



„NOWOCZESNE NAUCZANIE ZAWODOWE  
- MODUŁOWE STAŻE W INNOWACYJNYCH  
PRZEDSIĘBIORSTWACH”

# ODKSZTAŁCANIE WŁOSÓW

---

*3 moduł Programu Praktyk w branży fryzjerskiej*

Magdalenka, grudzień 2012

Wersja 2

---

**CZŁOWIEK – NAJLEPSZA INWESTYCJA**



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt pt „Nowoczesne nauczanie zawodowe – modułowe staże w innowacyjnych przedsiębiorstwach”  
jest współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Opracowanie stanowi obudowę dydaktyczną trzeciego modułu „Odkształcanie włosów” programu praktyk dla nauczycieli i instruktorów praktycznej nauki zawodu fryzjer i technik usług fryzjerskich

po uwzględnieniu uwag zawartych w recenzji

Opracowanie jest sfinansowane ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego oraz Budżetu Państwa.

Opracowanie jest elementem realizacji projektu „Nowoczesne nauczanie zawodowe – modułowe staże w innowacyjnych przedsiębiorstwach” Prowadzonego w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki, Priorytet III Wysoka jakość systemu oświaty

## Spis treści

I. WSTĘP .....	3
II. MATERIAŁ DO REALIZACJI ZADAŃ ZAWODOWYCH.....	4
2.1. Preparaty do odkształcania włosów .....	4
2.2. Techniki odkształcania włosów .....	7
III. Przykładowe zadania zawodowe w zakresie odkształcania włosów .....	11
3.1. Podstawowe zasady bezpieczeństwa i higieny pracy .....	11
3.2. Przykładowa ondulacja chemiczna alkaliczna na włosach naturalnych .....	11
3.3. Przykładowa stylizacja fryzury z wykorzystaniem nietrwałego odkształcania włosów.....	12
3.4. Przykładowa ondulacja żelazkowa – papilotowanie .....	13
3.5. Przykładowy zabieg chemicznego prostowania włosów .....	14
IV. Literatura.....	15

## I. WSTĘP

Przekazujemy Państwu Poradnik pt. „**Odształcanie włosów**”, który będzie pomocny w zdobywaniu wiedzy i kształtowaniu umiejętności z zakresu tego modułu. Poradnik zawiera najważniejsze informacje. Poziom trudności wykonywanych zadań powinien być dostosowany do wcześniej ukształtowanych umiejętności oraz uwzględniać wyposażenie salonów fryzjerskich. Wykonanie zaproponowanych zadań zawodowych pomoże ukształtować niezbędne umiejętności oraz wzbogaci wiedzę praktyczną.

Należy pamiętać, że w ciągu swojego życia zawodowego będą Państwo musieli wielokrotnie dokonywać zmian sposobów wykonywania zabiegów, stosowania preparatów i sprzętu fryzjerskiego zgodnie z obowiązującymi trendami i technologiami.

W poradniku zamieszczono:

- materiał do realizacji zadań zawodowych,
- zadania wspomagające ukształtowanie umiejętności praktycznych,
- literaturę.

## II. MATERIAŁ DO REALIZACJI ZADAŃ ZAWODOWYCH

### 2.1. Preparaty do odkształcania włosów

Biorąc pod uwagę trwałość uzyskanego efektu wyróżnia się preparaty do:

- nietrwałego odkształcania włosów – czesanie na mokro (ondulacja wodna) i czesanie na sucho (ondulacja żelazkowa i stylizacja fryzury),
- trwałego odkształcanie włosów – ondulacji chemicznej, prostowania chemicznego.

Wybór preparatu do zabiegu zależy od planowanego uczesania i rodzaju włosów.

Środki do czesania na mokro nakłada się w ilości ok. 10-15 ml i rozprowadza na całej długości pasm grzebieniem lub palcami.

#### Sposób pracy lub nakładania preparatów podczas czesania na sucho

Preparaty do czesania na sucho rozprowadza się palcami na wybranych partiach włosów lub na całej ich długości.

Lakier rozpyla się z odległości ok. 30 cm od fryzury, aby krople preparatu nie osadzały się na włosach.

Tabela 1. Formy preparatów do czesania i ich działanie na różne rodzaje włosów

WŁOSY	FORMA PREPARATU I JEGO DZIAŁANIE NA WŁOSY
Włosy cienkie i delikatne	Roztwory (lotiony). Zwiększają objętość i puszystość włosów. Nie obciążają włosów.
Włosy grube	Żele, pianki, woski. Zapewniają długotrwały efekt oraz utrwalają kształt nadany włosom. Włosy stają się sprężyste, połyskliwe.
Włosy kręcone	Emulsje (fluidy, mlecza, kremy). Ułatwiają rozczesywanie włosów, nadają im połysk i sprężystość, podkreślają skręt.
Włosy suche i zniszczone	Emulsje (fluidy, mlecza, kremy). Nawilżają włosy, nadają połysk i wygładzają włosy ułatwiając ich czesanie.

#### Przykłady preparatów do nietrwałego odkształcania włosów

Tabela 2. Przykłady preparatów do czesania włosów i ich działanie na włosy

Forma preparatu	Działanie na włosy
Fluid zwiększający objętość włosów	Zwiększa objętość włosów, nadaje lśniący wygląd, nie skleja włosów.
Pianka bardzo mocno utrwalająca	Nadaje włosom połysk, zwiększa ich objętość, zapewnia długotrwałe utrwalenie.
Żel do prostowania włosów	Daje efekt gładkich, prostych włosów. Chroni przed wilgocią i działaniem wysokiej temperatury.
Krem do włosów	Zapewnia sprężystość i naturalny kształt loków.

Tabela 3. Przykłady preparatów do czesania włosów i ich zastosowanie

Forma preparatu	Działanie na włosy/ zastosowanie
Fluid modelujący	Przeznaczony do modelowania lub prostowania wszystkich rodzajów włosów, bez nadawania objętości fryzurze.
Pasta nadająca połysk	Podkreśla pojedyncze pasma lub całą fryzurę. Nadaje włosom połysk.
Spray nabłyszczający	Do wykończenia formy fryzury i do nabłyszczenia włosów.
Serum	Zapobiega puszeniu włosów, nadaje im połysk i chroni je przed działaniem wilgoci zawartej w powietrzu.

### Przykłady preparatów do trwałego odkształcania włosów

Nowy rodzaj technologii: **Unamy complex** (lub równorzędnej), który nie rozrywa istniejących we włosie mostków cystynowych (disiarczkowych), tylko tworzy nowe odpowiedzialne za skręt włosów. Do wykonania zabiegu używa się dwóch produktów:

- fluidu trwale ondulującego,
- preparatu myjącego i kondycjonującego.



Rys. 1. Zestaw Unamy complex

Preparaty do ondulacji chemicznej zazwyczaj wzbogaca się składnikami aktywnymi, które wspomagają proces odkształcania włosów, chronią ich strukturę i wygląd.

Do przeprowadzenia zabiegu ondulacji chemicznej włosów używa się dwóch preparatów:

- płynu zmieniającego kształt włosów (z prostych na kręcone),
- utrwalacza stabilizującego zmieniony kształt.



Rys. 2. Zestaw jednofazowej trwałej ondulacji do włosów naturalnych

## Preparaty do chemicznego prostowania włosów

Propozycja zabiegu chemicznego (technologii) w oparciu o preparaty do termicznego prostowania włosów/ lub zabiegów równorzędnych.

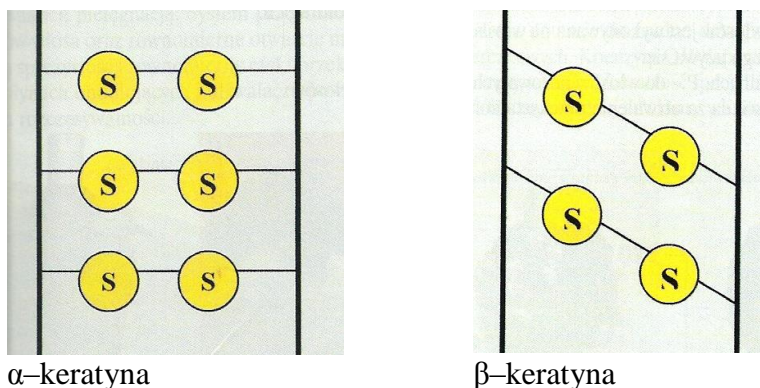


1. Krem prostujący do włosów naturalnych i opornych
2. Krem prostujący do włosów po zabiegach chemicznych
3. Aktywator wspomagający utrwalenie wiązań disiarczkowych w zmienionym położeniu

Rys. 3. Preparaty do chemicznego prostowania włosów

## Mechanizm chemicznego ondulowania włosów

Włosy mają dwie podstawowe struktury białkowe keratyny. Strukturę  $\alpha$ -keratyny (czytaj: alfa-keratyny), charakteryzującą się tym, że mostki disiarczkowe (cystynowe) między łańcuchami białkowymi są ułożone prostopadle do łańcuchów polipeptydowych i strukturę  $\beta$ -keratyny (czytaj: beta-keratyny), w której mostki disiarczkowe ułożone są skośnie w stosunku do łańcuchów białkowych.



Rys. 4. Struktury keratyny

W przypadku struktury alfa włosy są sztywne i trudne do układania. Włosy mające strukturę beta są falowane, kręcone lub kędzierzawe (im ostrzejszy kąt nachylenia wiązania między łańcuchami keratyny, tym włos bardziej skręcony).

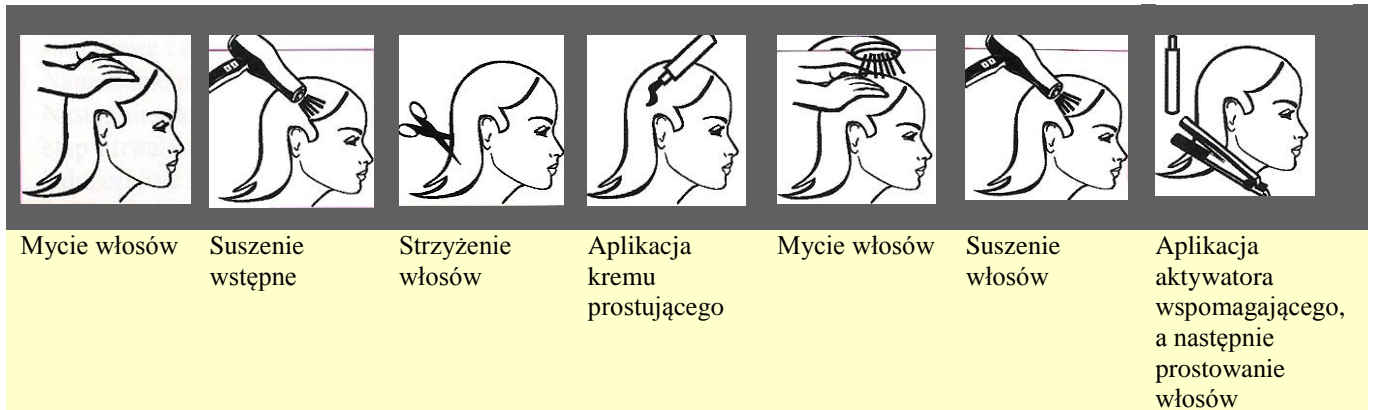
Pod względem zachodzących reakcji chemicznych proces ondulacji chemicznej polega na zmianie struktury keratyny alfa w beta. Zmianie ulega około 20-30% wszystkich wiązań disiarczkowych. Zabieg ondulacji chemicznej przebiega w trzech etapach:

- I etap – redukcja mostków disiarczkowych (rozluźnienie i zrywanie) płynem ondulującym, a następnie przerwanie reakcji przez płukanie włosów wodą,
- II etap – utrwalenie skrętu środkami utleniającymi, które usuwają atomy wodoru i wywołują automatyczne odtwarzanie się mostków cystynowych znajdujących się blisko siebie,
- III etap – przywrócenie włosom naturalnego odczynu przez zastosowanie preparatu o lekko kwaśnym odczynie.

Preparaty przywracające włosom naturalny, lekko kwaśny odczyn, mogą zawierać również hydrolizaty protein, które odbudowują ubytki w wewnętrznej strukturze włosów.

### Mechanizm chemicznego prostowania włosów

Przebiega podobnie jak ondulacja chemiczna. Różnica polega na przekształcaniu  $\beta$ -keratyny (beta keratyny) w  $\alpha$ -keratynę (alfa keratynę). Utrwalenie zmienionego ułożenia mostków cystynowych odbywa się pod wpływem podwyższonej temperatury (prostownicy) i oddziaływania mechanicznego (wygładzania włosów).



### 2.2. Techniki odkształcania włosów

Techniki odkształcania włosów dzieli się na:

- techniki nietrwałego odkształcania włosów,
- techniki trwałego odkształcania włosów.

#### Techniki nietrwałego odkształcania włosów

Do najczęściej stosowanych technik nietrwałego odkształcania włosów należą:

- ondulacja wodna – modelowanie włosów i nawijanie włosów na wałki,
- ondulacja żelazkowa – prostowanie włosów prostownicą, loczkowanie włosów lokówką elektryczną, falowanie czy karbowanie.

Modelowanie włosów (ondulacja fenowa) polega na wyczesywaniu pasm włosów w strumieniu ciepłego powietrza. Zabieg wykonuje się na podsuszonych włosach, po naniesieniu środka stylizującego (np. pianki).

#### Przebieg przykładowego zabiegu



Naniesienie preparatu stylizującego



Podział włosów na sekcje i modelowanie od karku w kierunku szczytu głowy, następnie ondulowanie boków i wierzchniej części porostu



Ułożenie fryzury



## Nawijanie włosów na wałki

Wyróżnia się dwa sposoby nawijania pasm włosów na wałek:

- od końcówek po nasadę – nawijanie płaskie,
- od nasady po końcówki – nawijanie spiralne.

## Przykładowe techniki nawijania włosów na wałki



Technika pionowa



Technika kierunkowa



Technika cegiełkowa

Jest stosowana do nawijania włosów długich. Pozwala na uformowanie fal i loków. Porost dzieli się klasycznie i nawija włosy kierunkowo. Jeden rząd w lewo, drugi w prawo.

Wyznacza się pasmo pośrodku partii czołowej głowy i poziomo nawija na wałek. Analogicznie pasma włosów nakręca się do wierzchołka głowy. Następnie wyznacza się pasma na bokach głowy i nawija się włosy w układzie pionowym. Wszystkie pasma nawijane są od końcówek po nasadę. Należy pamiętać, że pierwszy rząd nawija się w prawą stronę, a drugi – w lewą.

Pierwszy rząd wyznacza pasmo włosów wydzielone nad czołem. Kolejne wałki nawija się w połowie szerokości poprzednich wałków. Pasma włosów są nawijane od końcówek po nasadę.

## Prostowanie włosów

Prostowanie włosów to najczęściej stosowana technika ondulacji żelazkowej. Zabieg wykonuje się po modelowaniu włosów w celu wygładzenia i podkreślenia linii fryzury.

## Przebieg przykładowego zabiegu



- Naniesienie preparatu stylizującego
- Podział porostu na sekcje (od ucha przez szczyt głowy do drugiego ucha)
- Prostowanie włosów
- Ułożenie fryzury zgodnie z życzeniem klientki
- Utrwalenie całości lakierem

### Loczkowanie włosów lokówką elektryczną

Zabieg można wykonać dwoma sposobami: płasko lub spiralnie. Podczas loczkowania płaskiego pasma nawija się od końcówek po nasadę na okrągłe ramię lokówki i przytrzymuje ramieniem wklęsłym. Zabieg rozpoczyna się od włosów nad karkiem przechodząc w kierunku wierzchołka głowy, następnie na bokach i w przedniej części porostu.

Formowanie loków spiralnych polega na nawijaniu pasma od nasady po końce. Włosy nawija się wokół okrągłego ramienia lokówki, końce przytrzymując ręką.

### Techniki trwałego odkształcania włosów

Do najczęściej stosowanych technik trwałego odkształcania włosów należą:

- ondulacja chemiczna,
- chemiczne prostowanie włosów.

**Ondulacja chemiczna** to trwałe odkształcenie włosów zachodzące pod wpływem:

- czynników chemicznych – preparatów użytych do zabiegu,
- czynnika fizycznego – podwyższonej temperatury,
- czynnika mechanicznego – siły naprężania pasm włosów na wałkach, będącej wynikiem ich pęcznienia pod wpływem środka redukującego.

### Przykładowe techniki nawijania włosów na wałki do ondulacji chemicznej



Technika spiralna



Technika naprzemienna



Technika klasyczna

Wydzielone separacje w kształcie kwadratów, prostokątów lub trójkątów nawija się na wałek od nasady po końce. Końcówki pasm włosów zabezpiecza się bibułką, a wałek mocuje gumką.

Jedno pasmo nawija się od końca do nasady na wałek o wybranej średnicy, drugie pozostawia nienawinięte, itd.

Pośrodku głowy wyznacza się pasmo włosów szerokości wałka. Pierwszy rząd nawija się od czoła po linię karku przez szczyt głowy. Kolejne etapy to dwa rzędy w partiach bocznych głowy.

### **Przeciwwskazania do wykonania zabiegu**

- farbowanie włosów farbami roślinnymi i preparatami zawierającymi barwniki metaliczne,
- włosy zniszczone i osłabione,
- uczulenia i alergię na składniki preparatów,
- uszkodzenia skóry głowy (np. zadrapania, ranki).

### **Przebieg zabiegu ondulacji chemicznej**

- diagnoza włosów i skóry głowy,
- przygotowanie stanowiska pracy,
- mycie włosów,
- nawijanie włosów na wałki wybraną techniką,
- aplikacja płynu trwale ondulującego,
- czas i kontrola działania płynu,
- przerwanie działania płynu trwale ondulującego,
- osuszenie włosów,
- aplikacja utrwalacza,
- czas działania utrwalacza (5 minut),
- zdjęcie wałków,
- drugie utrwalenie (3-5 minut),
- spłukanie utrwalacza,
- przywrócenie naturalnego odczynu włosom i skórze głowy,
- nadanie kształtu fryzurze,
- efekt końcowy zabiegu.

### **Chemiczne prostowanie włosów**

Zabieg trwałej zmiany kształtu włosów umożliwia zmniejszenie ich objętości, rozluźnienie skrętu i wygładzenie powierzchni.

### **Przebieg zabiegu chemicznego prostowania włosów**

- diagnoza włosów i skóry głowy,
- mycie włosów i aplikacja preparatu wygładzającego powierzchnię włosów,
- podział porostu na sekcje,
- aplikacja preparatu trwale prostującego rozpoczynając od tylnej partii głowy,
- czas i kontrola działania preparatu,
- wykonanie testu węzełkowego,
- spłukanie preparatu z włosów (5-7 minut),
- suszenie włosów i zabezpieczenie ich powierzchni preparatem ochronnym tworzącym powłokę zabezpieczającą przed wysoką temperaturą,
- wygładzenie włosów prostownicą,
- nałożenie na wyprostowane włosy utrwalacza stabilizującego zmienioną strukturę włosów,
- uzyskanie efektu końcowego – gotowej fryzury.

### **III. Przykładowe zadania zawodowe w zakresie odkształcania włosów**

Przykłady fryzjerskich zabiegów odkształcania włosów:

- ondulacja chemiczna na włosach naturalnych,
- stylizacja fryzury z wykorzystaniem nietrwałego odkształcania włosów,
- ondulacja żelazkowa – papilotowanie,
- chemiczne prostowanie włosów.

*Przed przystąpieniem do zabiegu należy pamiętać o zachowaniu zasad BHP.*

#### **3.1. Podstawowe zasady bezpieczeństwa i higieny pracy**

Podstawowe zasady bezpieczeństwa i higieny pracy podczas wykonywania zabiegów odkształcania włosów:

- zakładać odzież ochronną i zabezpieczać dłonie preparatem ochronnym,
- zabezpieczyć klienta,
- nakładać jednorazowe rękawiczki ochronne przed aplikowaniem preparatu ondulującego lub prostującego,
- przestrzegać instrukcji użycia preparatów do trwałej ondulacji i chemicznego prostowania włosów, unikać kontaktu ze skórą i błonami śluzowymi,
- zakładać rękawiczki do mycia włosów,
- porządkować stanowisko pracy,
- poddawać narzędzia i przybory dezynfekcji,
- myć ręce, a po osuszeniu nanosić krem pielęgnacyjny.

#### **3.2. Przykładowa ondulacja chemiczna alkaliczna na włosach naturalnych**

Celem zabiegu jest uzyskanie naturalnego skrętu włosów naturalnych.

PREPARATY POTRZEBNE DO WYKONANIA ZABIEGU:

- szampon techniczny stosowany przed ondulacją chemiczną (stylizujący),
- proteinowy płyn,
- balsam do zabezpieczania konturów porostu,
- płyn do trwałej ondulacji,
- preparat do obniżania wartości pH preparatu ondulującego,
- neutralizator.

**Przebieg zabiegu**

- Przeprowadzić diagnozę stanu włosów i skóry głowy, wykluczyć przeciwwskazania do wykonania zabiegu.
- Delikatnie umyć włosy szamponem technicznym, bez masowania skóry głowy.
- Przed rozpoczęciem nawijania najbardziej porowate miejsca włosów zabezpieczyć tzw. proteinowym płynem.
- Podzielić włosy na sekcje i rozpocząć nawijanie włosów. Zabezpieczyć skórę wokół linii porostu balsamem nawilżającym.

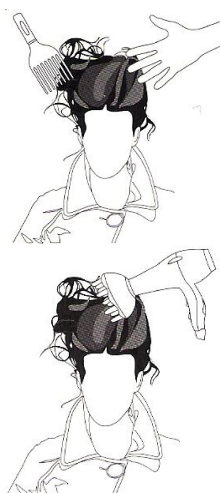
- Przeprowadzić aplikację płynu trwale ondulującego/ nałożyć płyn.
- Przeprowadzić diagnozę stanu włosów i skóry głowy, wykluczyć przeciwwskazania do wykonania zabiegu.
- Delikatnie umyć włosy szamponem technicznym (stylizującym), nie masować skóry głowy.
- Przed rozpoczęciem nawijania najbardziej porowate miejsca włosów zabezpieczyć tzw. proteinowym płynem.
- Podzielić włosy na sekcje i rozpocząć nawijanie włosów.
- Zabezpieczyć skórę wokół linii porostu balsamem nawilżającym.
- Wykonać aplikację płynu trwale ondulującego. Nakładanie płynu rozpoczyna się od środka głowy, dokładnie nasączając każdy wałek. Nasączanie musi być wykonywane małymi porcjami produktu na każdy wałek. Operację należy powtórzyć 2-3 razy unikając ściekania mieszanki na włosy.
- Sprawdzić czas i skontrolować działanie płynu. [Preparat pozostawia się na włosach do 15 minut (po 5 minutach wykonuje się kontrolę skrętu).]
- Przerwać reakcję zachodzącą we włosie płucząc włosy przez 5 minut ciepłą wodą.
- Osuszyć włosy ręcznikiem papierowym z nadmiaru wody.
- Neutralizacja - preparat nałożyć 2-3 razy na każdy wałek zaczynając od środka głowy i pozostawić na włosach na 5 minut. Po tym czasie zdjąć wałki i nałożyć neutralizator na kolejne 5 minut.
- Dokładnie spłukać.

### **3.3. Przykładowa stylizacja fryzury z wykorzystaniem nietrwałego odkształcania włosów**

Celem zabiegu jest stylizacja włosów półdługich zgodnie z aktualną modą.

#### **PREPARATY POTRZEBNE DO WYKONANIA ZABIEGU:**

- szampon i odżywka dobrana do rodzaju włosów,
- krem modelujący,
- żel mocno utrwalający,
- spray mocno utrwalający,
- lakier.



#### **Przebieg zabiegu**

- Zdiagnozować włosy
- Umyć włosy.
- Dokładnie rozprowadzić na włosach krem modelujący pomijając grzywkę.
- Układać dłońmi skręt włosów pomagając sobie grzebieniem w kształcie widelca.
- Spryskać pasma włosów sprayem mocno utrwalającym, a następnie suszyć suszarką z dyfuzorem.
- Na grzywkę nałożyć żel mocno utrwalający.



- Przytrzymując włosy na grzywce w pozycji pionowej, wysuszyć suszarką (nadmuch powietrza powinien być ustawiony na najniższym poziomie suszenia).
- Na zakończenie całość utrwalić lakierem, szczególnie przy nasadzie.

### 3.4. Przykładowa ondulacja żelazkowa – papilotowanie

Celem zabiegu jest wykonanie papilotowania z zastosowaniem prostownicy fryzjerskiej.

**PREPARATY POTRZEBNE DO WYKONANIA ZABIEGU:**

- szampon i odżywka,
- krem do włosów zwiększający objętość,
- lakier do włosów,
- nabłyszczasz – w spray'u.



#### Przebieg zabiegu

1. Diagnoza włosów i skóry głowy.
2. Mycie włosów i suszenie suszarką.
3. Naniesienie kremu do włosów zwiększających objętość.
4. Podział porostu na sekcje.
5. Przed nawinięciem pasmo należy spryskać lakierem, następnie nawinąć na palec (loczkowanie płaskie) i zawiązać folią.
6. Zaprasowywanie loczków prostownicą.
7. Ułożenie fryzury utrwalenie lakierem i spryskanie całości nabłyszczaczem.

### 3.5. Przykładowy zabieg chemicznego prostowania włosów

Wykonanie zabiegu umożliwia wygładzenie i wyprostowanie włosów oraz nadanie im jedwabistego połysku.

#### PREPARATY POTRZEBNE DO WYKONANIA ZABIEGU:

- szampon i odżywka
- krem prostujący dobrany do rodzaju włosów:
  - do włosów naturalnych i opornych,
  - do włosów po zabiegach chemicznych
- aktywator wspomagający utrwalenie nowego położenia mostków disiarczkowych.

#### PRZEBIEG ZABIEGU



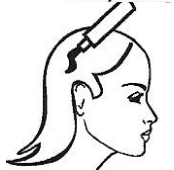
1. Diagnoza włosów i skóry głowy.
2. Mycie włosów szamponem.



3. Strzyżenie włosów – nadanie fryzurzeżądanego kształtu. Należy pamiętać, że włosy po zabiegu będą dłuższe.



4. Suszenie włosów.



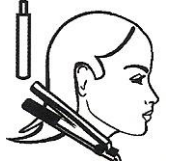
5. Aplikacja na włosy kremu prostującego. Czas i kontrola działania preparatu. Na tym etapie zabiegu dochodzi do zmiany położenia mostków disiarczkowych w korze włosa.



6. Mycie szamponem, nałożenie odżywki.



7. Suszenie włosów.



8. Aplikacja aktywatora wspomagającego utrwalenie nowo powstałej struktury i wygładzanie mechaniczne pasm włosów prostownicą.

## IV. Literatura

1. Pr. Zbiorowa pod redakcją Sumirskiej Z., *Nowoczesne fryzjerstwo*, 2-gie wydanie, P.P.H.U. "SUZI", Warszawa 2010
2. Praca zbiorowa pod redakcją Sumirskiej Z., *Stylizacja kolor, forma, styling*, P.P.H.U. "SUZI", Warszawa 2004
3. Pr. pod redakcją Sumirskiej Z.: *Fryzjerstwo damskie*, Warszawa 2008
4. Podręcznik stylisty Artego
5. Styling – kreatywna stylizacja Hair Manya Kemon