



MANOS PERFECTAS

¿A quién no le gusta llevar unas manos impecables?

Yo creo que a todas¿verdad?

Lo único que no es fácil sacar tiempo para ir al centro de estética y mucho peor,el gasto que conlleva hacernos las manos 1 o 2 veces al mes.

¡Pues bien!

Te voy a enseñar a que seas tu misma, quien se arregle las manos y te realices una manicura y esmaltado semipermanente en tu propia casa.

Sólo necesitas seguir los pasos que te voy a ir diciendo a continuación.

Y hacerte con un kit de manicura permanente.

¡No te preocupes! hay algunos muy económicos que los puedes encontrar en cualquier tienda de productos de peluquería y estética.

O si lo prefieres por internet.

Pero eso sí...te recomiendo que no te vayas a productos demasiado baratos ya que a veces sale caro.Porque ya sabes que por internet hay de todo.

Y lo primero es nuestra salud.

Ya que a través de la piel y las uñas el cuerpo absorbe todo tipo de sustancias.

Siempre busca productos y materiales homologados¿ok?

Pues comencemos...

Para conseguir un esmaltado semipermanente profesional y limpio, lo primero que se debe realizar es una manicura.

En la mayoría de los centros no la realizan antes del esmaltado. ¿Por qué? pues tiene una sencilla explicación.

Tiempo y dinero.

En lo que tardarían en hacer un servicio completo, meten dos.

Pero como tu, te quieres mucho y debes ir divina...

¡Dedícate tu tiempo!



CONSEJOS

Procura cumplir éstos 5 puntos y mantendrás unas manos y uñas hidratadas, bonitas y saludables.

ERRORES A EVITAR
SI QUIERES LUCIR
UNAS UÑAS *bonitas*



Muchas veces queremos tener unas uñas bonitas, pero **cometemos varios errores** que hacen que no luzcan como nos gustaría.

1. CONTACTO DIRECTO CON PRODUCTOS DE LIMPIEZA

Es fundamental que si tenemos que tocar productos de limpieza lo hagamos con unos guantes.



2. USARLAS COMO HERRAMIENTA

Muy mal! Las uñas no nos deben servir para abrir cosas como si fueran una herramienta.



3. HACER LA MANICURA SIN TENER CUIDADO DE LA BASE

La zona de la base de las uñas (la que está en contacto con la piel) sirve de protección y, muchas veces, la empujamos sin tener cuidado alguno, confundiéndola con la cutícula.

4. MORDERLAS

¡Y como no! Morder las uñas hace que transfiramos bacterias en nuestra boca y, además, les quitamos capas, por lo que hace que queden feas, descamadas y débiles.



5. OLVIDAR LA HIDRATACIÓN

Las uñas también se tienen que hidratar a menudo con aceites o productos especiales.



1-MATERIAL NECESARIO(manicura)

1-Quitaesmalte.

2-Algodón(a elegir según gusto)a mi me gusta en forma de disco,porque no deja restos en la uña.

3-Cortauñas.

4-Corta cutículas(pequeño alicate)

5-Lima de uñas(a elegir según gusto)

6-Pulidor(opcional)te dará brillo a la uña natural.

7-Crema hidratante o nutritiva de manos.

8-Esmalte de base(se aplica antes de pintar la uña)Opcional.

9-Esmalte(color deseado final)Opcional.

10-Esmalte sellador(mayor duración del maquillaje)Opcional.



2-PASOS MANICURA.

1-DESINFECTAR y RETIRAR ESMALTE.

Lo primero desinfectar las uñas **con spray para ello o alcohol.**

Si tienes las uñas maquilladas,procede a retirar el esmalte.

A ser posible utiliza quitaesmalte sin acetona.Es menos agresivo.

Pero también es cierto,que con ella, la retirada del esmalte es más rápido y efectivo.

Pero ten en cuenta que te resecará la zona y además no es adecuado para la gente con la piel sensible o alérgica.

Utiliza un algodón a tu gusto(hisopos,bola,disco...)

Te recomiendo que uses aquellos que no suelten hilos,pues se quedarán en la uñas y se pegarán al esmalte de después.

2-CORTAR Y LIMAR.

El limado de la uña es una técnica que reviste cierta importancia y prácticamente nadie se la da.

Es necesario conocer como hacerlo y dominarlo.

El crecimiento de la uña es constante.

Crecen unos 3 milímetros al mes y para renovar una uña completa es necesario que pasen 6 meses.

-Tendremos en cuenta los cuatro tipos de uñas:

1-Uñas blandas.

2-Uñas fuertes.

3-Uñas secas.

4-Uñas exfoliadas.

-Es más recomendable limar que cortar.

Pero si son uñas largas cortaremos.

Intentando siempre que sea en tres pasos con el cortauñas.

Primero un lateral desde la esquina, el centro y la esquina contraria.

-Después procederemos a limar.

La lima elegida es a gusto y preferencia de cada uno.

Ya que hay varios grosores de limado.

Te recomiendo un grosor medio para no dañar la uña.

Las más gruesas se utilizan para trabajar unas de gel o porcelana.

Evita las limas metálicas. Éstas producen lesiones y cortes.

IMPORTANTE: siempre limaremos, pero nunca serraremos.

Es decir, no limes de izquierda a derecha.

Lo único que conseguirás si lo haces en zig zag es dañar las uñas.

Se abrirán en capas.

Lo ideal es limar siempre en una dirección. De dentro hacia afuera.

Elige tu forma más cómoda. Pero siempre hacia un lado.

Y si lo deseas luego hacia el otro.

Pero recuerda; **NO SERRAR!**

La forma de limado ya es preferencia de cada uno.

Pero siempre hay que ser consciente del tipo de uña que tenemos y que es lo más aconsejado según las tengamos.

Su forma puede ser: redonda, almendrado, cuadrada, en pico (estileto)...

Cuando una uña enferma debemos dejar un tiempo de limarlas y maquillarlas para que se recuperen.

Pues seguramente necesite respirar y liberarse de tóxicos de los esmaltes.

3-PULIR UÑAS.

Éste paso no se suele hacer,pero lo recomiendo.

Sobre todo para uñas que quieras lucir naturales y sin maquillar(ideal para hombres)

Debes tener un taco pulidor de brillo(no el de limar)

Es como un bloque cuadrado, que deberás pasar varias veces por la uña sin miedo alguno.

Te proporcionará unas uñas suaves y brillantes.

4-REMOJA LAS UÑAS,

Pon un bol con agua tibia y un poco de jabón.

Ayudará a limpiar las uñas y retirar la cutícula(nombre real Eponiquio) con más facilidad.

Después de 5 minutos seca bien las manos y las uñas con una toalla que no deje restos.

5-RETIRAR/CORTAR CUTÍCULA.

Éste paso dependerá de si lo necesitas o no.

No se recomienda cortarla ya que facilitará su mayor crecimiento.

Si no tienes cutícula grande,te recomiendo que mejor ni la toques.

Pero si es al contrario procederemos de la siguiente manera:

-Impregna bien las cutículas de vaselina.

Con ello facilitaremos el retirarla o cortarla.

-Yo siempre recomiendo si no es demasiado invasiva hacia la uña, que mejor la empujes y retires hacia atrás con un palito de naranjo (palo de madera con dos puntas)

-Si en tu caso es necesario, procederemos a cortarla una vez retirada hacia atrás.

Utilizaremos unos pequeños alicates de manicura y cortaremos con cuidado de no apurar demasiado.

Si se tienen padrastrós los cortaremos también con cuidado.

Si te has cortado o apurado demasiado. Con un algodón impregnado en agua oxigenada limpiaremos las uñas.

6-MASAJE DE MANOS.

Terminaremos nuestra manicura con un pequeño masaje.

Utilizaremos una crema no excesivamente grasa y de fácil absorción.

Así nos facilitará el posterior maquillaje si así se desea.



7-ESMALTADO.

Primero aplicaremos un a **base transparente para proteger la uña.**

Con ésto conseguiremos que las uñas no se pongan amarillas por absorber los componentes de los esmaltes.

Sobretudo de los colores más vivos.

Cada uña requiere 1 descarga y cuatro pinceladas de esmalte.

Mojaremos el pincel del esmalte y descargaremos.

El fin de esto es no tener sobrecarga de esmalte que nos dificulte el maquillaje.

1-**Descargaremos el pincel en el borde de la LUNA de la uña**(parte blanca de arriba)

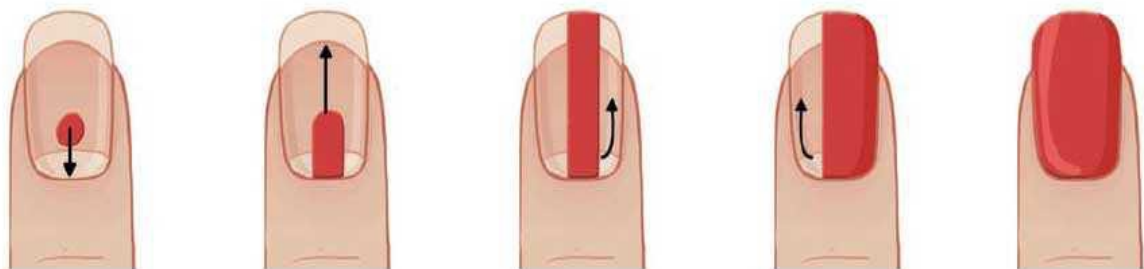
2-**Vuelves al mismo sitio.**

3-**Bajaremos hacia abajo de la uña.**

4-**Iremos al lado izquierdo de la uña hacia abajo.**

5-**Y terminaremos cerrando el maquillaje por el lado derecho.**

Pintar nuestras uñas con el esmalte elegido, de dos a tres capas finas. Para pintarlas como las profesionales de los salones sigue este esquema:



Nunca abusar del esmalte, ya que no secará bien y nos hará bolsas.

Si se aplican bien estas cuatro pinceladas serán suficientes.

Una vez seco se procederá a realizar otra pasada.

TRUCO: Aplicar una capa final de brillo transparente.

No sólo te dará ese aporte de brillo si no que también tu manicura y esmalte será mucho más duradera.

¡MANOS PERFECTAS Y PRECIOSAS!



RESUMEN PASOS MANICURA

PASOS A SEGUIR MANICURA



1 DESINFECTA

Utilizaremos un desinfectante específico para uñas. Aunque también sirve alcohol.

En un recipiente con agua sumerge tus uñas por 5/10 minutos.

2 HUMEDECE

3 RETIRA CUTÍCULA

Cortar la cutícula con cuidado con su herramienta correspondiente. Y si no es necesario sólo retirarla hacia atrás.

Limaremos nuestras uñas en un solo sentido. Realizando el diseño deseado.

4 LIMAR



ESMALTE 5

PROCEDEREMOS A MAQUILLAR NUESTRAS UÑAS CON EL ESMALTE DESEADO.

LUCIRAS UNAS MANOS PERFECTAS





ESMALTADO SEMIPERMANENTE

A continuación os voy a explicar en sencillos pasos, como realizar un esmaltado semipermanente en vuestra propia casa.

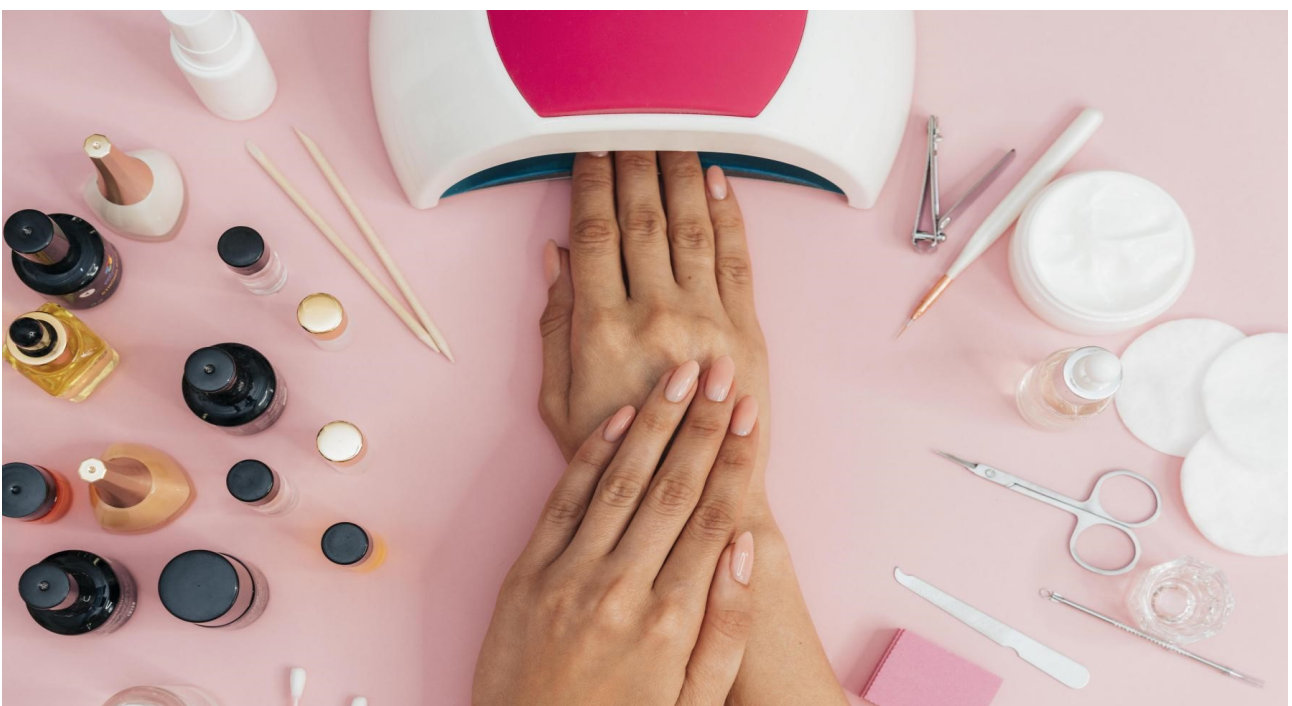
Es una técnica sencilla, pero siempre que se cumplan los pasos en su ejecución y orden.

Por lo tanto toma nota:

Para poder realizar éste trabajo nosotras mismas, lo primero que debemos hacer es saber los materiales necesarios y hacernos con ellos.

Puedes comprarlos en tienda física, como por internet.

HAY KIT DE INICIACIÓN MUY COMPLETOS Y ECONÓMICOS



MATERIALES NECESARIOS

- Desinfectante o alcohol.
- Palo en naranja o empujador de cutículas.
- Taco pulidor.
- Cepillo limpiador de uñas.
- Pegamento/PRIMER(especial esmaltado)
- Esmalte base.
- Esmalte color deseado.
- Base final/Top Gloss.
- Algodón.
- CLEANER(limpiador gel pegajoso)
- Lampara LED(más rápido el secado) o UV.

Todos estos materiales los puedes adquirir juntos en un kit básico. Donde te vendrá lo esencial para empezar. Una vez avances y si te gusta podrás invertir en todo tipo de productos para las uñas.

¡COMENCEMOS!

1-Para comenzar a realizar un esmaltado semipermanente debemos tener las **uñas ya preparadas y limpias.**

2-**Es super importante tenerlas sanas.**

Si tienes algún tipo de problema,alergia o infección es totalmente contraproducente realizar este tipo de trabajo sobre ellas.

3-Lo primero que debemos hacer es **desinfectar.**

Impregnaremos un algodón con alcohol o desinfectante y lo pasaremos por cada una de las uñas.

También los hay en modo espray muy cómodos de aplicar.

Dejaremos secar.

4-**Retirar hacia atrás la cutícula** con el palito de naranjo o empujador de cutículas.

5-Una vez desinfectadas la uñas **procederemos a utilizar el taco pulidor(grueso)**

Con esto eliminaremos el brillo natural de la uña y sellará mejor.

Es IMPORTANTE una vez hecho este paso no volver a tocarlas.

Pues si lo hacemos se volverán a engrasar.

6-Retiraremos el polvo sobrante con un **cepillo suave limpiador.**

7-Una vez hecho todo esto,limpiaremos las uñas con el producto llamado **CLEANER.**

Dejaremos secar.

8-A continuación,una vez desengrasadas las uñas y cepilladas.

Vamos a a **aplicar en PEGAMENTO/PRIMER.**

Es un paso que se realiza para que el esmalte sea más duradero.

Dependerá de si quieres que así sea o prefieres que la retirada sea más sencilla al no aplicarlo.

En muchas ocasiones yo no lo aplico para así no cargar las uñas de tóxicos. Pero sabiendo que la duración del esmaltado será menor.

Se debe mojar el pincel con poco producto y descargarlo en la uña. Pero no muy cerca de la cutícula.

Dejar secar al aire (es rápido)

9-Al siguiente paso hay que ponerle atención.

Procederemos a aplicar la primera base de esmalte.

Empezaremos por **aplicar una capa del ESMALTE BASE.**

Cogeremos un poco de esmalte y descargaremos el exceso del pincel en el borde de nuestro bote.

Trabajaremos con cuidado.

¡IMPORTANTE!

Aplicamos una capa con cuidado de tener en cuenta estos puntos:

***NO LLEGAR HASTA EL FINAL DE LA CUTÍCULA.**

***NO APURAR HASTA LOS BORDES.**

***MANTENER LAS MANOS RECTAS Y NO GIRARLAS.**

***NO TOCAR LAS UÑAS.**



*TE EXPLICO EL POR QUÉ DE LAS COSAS.

Te voy a explicar muy sencillamente por qué debemos prestar atención a lo que te he comentado anteriormente.

*NO LLEGAR HASTA EL FINAL BORDE/CUTÍCULA.

Si aplicamos una capa de esmalte, sea cual sea. Tenemos que apurar bien hasta los bordes y la cutícula.

Pero ¡OJO! Siempre dejando un poco de margen para llegar hasta el final.

Si te preguntas el por qué, yo te lo cuento.

El esmaltado en gel siempre tiende a moverse/expandirse.

Por lo que la cantidad que tu apliques siempre se va a agrandar de alguna manera, ya que va a buscar la base en la que está (tu uña) para adaptarse.

Si apuras demasiado, el gel va a sobrepasar la uñas.

Y una vez metas las uñas a secar en la lámpara, ya no hay vuelta atrás. Porque el gel se endurecerá.

SOLUCIÓN: Si esto te ocurre, tampoco te agobies.

La manera de solucionarlo es limando los bordes con una lima, siempre con cuidado.

Pero antes de hacer esto, debes pasar un algodón con **CLEANER**.

Esto es lo que hará que el esmalte deje de estar pegajoso y puedas limar sin problema.

Para la próxima vez procura que no te pase. Porque con esto es más probable que el esmaltado dure menos tiempo. Ya que tenderá a levantarse por los bordes con más facilidad.

***MANTENER LAS MANOS RECTAS Y NO GIRARLAS.**

Este detalle lo tienes que tener muy en cuenta durante todo el proceso del esmaltado.

¿Por qué?

Pues por algo muy **IMPORTANTE**.

El gel es viscoso y con cualquier movimiento que tu realices con la mano, éste se girará y tomará cualquier forma que seguramente no sea la deseada.

Por lo tanto ten en cuenta que una vez apliques cualquier gel, sea cual sea, ya **no debes mover la mano de cualquier manera**.

Siempre si lo tienes que hacer que sea recta y con mucho cuidado.

Una vez seques las manos con la lámpara el gel se secará.

***NO TOCAR LAS UÑAS.**

Pues eso, no las toques si no es necesario.

El gel aunque lo metas en la lámpara a secar **estará pegajoso**.

Por lo que no se recomienda tener cuidado.

Hasta que no terminamos de aplicar las capas necesarias no se pasará un algodón con **CLEANER**.

Que será lo que consiga que el esmalte ya no sea pegajoso.

***TEN EN CUENTA ESTOS TIPS**

Y TU ESMALTADO SEMIPERMANENTE SERÁ IDEAL.

10-Secado en lámpara LED/UV.

Una vez aplicada una capa de esmalte base(se usa para evitar dañar la uña y que coja color amarillento de los esmaltes) meteremos la uña en la lámpara LED o UV.

Secar en la lámpara **2 minutos si es de UV.**

Y menos si es de LED ya que el tiempo de secado lo reduce bastante.

Se suelen recomendar a nivel más profesional porque gana en tiempo de trabajo.

Las lámparas Led suelen ser algo más caras.Pero te recomiendo que inviertas en una,ganarás por lo menos 15 minutos en el tiempo final de un esmaltado completo.

10-Aplicar capa de esmalte del color deseado(1ª capa)

11-Secar de nuevo en lámpara.

12-Aplicar 2ª capa de esmalte deseado.Tapa y unifica bien.

13-Volver a secar en lámpara.

14-Aplicar una capa de BASE FINAL/TOP COAT.

Con este esmalte conseguiremos sellar bien el esmalte principal y aportarle un acabado bonito final.

Los hay con brillo y mates.

Según prefefrencia.

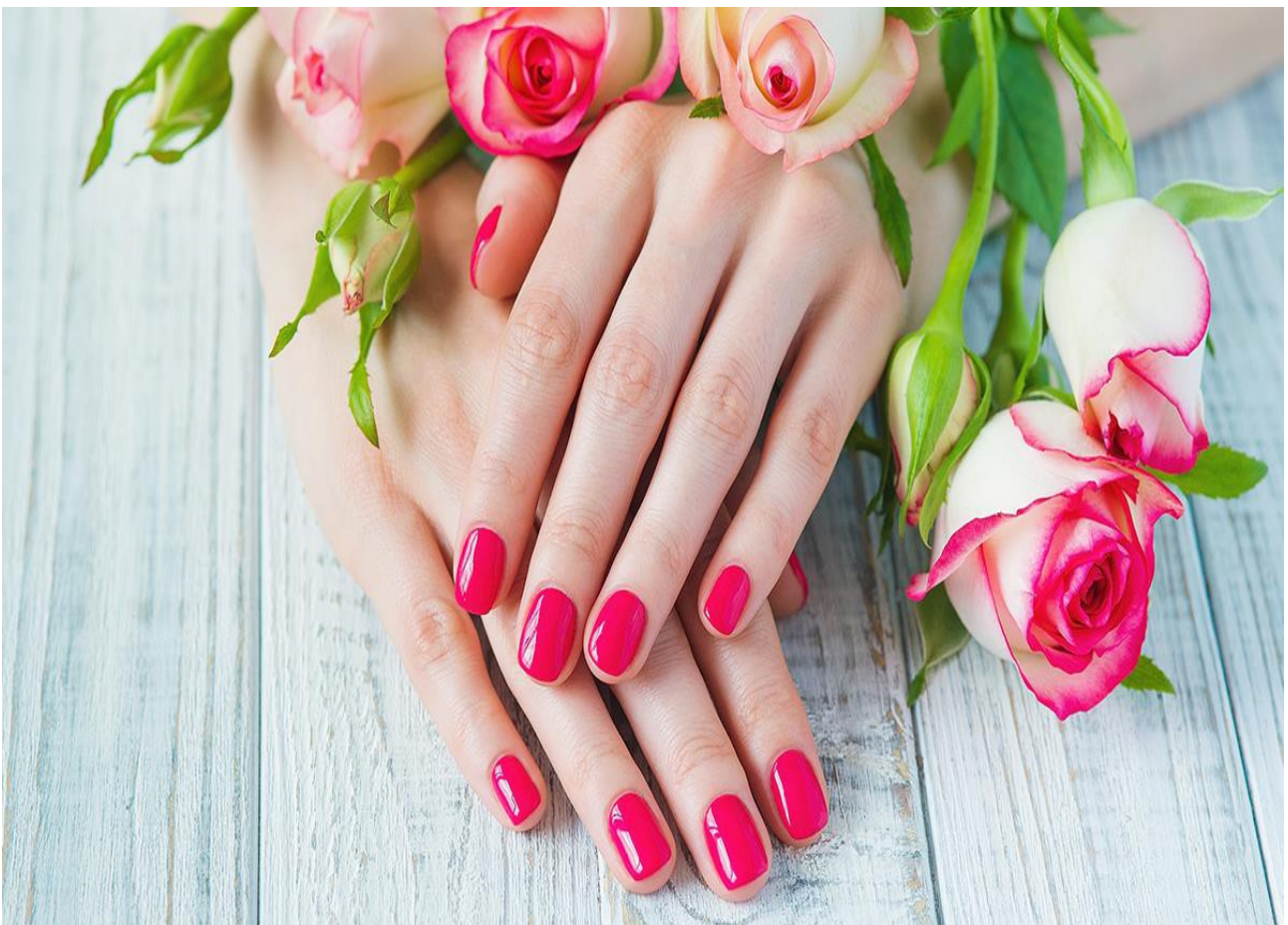
15-Secar en lámpara.

IMPORTANTE: los esmaltes semipermanentes tienen una viscosidad líquida para que las uñas queden finas y bonitas. Es por ello que te recomiendo endurecer cada uña 10 segundos(mínimo) en la lámpara antes de pintar la uña siguiente. Después hay que endurecer toda la mano completa hasta terminar su secado final.

16-**Limpiar las uñas con CLEANER.**
Así eliminamos cualquier residuo pegajoso.

TRUCO: Te recomiendo una vez finalices tu esmaltado semipermanente. Que apliques un poco de aceite o vaselina en los bordes de la uña.
Te quedarán mucho más jugosas y bonitas.

¡YA PUEDES LUCIR TUS MANOS!





COMO RETIRAR EL ESMALTADO SEMIPERMANENTE.

*MATERIALES

- REMOVER(liquido para ablandar el esmalte)
- LIMAS(Diferentes rugosidad)
- ALGODÓN/NAIL REMOVE CLIP(como dedales)
- PAPEL ALBAL.
- EMPUJADOR DE CUTÍCULAS METÁLICO.
- TACO PULIDOR.

1-Comenzaremos limando la uña completamente.

Utilizaremos una lima gruesa para que el limado sea más rápido y efectivo.

Pero con cuidado de no limar demasiado y dañarla.

Un grosor ideal es de 80/80.

2-Seguiremos empapando un algodón con el REMOVER.

Éste es un líquido que lo que hará será ablandar el gel así siendo más fácil su retirada.

Debe estar bien mojado, para así garantizar un buen retirado.

3-Envolveremos cada dedo con el algodón y encima papel albal. Otra opción es utilizar los NAIL REMOVE CLIP que son como unos dedales de goma que se colocara en cada dedo con el algodón dentro.



4-Dejar actuar durante 20 minutos.

Asegurate que esté bien cerrado para que no se evapore el producto.

5-Retitar el papel y algodón.

6-Empujar el esmalte con cuidado.

Nos ayudaremos de un empujador de cutículas metálico.

Así hasta retirar todo el esmalte.

Si lo ves necesario puedes ayudarte de una lima.



7-Una vez retirado todo el esmalte.

Pasaremos el TACO PULIDOR por todas las uñas.

8-Finalizaremos aplicando una buena crema hidratante a toda la mano haciendo hincapié en las uñas.

Si quieres puedes utilizar también vaselina.



YOGARATÚ

