

CRIS MARQUES

# 5 protocolos estéticos

EFICIENTES E ECONÔMICOS



[esteticistacomovoce.com.br](http://esteticistacomovoce.com.br)



[@esteticistacomovoce](https://www.instagram.com/esteticistacomovoce)

# Sumário

<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>3</b>
<b>DIMINUIÇÃO DA CELULITE E RETENÇÃO DE LÍQUIDOS .....</b>	<b>4</b>
<b>PROTOCOLO GORDURA LOCALIZADA E CELULITE .....</b>	<b>7</b>
<b>PROTOCOLO LIMPEZA DE PELE PROFUNDA.....</b>	<b>9</b>
<b>PROTOCOLO NUTRIÇÃO CELULAR.....</b>	<b>11</b>
<b>PROTOCOLO DESINTOXICAÇÃO FACIAL .....</b>	<b>13</b>

# INTRODUÇÃO

Eu sou a Cris Marques do portal Esteticista como você e eu resolvi escrever este livro para ajudar a você que é profissional ou que pensa em iniciar uma carreira na estética.

Este ebook é para ajudar profissionais de estética que precisam de ideias para diminuir seus custos com os atendimentos e mesmo assim alcançar excelentes resultados, diversificar os seus protocolos e ajudar iniciantes ou estudantes na área.

Primeiro, eu gostaria de te dizer que é possível sim atender uma grande quantidade de clientes sem a necessidade de fazer um alto investimento em uma infinidade de aparelhos e produtos.

Para tanto, é muito importante que você continue estudando a fisiologia humana e principalmente cosmetologia, dessa forma não se prenderá a protocolos prontos de empresas.

Muitos princípios ativos eficientes são encontrados em produtos para uso profissional ou até para cliente final, e que são vendidos em perfumarias ou farmácias num valor bem mais acessível. E, se você não quer que a sua cliente veja a marca do produto que você está usando porque acha que ela vai correndo lá na perfumaria saber o preço, tenho uma forma simples de resolver isso:

Use embalagens e acondicione somente a quantidade necessária para os atendimentos diários.



Saiba que mesmo sem uma vasta experiência em atendimentos estéticos, apenas com um produto como um creme de massagem corporal ou facial, você já consegue cativar e fidelizar clientes, por que hoje em dia quem não gosta de ter curvas acentuadas? Quem não gosta de um relaxamento e de ter um rosto descansado e rejuvenescido? Por isso, se você ainda não iniciou os seus atendimentos a clientes por medo, insegurança ou está esperando o momento ideal para comprar aparelhos e diversos cosméticos, saiba que você está perdendo tempo.

A seguir eu vou recomendar ideias de protocolos que não necessitam de tanto investimento.

Então vamos a eles!

Boa leitura.

# DIMINUIÇÃO DA CELULITE E RETENÇÃO DE LÍQUIDOS



Se você já aprendeu a fazer uma drenagem deslizante, aquela que não é para ser aplicada no pós-operatório, e sim na cliente que sofre com retenção e celulite, pode optar por cremes mais baratos do que aqueles vendidos por marcas mais famosas. O que você precisa se atentar, é quanto aos princípios ativos contidos no produto.

O Creme D'água Natural com cafeína contém 7 ativos e possui um bom deslizamento.

Raavi ou Flér são marcas que você pode encontrar nas perfumarias, possuem ótimo deslizamento e contém ativos como cafeína, gengibre, castanha da Índia e compostos naturais para uma boa drenagem corporal, e o melhor de tudo, o valor é bem acessível.

Já um bom esfoliante antes da massagem pode ser encontrado também em perfumaria, como o da marca Hidramais. É eficiente e bem econômico.

Por fim, neste protocolo para celulite, terminar com um gel crioterápico somente nos glúteos, é um bom aliado. Também pode ser da D'água Natural, Hidramais, Flér ou Raavi.

Todas essas marcas são boas quanto ao gel crioterápico. O gel vai causar uma vasoconstrição e uma diminuição da temperatura local fazendo com que o metabolismo celular fique mais acelerado.

Agora, vamos seguir os passos:

1. Aplique esfoliação no corpo todo. Retire os grânulos apenas com uma toalhinha. Forre a maca com um plástico ou vire o lençol ao contrário para que a cliente não se deite novamente nos grânulos do esfoliante.
2. Escolha o creme e faça movimentos de massagem drenante ou drenagem deslizante em todo o corpo, mantendo o maior tempo da massagem nos locais desejados. Não esqueça de estimular todos os gânglios linfáticos.
3. Finalize o protocolo aplicando uma fina camada de gel crioterápico somente na região dos glúteos para diminuir a celulite e não causar hipotermia. Não remova o gel. Aplique com a ajuda de uma luva até total absorção.

**Obs.: A esfoliação pode ser feita a cada 15 dias.**

**Indicação: 10 sessões (2 x por semana).**

Veja a seguir uma ótima opção para diminuir medidas, acelerar a perda de gordura e ainda diminuir a terrível celulite.

Estou falando da massagem modeladora, que é uma ótima aliada nos cuidados com a diminuição de medidas e gordura localizada. Apenas com a ajuda de um lençol térmico metalizado que tem um custo baixo, você consegue entregar excelentes resultados.

O lençol térmico metalizado pode ser encontrado em lojas de materiais cirúrgicos ou no mercado livre, pela internet.



O uso prévio de um fluído neste protocolo aumenta os benefícios. Pode ser lipotérmico, termoativo ou liporredutor

Esse fluído é encontrado em perfumarias, e eu recomendo o de Pimenta Negra que é um ativo mais natural do que o nicotinato de Metila.

A Hidramais e a Raavi produzem esse produto bem baratinho. Você encontra também da Phytobeuty com um valor bem acessível pela internet e com maior quantidade do produto.

Todas essas opções são encontradas num valor bem acessível.

# PROTOCOLO GORDURA LOCALIZADA E CELULITE

Então vamos a mais este protocolo corporal:

1. Aplicar esfoliação somente nos locais desejados
2. Aplicar fluído termoativo somente nos locais afetados pela gordura localizada e pela celulite.
3. Após a aplicação do fluído, massagear com o creme promovendo movimentos de modeladora na parte interna dos braços, abdome, cintura, culote e quadril.

Estes são os principais locais afetados.

4. Aplicar mais uma camada do mesmo creme que foi feita a modeladora e deixar em repouso com o lençol térmico cobrindo todo o corpo por 20 minutos.

5. Obs.: Neste caso, é importante a esfoliação localizada em todas as sessões para promover maior penetração do termoativo, alcançando boa vasodilatação local e potencializando a efetividade dos ativos cosméticos para diminuição da gordura localizada.

**Indicação: 10 sessões (2 x por semana).**

Agora, vamos falar um pouco a respeito de tratamentos faciais, que são muito procurados por clientes.

Para uma boa limpeza de pele, o principal produto que realmente devemos investir na marca e que vale a pena, é a loção emoliente. Já que é ela que vai facilitar o seu trabalho de extração de todas as sujidades da pele.

Já os outros produtos, e principalmente a fonte de calor para ajudar na emoliência da pele podem ser substituídos por outros produtos semelhante, porém muito eficazes.

O vapor de ozônio também pode ser facilmente substituído.

A máscara térmica pode ser adquirida pela internet ou mesmo em grandes perfumarias, e substituem com louvor o vaporizador.

O sabonete líquido para iniciar com a higienização, o esfoliante facial e o tônico adstringente podem ser encontrados em duas marcas bastante econômicas. São elas: Nupill e Higiporo.

Os produtos são bons e em nada ficam devendo para os profissionais voltados para esteticistas.



As loções emolientes mais em conta você encontra da Vitaderm, Phytotratha e Vedis.

Para máscara calmante, é bom que você dê uma boa pesquisada na internet, já que são inúmeros valores e marcas diferentes.

O aparelho de alta frequência é indispensável para a limpeza de pele e os portáteis oferecem valores bem acessíveis. Basta realizar uma pesquisa na internet.



# PROTOCOLO LIMPEZA DE PELE PROFUNDA

1. Higienização com sabonete líquido
2. Esfoliação suave
3. Aplicação de loção tônica adstringente
4. Embeber algodão em loção emoliente e deixar sobre a pele
5. Colocar a máscara térmica por 15 a 20 minutos
6. Promover a extração com os devidos EPI's
7. Fazer uso do alta frequência
8. Aplicar máscara calmante por 20 minutos
9. Finalizar com o filtro solar de efeito mate ou oil free.

Você também pode aplicar um tratamento simples, porém muito efetivo para promover uma pele facial linda, luminosa, diminuindo rugas e linhas, convém optar por um protocolo bem econômico.

Siga os 3 primeiros passos de higienização anterior (Limpeza de pele) e então escolha um sérum com ácido hialurônico. Você pode pesquisar no site do mercado livre ou sites de importados por preços bem acessíveis.



Finalize com uma máscara nutritiva. A melhor opção para baixar o seu custo é usar aquela descartável que promove excelente hidratação. Você encontra também pela internet ou em farmácias.

Veja os exemplos de máscaras a seguir:



# PROTOCOLO NUTRIÇÃO CELULAR

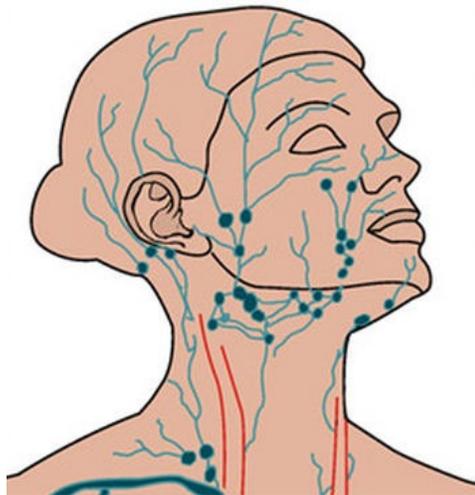
Siga o passo a passo a seguir e promova uma hidratação com efeito antiaging na pele.

1. Aplicar sabonete líquido com movimentos circulares e remover com algodão e água
2. Esfoliar a pele com esfoliante suave facial
3. Aplicar loção tônica de acordo com o tipo de pele
4. Aplicar o sérum de ácido hialurônico e pedir para a cliente segurar o saturador com o alta frequência. A profissional deve fazer movimentos de dedilhamento no rosto da cliente para penetrar o produto na pele.
5. Repousar a pele por 15 a 20 minutos na máscara calmante
6. Finalizar com a aplicação do mesmo sérum de ácido hialurônico e filtro solar facial.

Uma excelente alternativa para melhorar a pele acneica, diminuir a oleosidade, suavizar bolsas e edemas é trabalhar com desintoxicação facial. É um procedimento econômico e com ótimos resultados.

O processo do preparo da limpeza, ou seja, higienização da pele é sempre o mesmo. Higienização, esfoliação e tonificação.

Promover movimentos de drenagem linfática facial fazem com que o estímulo acelere o metabolismo celular e o fluxo do sistema linfático.



Juntamente com a aplicação de argila, faz-se todo um completo processo de desintoxicação. A argila pode ser aplicada em pó, misturada em um pouco de água filtrada ou mineral para fazer uma “pasta” que servirá como máscara facial.

A argila em pó é mais pura do que aquelas que já vêm prontas.

As argilas contêm silicato de alumínio, dentre outros ativos que beneficiam o clareamento da pele, além da desintoxicação celular.



É um produto de baixo custo e com grandes benefícios.

A argila em pó pode ser encontrada na média de R\$ 20,00 na quantidade de meio quilo à um quilo.

# PROTOCOLO DESINTOXICAÇÃO FACIAL

E agora, vamos seguir os passos para promover a desintoxicação facial:

1. Higienização com sabonete líquido
2. Esfoliação suave
3. Tonificação com loção adstringente
4. Promover movimentos de drenagem linfática facial
5. Aplicar com a ajuda de um pincel argila verde para acne e bolsas ou argila branca para manchas de acne.
6. Misturar o pó da argila com água até formar uma pastinha. Deixar na pele por 20 minutos.
7. Remover a máscara de argila com algodão e água e finalizar com filtro solar para peles oleosas.

A argila verde tem o poder secativo para acne e a branca tem o poder de “sugar” o excesso de melanina causado por manchas pós inflamatórias, ou seja, aquelas manchinhas que foram causadas pela acne.

Após ler este ebook, você não terá mais desculpas, poderá trabalhar com estética mesmo sem grandes recursos.

Fique por dentro de todos os artigos e baixe ebooks gratuitos em [www.esteticistacomovoce.com.br](http://www.esteticistacomovoce.com.br)

E também recomendo que me siga nas redes sociais!



@esteticistacomovoce



/esteticistacomovoce



/esteticistacomovoce

Tenho um presente para você!

Se você tem interesse em se especializar em Drenagem Linfática Pós Operatório, Gestantes e também a massagem tradicional para retenção de líquidos e celulite, deixo aqui um cupom de desconto de 20% no meu Curso Online de Drenagem Linfática.

Basta você clicar no link abaixo e no momento de finalizar a sua matrícula, informe esse código na tela de pagamento:

<https://esteticistacomovoce.com.br/matriculas-drenagem-linfatica>

**DESC20**

Te desejo muito sucesso!

Cris