives:

- Renteu-vos les mans amb aigua i sabó amb freqüència. Utilitzeu guants de goma per a protegir al perruquer i al client si algun d'ells té lesions, úlceres o rascades a la pell.
- Manipuleu acuradament els instruments tallants, i quan sigui el cas llenceu-los en recipients homologats per a evitar ferides.

- Tots els instruments, equips, superfícies i tovalloles s'han de rentar i desinfectar degudament.
- Calen vacunacions i reconeixements mèdics.

3. Equips de Protecció Individual

Guants amb protecció química adequats per als productes utilitzats.

Ulleres de protecció per a situacions en què s'hagin de barrejar productes que poden danyar els ulls pel seu efectes fortament irritants o corrosius i mascaretes amb filtres químics adequats (si fos necessari per a operacions puntuals amb poca ventilació).



4. Formació general

4.1. A nivell professional

Certificat de Professionalitat de Perruquer, pertanyent a la família professional d'Imatge personal a l'empara del RD 716/2011, de 20 de maig.

4.2. A nivel de prevención de riesgos laborales

- Curs específic sobre els riscos laborals presents en el lloc de treball.
- Curs sobre risc químic.
- Curs sobre prevenció davant l' exposició d' agents biològics.
- Curs específic sobre la correcta utilització dels Equips de Protecció Individual.
- Curs de primers auxilis. Procediments específics de com actuar en cas d' accident.

5. Referències bibliogràfiques

RD 716/2011, de 20 de maig, pel que s'estableix el Certificat de Professionalitat de Perruquer.

Guies per a l'Acció Preventiva. Perruqueries. Institut Nacional de Seguretat i Higiene en el Treball. Ministeri de Treball i Assumptes Socials.

Guia de Bones Pràctiques Laborals en el Treball Autònom en el Sector de la Perruqueria (2005). UPTA.

Enciclopèdia de Salut i Seguretat en el Treball. OIT 2001. Volum III, part XVII.