KIT

Cabina *Blindada*

Lo que nadie te revisa... hasta que pasa algo.



5 hojas para imprimir y tener a la mano en tu cabina.

Por **Lucía Pino** · Método LUMA™

HOJA 1 · FRENTE

Limpiar, desinfectar, *esterilizar*

No son lo mismo. Y el orden importa: primero limpias, después desinfectas.

No son lo mismo. Y el orden importa: **primero limpias, después desinfectas.** Si no limpias primero, el desinfectante no llega a los microbios, porque la grasa y los restos de crema los protegen.

1

Limpiar

PARA QUÉ SIRVE

Quitar la mugre que se ve: aceite, crema, piel muerta. No mata microbios.

CON QUÉ

Agua y jabón o detergente

2

Desinfectar

PARA QUÉ SIRVE

Matar la mayoría de microbios en camilla, superficies, equipos y frascos

CON QUÉ

Hipoclorito (cloro), alcohol al 70% o amonio cuaternario de quinta generación

3

Esterilizar

PARA QUÉ SIRVE

Matarlo todo. Para lo que puede cortar o tocar piel abierta

CON QUÉ

Instrumental metálico en autoclave

La cuenta del *cloro*

Cloro que necesitas = (concentración que quieres × cantidad que vas a preparar) ÷ concentración de tu cloro

Ejemplo: quieres 1 litro (1.000 ml) a **1.000 ppm** para superficies de rutina, y tu cloro dice 5% en la etiqueta (5% = 50.000 ppm).
(1.000 × 1.000) ÷ 50.000 = **20 ml de cloro + 980 ml de agua**

Derrames de sangre o fluidos: suele usarse más fuerte, 5.000 ppm = **100 ml de cloro + 900 ml de agua**.

Tu cuenta: (____ × ____ **) ÷** ____ **=** ____ **ml de cloro**

Confirma la concentración y el tiempo de contacto con tu secretaría de salud o el fabricante. Prepáralo fresco, guárdalo en envase oscuro y nunca lo apliques sobre superficies sucias.

HOJA 1 · REVERSO

Cada *cuánto*

El orden importa: primero limpias, después desinfectas.

QUÉ	CUÁNDO	CÓMO
Tus manos	Antes y después de tocar a cada clienta	Lavado con jabón, mínimo 20 segundos
Guantes	En cada procedimiento	Nuevos por clienta; cámbialos si se rompen
Camilla y superficies	Entre cada clienta	Limpiar y después desinfectar
Toallas y sábanas	Entre cada clienta	Una por clienta, directo a la canasta de ropa sucia
Instrumental metálico	Después de cada uso	Esterilizar
Uniforme	Todos los días	Solo para la cabina, no sale a la calle
Residuos con fluidos	Al terminar cada sesión	Bolsa roja
Agujas, cuchillas, lancetas	Al terminar cada uso	Guardián rígido

HOJA 2

Checklist del *consentimiento* informado

Si tu papel no tiene esto, una firma sola no te protege.

- [ ] Datos de tu negocio y datos de la clienta, con un contacto de emergencia
- [ ] Qué tratamiento le vas a hacer: zonas, número de sesiones, técnicas y productos
- [ ] Sus antecedentes de salud, preguntados uno por uno (los ves en la hoja 3)
- [ ] Qué puede pasar: enrojecimiento, sensibilidad, morados leves
- [ ] Las señales de alarma para que te avise: dolor fuerte, fiebre, alergia, herida o un enrojecimiento que no se quita
- [ ] Lo que le toca a ella: cuidados en casa, avisar si cambia de medicamento, respetar la frecuencia
- [ ] Que los resultados dependen de cada cuerpo y no están garantizados
- [ ] Que puede retirar su permiso cuando quiera
- [ ] Su permiso para las fotos, aparte (lo ves en la hoja 5)
- [ ] Firma de las dos y fecha, antes de la primera sesión

HOJA 3

Las *preguntas* antes de tocar

No preguntes “¿toma algo?”. La clienta no sabe qué es importante para ti.

Pregunta por nombre:

- [ ] ¿Está embarazada, puede estarlo o está lactando?
- [ ] ¿Toma aspirina, anticoagulantes o algo “para la sangre”?
- [ ] ¿Tiene diabetes?
- [ ] ¿Tiene la presión alta?
- [ ] ¿Tiene problemas de tiroides?
- [ ] ¿Tiene várices o ha tenido trombosis o coágulos?
- [ ] ¿Se ha operado hace menos de 3 meses?
- [ ] ¿Tiene marcapasos o prótesis metálicas en la zona?
- [ ] ¿Tiene implantes o rellenos en la zona?
- [ ] ¿Está en tratamiento por cáncer?
- [ ] ¿Tiene alguna enfermedad de la piel activa?
- [ ] ¿Es alérgica al látex o a algún cosmético?
- [ ] ¿Tiene alguna enfermedad autoinmune o epilepsia?

Vuelve a preguntar antes de cada paquete nuevo. Las clientas cambian de medicamento y no avisan.

HOJA 4

Mira, toca, pregunta, *conecta*

La ficha guarda datos. La consulta los convierte en decisiones.

1 *Mira.*

De frente, de lado y de espalda. ¿Dónde se acumula? ¿Cómo es su postura? ¿Hay manchas, cicatrices o lunares? **Anótalos antes de tocar.**

2 *Toca.*

¿El tejido está frío o caliente? ¿Blando, firme o compacto? ¿Liso, irregular o con nódulos? ¿Retiene líquido?

3 *Pregunta.*

¿Desde cuándo le pasa? ¿Qué ya probó y cómo le fue? ¿Cómo duerme, cuánto se mueve, cuánta agua toma?

4 *Conecta.*

¿Qué está pasando en este cuerpo? ¿Qué va primero? ¿Qué le puedo prometer y qué no?

Notas de la consulta:

HOJA 5

Checklist del *antes* y después

La foto es de la clienta. Tú solo la tomaste.

- [ ] Permiso escrito y firmado antes de la primera foto
- [ ] Ella marcó cuál permiso da: solo para seguimiento, para redes sin que se le vea la identidad, o ninguno
- [ ] Sin cara, tatuajes, lunares únicos, piercings ni fondos que la delaten (tu cabina también la delata)
- [ ] Misma luz, misma posición y misma distancia en el antes y en el después
- [ ] Guardadas en una carpeta segura, no revueltas en tu galería o en WhatsApp
- [ ] Antes de publicar, la vuelves a mirar buscando cualquier seña que la identifique

En Colombia, una foto que identifica a alguien es un **dato personal** y la protege la **Ley 1581 de 2012**. Si estás en otro país, revisa la ley del tuyo.

Una cabina blindada no es la que pasa la inspección. Es la que *protege* a quien entra en ella.

Esto es una parte de lo que trabajo en el **Tomo 1 del Método LUMA™**.



MÉTODO LUMA™

No viniste a aplicar técnicas. *Viniste a resolver problemas o necesidades.*

En la página del Método LUMA™ encuentras el **Tomo 1 · Aprende a personalizar tratamientos estéticos**, el **Tomo 2 · Marca personal y consultoría estética** y toda la ruta del método.

Entrar a la página del Método LUMA™ →

lumaestetic.com/metodo-luma

Escanéalo con tu celular

Blog de Método LUMA™

Más artículos y recursos gratis de estética corporal.

lumaestetic.com/entradas-blog

@lumaestetic.lucia

Para la esteticista que resuelve, no solo aplica técnicas.

instagram.com/lumaestetic.lucia

@lumaestetic.lucia