PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES

CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN PARA LAS TRABAJADORAS Y TRABAJADORES

ESTÁ NDAR DE COMPETENCIAS PROFESIONALES "ECP2819_3: Aplicar técnicas cosmetológicas y manuales propias de los tratamientos estéticos"

LEA ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES

Conteste a este cuestionario de **FORMA SINCERA**. La información recogida en él tiene CARÁCTER RESERVADO, al estar protegida por lo dispuesto en la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales.

Su resultado servirá solamente para ayudarle, **ORIENTÁNDOLE** en qué medida posee la competencia profesional del "ECP2819_3: Aplicar técnicas cosmetológicas y manuales propias de los tratamientos estéticos".

No se preocupe, con independencia del resultado de esta autoevaluación, Ud. TIENE DERECHO A PARTICIPAR EN EL PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN, siempre que cumpla los requisitos de la convocatoria.

Nombre y apellidos del trabajador/a: NIF:	Firma:
Nombre y apellidos del asesor/a: NIF:	Firma:

INSTRUCCIONES CUMPLIMENTACIÓN DEL CUESTIONARIO:

Las actividades profesionales aparecen ordenadas en bloques desde el número 1 en adelante. Cada uno de los bloques agrupa una serie de actividades más simples (subactividades) numeradas con 1.1., 1.2.,…, en adelante.

Lea atentamente la actividad profesional con que comienza cada bloque y a continuación las subactividades que agrupa. Marque con una cruz, en los cuadrados disponibles, el indicador de autoevaluación que considere más ajustado a su grado de dominio de cada una de ellas. Dichos indicadores son los siguientes:

1. No sé hacerlo.
2. Lo puedo hacer con ayuda.
3. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda.
4. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda, e incluso podría formar a otro trabajador o trabajadora.

1: Preparar las instalaciones, cosméticos y herramientas necesarias, así como a la clientela en condiciones de seguridad e higiene para la aplicación de técnicas cosmetológicas y manuales.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
1.1: Cuidar la propia indumentaria e imagen personal, reflejando un aspecto limpio y cuidado.	☐	☐	☐	☐
1.2: Preparar la cabina de trabajo, controlando la temperatura, ventilación, luz, renovación de los materiales desechables y búsqueda de un ambiente confortable (posible música o aroma).	☐	☐	☐	☐
1.3: Esterilizar y/o desinfectar los útiles de trabajo (cuencos, pinzas, pinceles, entre otros), metiéndolos en germicida o autoclave, por inmersión o pulverización, en soluciones desinfectantes, preparándolos para su uso.	☐	☐	☐	☐
1.4: Desinfectar el mobiliario y accesorios de cabina (camilla, lavabo, encimeras, manillas de grifos, interruptores de luz, entre otros) con regularidad con un producto químico como el alcohol u otro con concentración de 70-90% o soluciones desinfectantes.	☐	☐	☐	☐
1.5: Ubicar los materiales de desecho (sábanas, toallas, cinta del pelo, batas, entre otros) en los contenedores correspondientes tras su uso, garantizando una gestión ecológica de los residuos.	☐	☐	☐	☐
1.6: Escoger los productos a emplear conforme al estado de la piel de la clientela y al objetivo que se pretende alcanzar mediante su uso.	☐	☐	☐	☐

1: Preparar las instalaciones, cosméticos y herramientas necesarias, así como a la clientela en condiciones de seguridad e higiene para la aplicación de técnicas cosmetológicas y manuales.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
1.7: Acomodar la clientela en la cabina, ofreciéndoles lencería desechable y disponiendo la posición de la camilla con el máximo confort, según el trabajo a realizar.	☐	☐	☐	☐

2: Aplicar técnicas cosmetológicas y manuales preparatorias del rostro, limpiando y acondicionando la piel inicialmente para para favorecer la posterior absorción de cosméticos.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
2.1: Aplicar el desmaquillador específico de ojos, impregnado en un algodón o gasas estériles, suavemente en los ojos, sin frotar, mediante toques suaves de presión, retirándose posteriormente con algodón o gasa estéril en cada ojo.	☐	☐	☐	☐
2.2: Aplicar el desmaquillador específico de labios, impregnado en un algodón o gasas estériles, pasándolo por el labio superior y después por el inferior, solicitando que no abra la boca, pudiendo repetir la misma operación si fuera necesario.	☐	☐	☐	☐
2.3: Aplicar el producto limpiador impregnado sobre las propias manos sobre rostro, cuello y escote de la clientela y con cepillos o brochas se trabaja con movimientos circulares ascendentes, emulsionando el cosmético y despegando la suciedad de la piel, retirándose posteriormente con toallitas de celulosa o de rizo y abundante agua templada.	☐	☐	☐	☐
2.4: Aplicar el tónico, impregnado en dos algodones, uno en cada mano, por la frente en dirección desde el centro hacia la sien, con una mano a cada lado, recorriendo después la nariz, deslizando una mano detrás de la otra, pasando por el orbicular de los ojos mediante círculos, evitando tocar el ojo, siguiendo por los pómulos, con una mano en cada lado del rostro en sentido ascendente, llegando a la comisura de los labios, barbilla, cuello y escote, trabajando desde el centro hacia los lados y con ambas manos a la vez.	☐	☐	☐	☐
2.5: Aplicar el exfoliante básico de limpieza, crema peeling “gommage o scrub” mediante una capa fina sobre el rostro, evitando el orbicular de ojos, trabajando en el caso del gommage mediante arrastre una vez seco y en el de scrub, con la yema de los dedos, con movimientos circulares ascendentes, retirando los restos en ambos casos con toallitas de celulosa o rizo, humedecidas.	☐	☐	☐	☐

2: Aplicar técnicas cosmetológicas y manuales preparatorias del rostro, limpiando y acondicionando la piel inicialmente para para favorecer la posterior absorción de cosméticos.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
2.6: Chequear la revisión de decisiones orientadas a la selección de cosméticos que evidencien compromiso con el cuidado del medio ambiente en cuanto al formato de su cartonaje en la presentación y reducción de plásticos en el envasado, visibilizando dichas decisiones.	☐	☐	☐	☐

3: Aplicar técnicas cosmetológicas y manuales en el rostro, trabajando en función del tratamiento seleccionado para garantizar alcanzar los objetivos planteados a la clientela mediante el mismo.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
3.1: Verter las ampollas y sérums faciales seleccionados, en función del tipo de piel y de la disconformidad estética identificada en las palmas de las manos, extendiendo su contenido por rostro, cuello y escote, con maniobras de tecleo, deslizamientos y lisajes hasta su total absorción.	☐	☐	☐	☐
3.2: Seleccionar los exfoliantes químicos (ácidos y enzimáticos) en función del tipo de piel, aplicándolo por rostro, cuello y escote, con pincel o hisopo, dejándolo en exposición el tiempo determinado por el fabricante, retirándolo con abundante agua y/o neutralizador, según indicaciones del fabricante.	☐	☐	☐	☐
3.3: Aplicar la crema de tratamiento en cara, cuello y escote, realizando el masaje acorde al tipo de piel y disconformidad estética identificada, favoreciendo la absorción del cosmético y los beneficios del propio masaje.	☐	☐	☐	☐
3.4: Aplicar el cosmético propio del contorno de ojos en una cantidad del tamaño de un grano de arroz, directamente con la yema del propio dedo mediante ligeros toques en el hueso orbital, continuando el desplazamiento del producto hacia el lateral del ojo.	☐	☐	☐	☐
3.5: Extender las mascarillas en emulsión, arcillosa y en gel, depositando una fina capa del cosmético con pincel sobre rostro, cuello y escote, exceptuando el orbicular de los ojos, dejándola actuar entre 10 o 15 minutos, retirándose con toallitas de celulosa o rizo humedecidas, favoreciendo la absorción de activos.	☐	☐	☐	☐
3.6: Aplicar las mascarillas en alginato y Pell of se aplican sobre el rostro, cuello y escote, depositando una capa gruesa con espátula en el caso de las primeras y una capa fina con pincel en el de las segundas, retirándose tras su secado, manualmente, de una sola pieza desde la frente hacia el cuello, favoreciendo la absorción de activos.	☐	☐	☐	☐

3: Aplicar técnicas cosmetológicas y manuales en el rostro, trabajando en función del tratamiento seleccionado para garantizar alcanzar los objetivos planteados a la clientela mediante el mismo.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
3.7: Aplicar las mascarillas en escayola sobre el rostro y cuello mediante vendas preparadas, humedecidas en agua, evitando el contorno de ojos, aplicando una gasa o velo entre el rostro y las vendas, retirándolas tras su secado, de una sola pieza, favoreciendo el modelado del rostro y cuello y la absorción de activos.	☐	☐	☐	☐
3.8: Colocar las mascarillas de celulosa o velos sobre el rostro, manteniéndose durante 15 o 20 minutos, retirándose posteriormente con las manos, en sentido ascendente desde cuello hacia frente, sin necesidad de aclarado.	☐	☐	☐	☐

4: Aplicar técnicas cosmetológicas y manuales en el rostro con sentido finalizador tras el trabajo propio del tratamiento para culminar con la piel en las mejores condiciones posibles.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
4.1: Aplicar las cremas de hidratación finalizadoras como culminación del tratamiento, con movimientos ascendentes de lisaje hasta su total absorción.	☐	☐	☐	☐
4.2: Aplicar las cremas de protección solar medioambiental, aportando una alta protección contra los rayos UVB/UVA y la luz visible, depositando una capa fina por rostro y cuello, extendiéndola en su totalidad, después de la crema hidratante final.	☐	☐	☐	☐
4.3: Aplicar las cremas reparadoras del daño solar o foto protección facial para aire libre o ciudad con un acabado de color se aplican, depositando una capa fina por rostro y cuello, extendiéndola en su totalidad, después de la crema hidratante final.	☐	☐	☐	☐
4.4: Seleccionar las cremas especificas finalizadoras del contorno de ojos o labios en función de su acción, aplicándose mediante deslizamientos y lisajes en la zona de tratamiento hasta su total absorción.	☐	☐	☐	☐

5: Aplicar técnicas cosmetológicas y manuales en partes corporales que presenten disconformidades estéticas para la clientela, cumpliendo los protocolos normalizados para acometer tratamientos corporales.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
5.1: Trabajar la piel de la zona seleccionada para su limpieza, empleando un producto limpiador y/o un exfoliante, aplicándolo con movimientos circulares de las manos, cepillos mecánicos o manuales, y retirándolo toallas de celulosa de un solo uso humedecidas en agua templada u ofreciendo una ducha a la clientela.	☐	☐	☐	☐
5.2: Aplicar el cosmético concentrado en la zona de trabajo, utilizando maniobras de masaje activadoras o aparatología.	☐	☐	☐	☐
5.3: Aplicar las mascarillas de yeso mediante vendas preparadas o mezclando con agua en las proporciones indicadas por el fabricante, dejándolas secar, colocando una gasa corporal entre la mascarilla y la zona a tratar, retirando de una sola pieza, limpiando la zona con abundante agua o mediante ducha.	☐	☐	☐	☐
5.4: Preparar la mascarilla en formato de alginato con agua hasta conseguir la textura propia para ser utilizada, aplicándose sobre la zona a tratar depositando una capa gruesa con espátula, retirándose manualmente tras su secado, de una sola pieza como si fuera una segunda piel.	☐	☐	☐	☐
5.5: Aplicar la mascarilla en formato peloides o parapeloides en la piel con brocha, realizando una envoltura con plástico, respetando los tiempos de exposición y creando un efecto osmótico, siendo retirada posteriormente mediante ducha o toallas humedecidas.	☐	☐	☐	☐
5.6: Seleccionar las cremas finalizadoras corporales en función de la disconformidad estética corporal identificada, aplicándose manualmente, proporcionando hidratación y recuperación del pH cutáneo.	☐	☐	☐	☐