REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE
MINISTERE DE LA FORMATION ET DE l'ENSEIGNEMENT PROFETIONNELS
INSTITUT DE LA FORMATION ET DE l'ENSEIGNEMENT PROFETIONNELS
BIRKHADEM - ALGER

Manuel du stagiaire réalisé dans le cadre de la formation

Complémentaire préalable à la promotion de

PSFEP 1

Spécialité: COIFFURE ESTHETIQUE

Niveau : 05

Module: 09

REALISATION DES SOINS ESTHETIQUES DES PIEDS



Réalisé par :

- **Mme AZZOUZ Dalila.**
- **Mme BENYAHIA Nadia.**
- **Mme ANANE Yasmina.**

Février 2018

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Equipe de réalisation

- **Mme ANANE YASMINA :** P.F.P en Coiffure – esthétique au C.F.P.A Garidi Kouba .Willaya D'Alger, en formation complémentaire préalable au P.F.S.E.P $_1$.

- **Mm AZZOUZ DALILA :** P.F.P en Coiffure – esthétique au C.F.P.A Allouche Mohamed de Douéra , Willaya D'Alger, en formation complémentaire préalable au P.F.S.E.P $_1$.

- **Mm BEN YAHIA NADIA :** P.F.P en Coiffure – esthétique au C.F.P.A de Draria Willaya D'Alger, en formation complémentaire préalable au P.F.S.E.P $_1$.

Remerciements

Nous remercions DIEU, source de toute connaissance, de nous avoir donné la force et le courage afin d'accomplir ce travail.

Nous remercions également tous ceux qui nous ont aidés à réaliser ce manuel.

.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Titre **page**

Avant- propos
Fiche de Présentation de la profession
Fiche de présentation du module qualifiant

CHAPITRE 01 : Notions d'anatomie, de dermatologie et de morphologie du pied et de l'ongle.

Introduction……..…….……..…...16

1.1. Anatomie du pied et de la demi- jambe
1.1.1. Ostéologie du pied et de la demi - jambe…….....……....16
1.1.2. Les muscles du pied et de la demi- jambe…….....17
1.1.3. Vascularisation et innervation du pied et de la demi- jambe…….....18
1.1.3.1. Vascularisation du pied et demi jambe……..……..18
1.1.3.2. Innervation du pied et demi -jambe……..……..….20
1.2.Anatomie de l'ongle……...…...21
1.2.1. Histologie de l'ongle……..…..……...21
1.2.2. Physiologie de l'ongle…….……..….21
1.2.3. Vascularisation et innervation de l'ongle…….....22
a -Vascularisation de l'ongle……..……..…22
b - Innervation de l'ongle ……..……..……23
1.2.4. Exercices d'application ……...……...……...23
1.3. Morphologie et Structure du pied ……....24
1.3.1. Morphologie du pied……..…..…….....24
1.3.2. Différents types et formes de pieds ……...…….24
a)- Diffèrent types de pieds…….....….24
b)- Forme d'empreinte de pieds …….....25
1.4. Les affections et imperfections de la peau des pieds et de la demi - jambe……..……...26
1.4.1. Les affections de la demi -jambe et du pied……..…...26
1.4.2. Les affections de l'ongle……..……..…….....28
1.4.3. Exercices d'application ……...……..…….....30
1.5.Résumé…….……..…....31
1.6.Exercice de synthèse……..…....32

CHAPITRE 02: Préparation du poste de travail et de la cliente pour les soins esthétiques des pieds

Introduction…….……..…....33

2.1. Description, fonctionnement et présentation du mobilier, du matériel outillage linge et appareillages pour un soin esthétique des pieds …….....33

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2.1.1. Description du mobilier…….....34
2.1.2. Description du matériel et outillage……..……...…….....36
2.1.3 . Description et présentation du linge ……..……..……....….....41
2.1.4. Description fonctionnement et présentation de l'appareillage…….....43
2.1.5 . Exercices d'application ……..……..…..…….....48
2.2. Les produits cosmétiques utilisés pour les soins esthétiques des pieds 49
2.2.1-Description et utilisation des différents produits cosmétiques pour les soins esthétiques des pieds…….....49
2.2.2- Les produits de soins…….....51
2.2.3 - Les produits d'embellissements ….. ……...….54
2.3. Préparation et installation de la cliente pour un soin esthétique des pieds et de la demi –jambe : …….....…….56
2.3.1. Préparation de la cliente……...……...……56
2.3.2. Installation de la cliente ……...……...……56
2.3.3. Exercice d'application …….……56
2.3.4. Exercice pratique ……..……..58
2.4. Résumé……...59
2.5. Exercices de synthèse……...…...…...60

CHAPITRE 03: Les différentes étapes d'un soin esthétique des pieds.

Introduction……...……...…61
3.1 Méthode d'exécution d'un soin du pied et de la demi –jambe……...61
3.1.1 - Asepsie des pieds de la cliente……...…….....…61
3.1.2 - Démaquillage des ongles des deux pieds……..….62
3.1.3 - Diagnostique des pieds et des ongles: fiche cliente…….....63
3.1.4 - Exercice d'application ……...……...66
3.1.5 - Exercice pratique…….....…….…...67
3.2 Les techniques d'un soin esthétique du pied et de l'ongle……...……....68
3.2.1. Coupe et limage des ongles…….…....…….68
3.2.2. Trempage et brossage des ongles……....…….69
3.2.3. Application de l'huile ou crème fortifiante……..……..….69
3.2.4. Ponçage des callosités et rugosités……..…..…….....70
3.2.5. Application de la crème émolliente……...……..……....71
3.2.6. Repoussage des cuticules et coupe des envies……..…….....71
3.2.7. Les différentes techniques manuelles du modelage du pied et la demi- jambe ……....…..... 72
3.2.8. Méthode d'exécution du modelage du pied et de la demi- jambe..…….....73
3.2.9 .Exercice d'application …….....77
3.2.10. Exercice pratique……...……...77

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.3 - Étapes finales d'un soin esthétique des pieds……..…….....78
3.3.1. Dégraissage et nettoyage des ongles…….....78
3.3.2 Blanchissement du bord libre des ongles……..….....78
3.3.3. Polissage des ongles……...……...79
3.3.4. Application de la base de vernis……....….....79
3.3.5. Maquillage des ongles :…….....80
3.3.6. La french pédicure……..80
3.3.7. La décoration des ongles……81
3.3.8. Exercices d'application ……..……...82
3.3.9. Exercices pratiques……..….....83
3.4 .Résumé…….....84
3.5 - Exercices de synthèses ……..……..85

CHAPITRE 04 : Les soins particuliers des pieds et de la demi-jambe.

Introduction……..……...…….....87
4.1. Le gommage du pied et de la demi- jambe…….…….....87
4.1.1. Définition et but du gommage…….....87
4.1.2. Méthode d'exécution……..……...….....87
4.1.3. Exercices d'application ……..……...…....88
4.1.4 .Exercices pratiques……...…...…...89
4.2. Le masque……..……...….....90
4.2.1. Définition et but du masque……...……...….....90
4.2.2. Méthode d'exécution…….....……..…….....90
4.2.3 Exercices pratiques ……..……..…….....91
4.3. La paraffine……..…….91
4.3.1. Définition et but de l'enveloppement paraffine…..…….....91
4.3.2 - Méthode d'exécution……..……..…….....92
4.3.3. Exercice d'application ……..……...….....93
4.3.4. Exercice pratique ……..……...……...….....94
4.4. La pédicure tiède……..……...…...95
4.4.1. Définition et but de la pédicure tiède……..….....95
4.4.2. Méthode d'exécution……..……....95
4.5- Définition de la Fiche technique : beauté des pieds……...…….....…….....96
4.5.1-Etat des pieds …….....96
4.5.2- Modèle de la fiche technique……..97
4.6. Résumé ……..… …….....101
4.7 Exercices de synthèses……...……....102

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Résumé Générale…….....…….....104

Activité de Synthèse…….…….....105

Grille d'évaluation ……..……..…..……....108

I. Bibliographie.

II. Annexe A: Corrigé des exercices théoriques.

III. Annexe B: Traduction des éléments du module en éléments du manuel.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Avant-propos

Depuis la nuit des temps, l'hygiène corporelle joue un rôle important dans la vie en société.

De la tête aux pieds, en passant les différentes parties du corps, l'on se doit de veiller à un entretien régulier que cela soit pour l'esthétique, mais aussi et surtout pour une bonne santé.

Parmi les parties exposées à ce regard de la société figurent les pieds.

Le métier d'esthéticienne est très attirant pour celui ou celle qui aime les contacts humains et qui désire vivre dans un cadre agréable, confortable et esthétique.

Il exige de très bonnes aptitudes techniques et artistiques mais aussi des qualités physiques :

- Habileté manuelle.
- Aisance technique et technologique.
- Sens relationnel développé.
- Résistance physique.

Elle doit avoir des qualités psychologiques et morales, vu qu'elle est en contact permanent avec une clientèle diversifiée.

Vous trouverez dans ce manuel quatre (04) chapitres :

- **Le premier chapitre**: vous aurez à apprendre certaines connaissances de base en anatomie, dermatologie et morphologie de la demi- jambe, du pied et des ongles.
- **Le deuxième chapitre** : On vous présentera l'agencement et les caractéristiques d'un poste de travail, ainsi que la préparation et l'installation de la cliente.
- **Le troisième chapitre** : vous définirez les différentes étapes d'une pédicure.
- **Le quatrième chapitre :** comprendra essentiellement les soins particuliers.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

DONNEES GENERALES SUR LA PROFESSION

1. PRESENTATION DE LA PROFESSION :

1.1. Dénomination de la profession : Coiffure Esthétique

1.2. Définition de la profession :

La coiffeuse esthéticienne est une professionnelle qui assure les soins du cheveu et du cuir chevelu, du visage et du corps.

Elle accueille la cliente, la conseille, embellit, embellit, entretient, corrige et transforme l'aspect cutané du visage, du corps et la qualité des cheveux.

2. CONDITIONS DE TRAVAIL :

2.1. Lieu de travail :

- Salon de coiffure.
- Institut de beauté.
- Télévision.
- Théâtre.
- Centre de repos.
- Centre de vieillesse.
- Hôpitaux.
- Boutique de produits cosmétiques.
- Centre de remise en forme.

2.2. Caractéristiques physiques :

- Bonne constitution physique.

2.3. Risques et maladies professionnelles :

- Risque de varices
- Risque d'allergie
- Risque de déformation de la colonne vertébrale

2.4. Contacts sociaux :

- Patrons.
- Clientèle.
- Collègues de travail.
- Contrôleurs.
- Représentants commerciaux.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3. EXIGENCES DE LA PROFESSION

3.1. Physiques :

- Bonne constitution physique

3.2. Intellectuelles :

- Bon niveau intellectuel

3.3. Contre indications :

- Handicap moteur
- Mal de dos
- Maladie transmissible
- Maladie respiratoire

4. RESPONSABILITE DE L'OPERATEUR :

4.1. Matérielle :

- Bien entretenir les appareils et stériliser régulièrement l'outillage

4.2. Décisionnelle :

- Peut prendre des décisions relatives à l'exercice de son métier

4.3. Morale :

- Avoir une conscience professionnelle

4.4. Sécurité :

- Sur soi et le matériel mis à sa disposition
- Adapter des normes de sécurité adéquate

5. POSSIBILITE DE PROMOTION :

5.1. Cadre réglementaire :

- La coiffeuse esthéticienne a pour statut : selon le statut en vigueur

5.2. Accès aux postes supérieurs :

- Coiffeuse esthéticienne expérimentée :

⇥ Par expérience professionnelle.

⇥ Par formation spécifique.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

6. FORMATION :

6.1. Conditions d'admission : Niveau : 3ème année secondaire

6.2. Durée de la formation :

- 30 mois dont 06 mois de stage pratique en milieu professionnel

6.3. Niveau de qualification : Niveau (V)

6.4. Diplôme : Brevet de Technicien Supérieur.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

FICHE DE PRESENTATION DE MODULE QUALIFIANT

Spécialité : Coiffure esthétique
Intitulé du module : Réalisation des soins esthétiques des pieds
Code : MQ9
Durée : 51 h

Comportement attendu :

A l'issue de ce module, le stagiaire doit être capable de réaliser des soins esthétiques des pieds.

Conditions d'évaluation :

A partir de :

- Modèle vivant
- Guide et manuel de technologie

A l'aide de :

- Poste de travail
- Fauteuils
- Serviette
- Coussin
- Peignoir
- Petit meuble spécial pour les soins esthétiques des pieds
- Loupe
- Lumière de Wood
- Produits cosmétiques pour les soins esthétiques des pieds
- Coton brosse
- Bassine spéciale pieds
- Pierre ponce
- Râpe
- Pince à ongles pour pieds
- Pince à envies
- Repoussoir
- Limes pour ongles de pieds
- Pied de biche
- Eau oxygénée
- Bâtonnets en buis

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- Polissoir
- Thalasso pieds
- Base de protection
- Durcisseur
- Vernis de couleur (opaque, nacré)
- Vernis fixateur
- Ecarte orteils
- Produits cosmétiques pour soins spécifiques
- Brosses rotatives
- Eponge
- Pinceaux
- Papier absorbant
- Cellophane
- Pansements et colle spécifique
- Petite paire de ciseaux
- Outil informatique

Critères généraux de performance :

- Préparation adéquate du poste de travail
- Respect des règles d'hygiène et de sécurité
- Respect et maîtrise des différentes techniques des soins esthétiques des pieds
- Choix adéquat des produits.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Objectifs intermédiaires	Critères particuliers de performance	Eléments contenus
• **Préparer le poste de travail**	• Préparation adéquate du poste de travail • Eclairage adéquat du poste de travail • Respect des règles d'hygiène et de sécurité	• Caractéristiques du poste de travail pour un soin esthétique des pieds • Description, fonctionnement et présentation du matériel, de l'outillage, de l'appareillage et du mobilier nécessaires pour réaliser un soin esthétique des pieds.
• **Préparer et installer la cliente pour les soins esthétiques des pieds.**	• Préparation et installation appropriées de la cliente • Respect des règles d'hygiène et de sécurité • Respect du confort de la cliente.	• Démonstration et installation du poste de travail pour un soin esthétique des pieds • Caractéristiques de la manière de préparer et installer la cliente à recevoir un soin esthétique des pieds.
• **Examiner les pieds et les ongles**	• Observation et examen minutieux. • Respect des règles d'hygiène et de sécurité. • Utilisation correcte des appareils. • Manipulation correcte de l'outil informatique.	• Etude sur la morphologie des pieds • Caractéristiques sur la forme et la qualité de l'ongle de pied • Connaissances sur les affections de la peau des pieds et les affections de l'ongle • Examen complet de la peau des pieds et de la qualité des ongles • Démonstration et

		méthode d'exécution de la manière d'examiner la peau des pieds et des ongles • Démonstration et méthode d'exécution de réalisation de la fiche d'observation et de la fiche cliente
➧ **Effectuer les étapes préliminaires d'un soin esthétique des pieds**	• Respect des règles d'hygiène et de sécurité • Respect et maîtrise des différentes techniques • Choix et application adéquate des produits	• Définition et but des soins esthétiques des pieds. • Démonstration et méthode d'exécution sur les techniques des étapes préliminaires • Démaquillage des ongles à l'aide du coton et du dissolvant • Coupe des ongles à l'aide de pince à ongle spécifique • Limage des ongles avec une lime spécifique au limage des ongles de pieds.

• **Effectuer les différentes étapes du modelage des pieds et de la demi- jambe** • **Effectuer les étapes finales d'un soin esthétique des pieds**	• Respect du déroulement du modelage. • Maîtrise des différentes techniques manuelles • Choix et application du produit. • Respect des règles d'hygiène et de sécurité. • Maîtrise des différentes techniques • Parfaite exécution de l'application du vernis. • Respect du déroulement des étapes finales d'un soin esthétique des pieds.	• Trempage et brossage des ongles soignés • Ponçage des callosités et rugosités à l'aide de pierre ponce et râpe spécifique • Massage du bourrelet de l'ongle avec l'huile nourrissante • Repoussage des cuticules à l'ide de la pince à envies et du bâtonnet en buis, et le repoussoir et le pied de biche. • Définition et but du modelage de la demi-jambe et du pied • Démonstration et méthode d'exécution des différentes techniques manuelles du modelage des pieds et de la demi-jambe. • Démonstration et méthode d'exécution des étapes finales d'un soin esthétique des pieds • Blanchissement du bord libre de l'ongle avec de l'eau oxygénée 10 V • Polissage des ongles avec le polissoir

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

		• Application de la base ou d'un durcisseur sur les ongles. • Maquillage des ongles avec un vernis de couleur (opaque ou nacré) selon la forme de l'ongle.
• **Effectuer un soin particulier des pieds et de la demi- jambe**	• Choix adéquat des produits • Maîtrise des techniques d'application • Respect des règles d'hygiène et de sécurité	• Définition et but du gommage • Les soins particuliers du pied et de la de mi-jambe • Démonstration et méthode d'exécution des techniques du gommage • Définition et but du masque dans un soin particulier des pieds et de la de mi-jambe • Démonstration et méthode d'exécution des techniques d'application du masque • Définition, rôle et but de l'enveloppement de paraffine sur les pieds et les demi-jambes • Démonstration et méthode d'exécution.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Introduction :

Le pied est une partie du membre inférieur de l'homme qui en constitue son extrémité distale. Il est relié à la jambe par l'articulation de la cheville. Il porte le poids du corps en position debout et permet la locomotion. Il a ainsi un rôle d'équilibre, d'amortissement et de propulsion.

Dans ce chapitre, vous allez étudier l'anatomie des os et des muscles, la dermatologie avec les différentes affections qui peuvent toucher le pied et l'ongle dans sa structure, ainsi que sa morphologie.

1.1 Anatomie du pied et de la de mi-jambe :

1.1.1 Ostéologie du pied et de la de mi-jambe :

- Les os de la demi- jambe **: tibia et le péroné.**
- Les os du pied principalement **: tarse, métatarse et phalanges.** (voir figure 01)

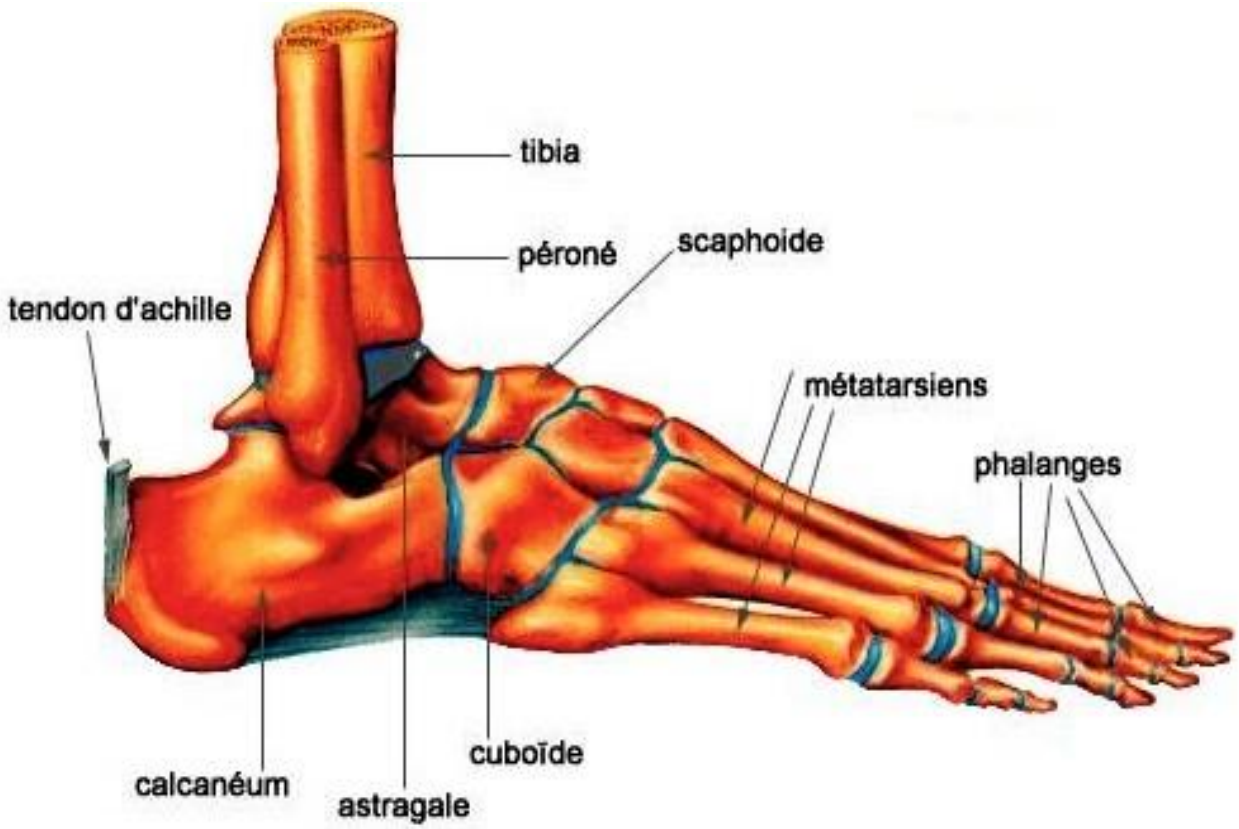


Fig :01: os du pied et de la demi- jambe

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

1.1.2 Muscles de la demi-jambe :

Les **muscles** de la **jambe** sont répartis en trois loges délimitées par des fascias : les loges antérieure, latérale et postérieure

- **loge anterieure** : comprend 04 muscles : muscle tibial anterieur, muscle extenseur des orteils, muscle extenseur de l'hallux, muscle troisième fibuaire.
- **loge laterale** : comprend 02 muscles : long fibulaire, court fibulaire.
- **loge posterieure** : comprend 05 muscles : muscle tibial posterieur, muscle long fléchisseur des orteils, muscle long fléchisseur de l'hallux. Triceps sural. Plantaire.

Les musles du pied : se repartissent.

-Muscles intrinseques

-Muscles extrinseques (voir figure 02 et figure 03).



Fig2: Vue laterale

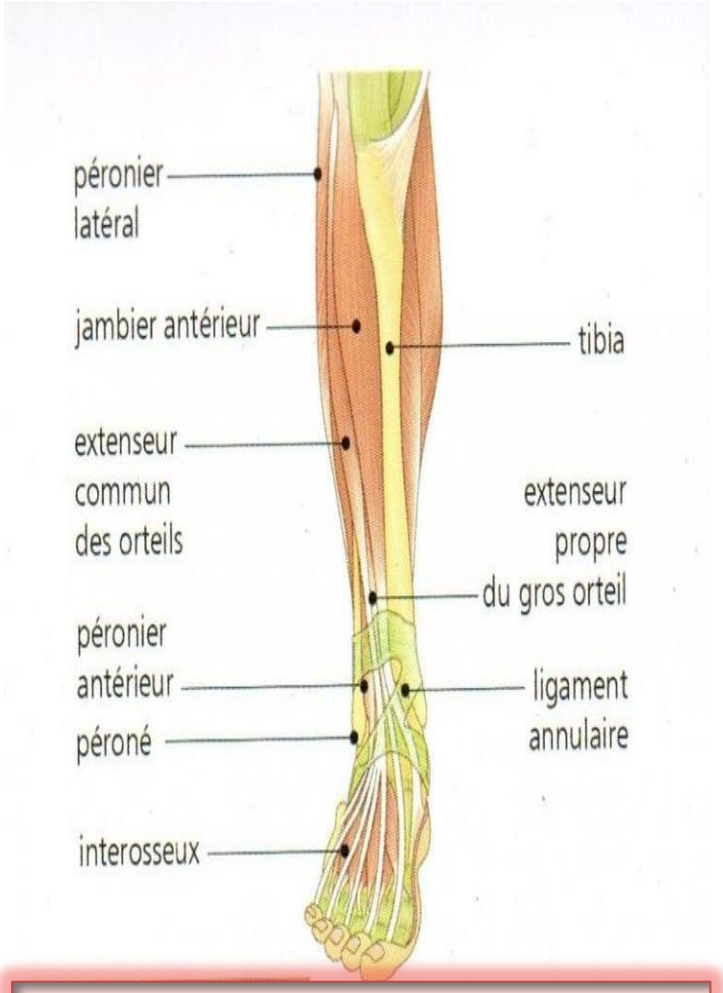


Fig3 : les muscles vue de face

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

1.1.3- Vascularisation et innervation du pied et demi jambe :

1.1.3.1 Vascularisation du pied et demi jambe :

Artères :

Les artères vascularisant la jambe sont : l'artère tibiale antérieure et l'artère tibiale postérieure. Elles sont issues de la division de l'artère poplitée au niveau de la partie inférieure de la fosse poplitée.

L'artère tibiale antérieure chemine dans la loge antérieure de la jambe et se prolonge au niveau du pied par l'artère dorsale du pied. L'artère tibiale postérieure chemine dans la loge postérieure ; elle donne l'artère fibulaire près de son origine et se divise dans le pied en artères plantaire médiale et plantaire latérale. (voir figure 04).

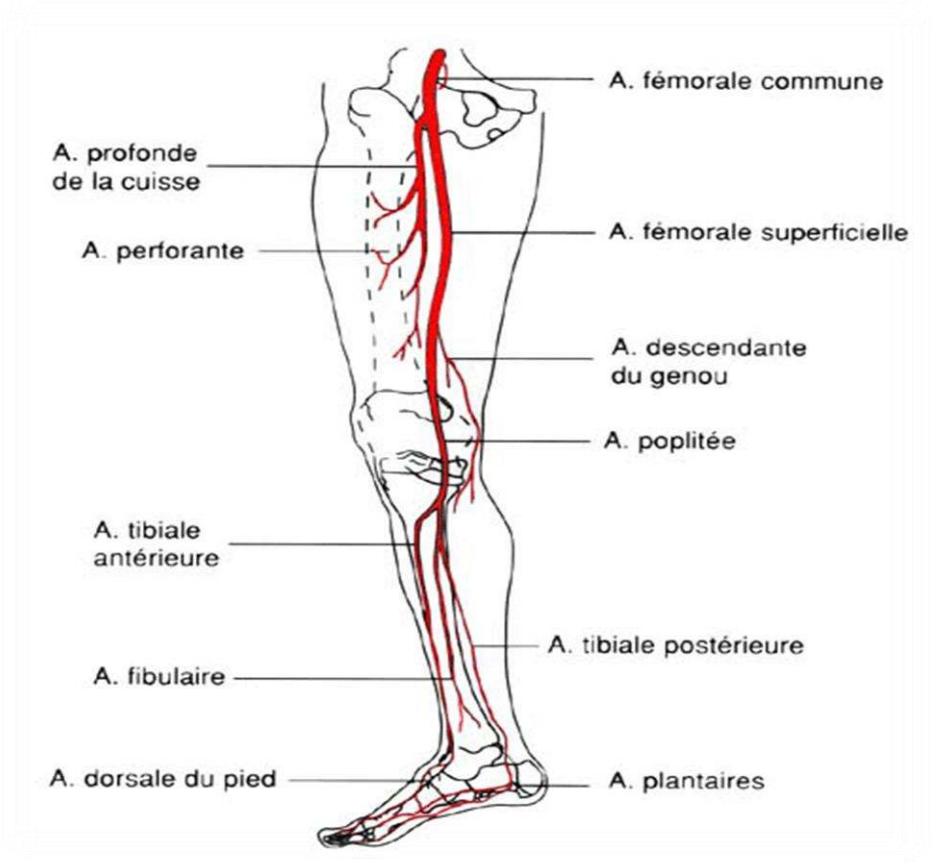


Fig 04: Vascularisation artérielle

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Veine :

Le drainage veineux de la jambe est constitué de deux réseaux, profond et superficiel.

Le réseau profond est constitué par les veines tibiale antérieure et tibiale postérieure qui se rejoignent pour former la veine poplitée au niveau inférieur de la fosse poplitée. La veine tibiale antérieure fait suite à la veine dorsale du pied au niveau du pied. La veine tibiale postérieure naît de la réunion des veines plantaire médiale et plantaire latérale ; elle reçoit également la veine fibulaire.

Le réseau superficiel est constitué des veines : grande saphène et petite saphène.

La grande veine saphène fait suite à la veine marginale médiale du pied et se continue vers la cuisse.

La petite veine saphène fait suite à la veine marginale latérale du pied et se jette dans la veine poplitée au niveau du genou.

Voici une schématisation de la vascularisation artérielle et veineuse pour illustration : (voir figure 05).

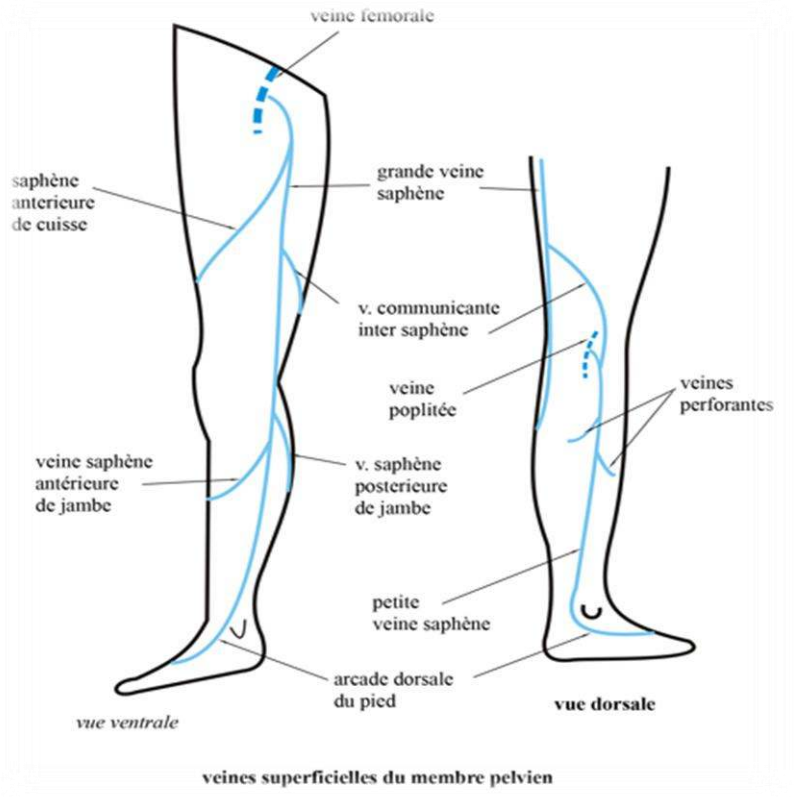


Fig 05: Vascularisation veineuse

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

1.1.3.2 Innervation du pied et de la demi - jambe :

L'innervation du membre inferieur est assurée par 02 plexus : plexus lombaire et plexus sacré dont les principaux nerfs sont :

-Nerf cutané latéral de la cuisse
-Nerf fémoral
-Nerf obturateur
-Nerf cutané postérieur de la cuisse
-Nerf tibial.
-Nerf fibulaire commun.

Voici une schématisation avec vue antérieure et vue postérieure qui illustre l'innervation du membre inferieure. (voir figure 06 et figure 07).

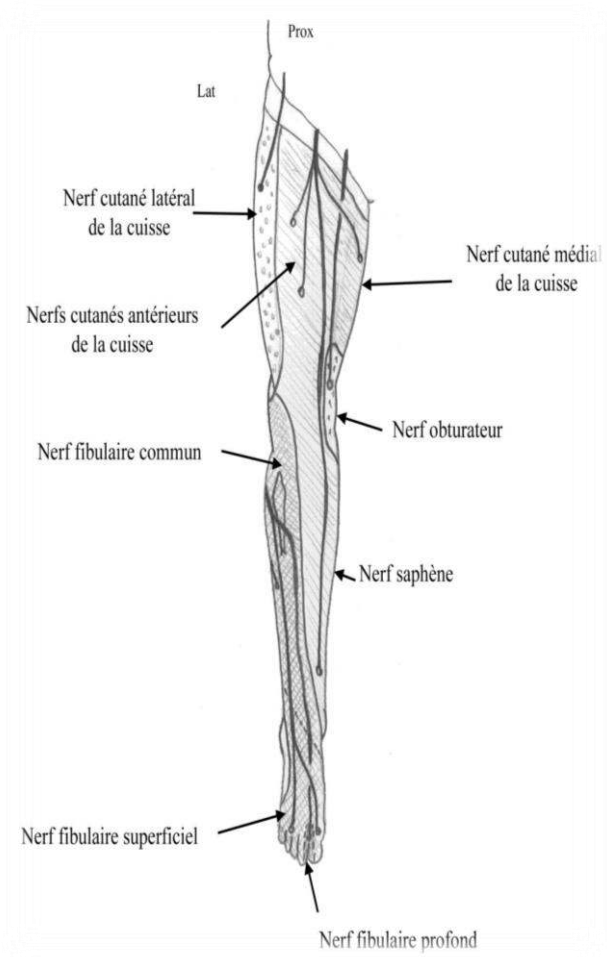


Fig 6: Innervation du pied et jambe vue antérieure

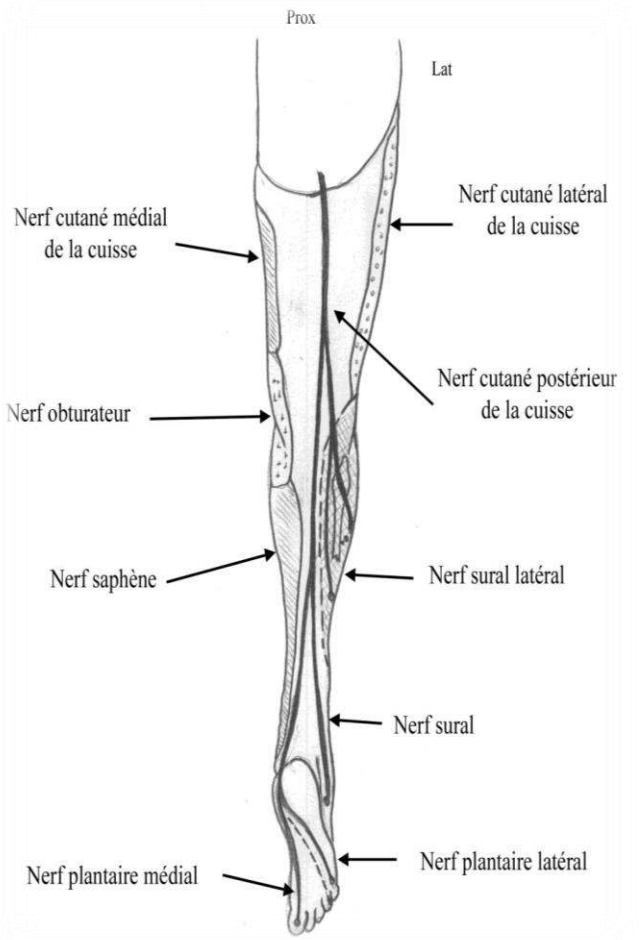


Fig 7: Innervation de la jambe et pied vue postérieure

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

1.2 Anatomie de l'ongle :

Les ongles du pied sont au nombre de 10 chez l'homme, sont des lames semi dures, convexes, quadrilatères, rose blanchâtres recouvrant le dos de dernière phalange. Les angles sont formés de kératines dures translucides, de lipide et d'eau.

1.2.1 Histologie des ongles :

Les ongles font partie de la famille des **phanères** (nom masculin « visible apparent ») sont des productions tégumentaires issues de **l'ectoderme** et caractérisées par un taux élevé de kératinisation.

Chez l'Homme, les principaux phanères sont les cheveux, les poils et les ongles Bien que n'étant pas d'origine tégumentaire, les dents sont parfois considérées comme étant des phanères.

1.2.2 Physiologie et structure de l'ongle :

Son épaisseur est de 1 à 2 mm, l'ongle apparait dès le 4eme mois de la vie vitra utérine, les ongles poussent en moyenne de 3 à 4 mm par mois, ils sont composés de 75% d'eau, de lipide et de kératine.

- Le renouvèlement d'un ongle de pied se fait entre 12 à 18 mois.

- **La racine :** l'endroit ou commence à se former l'ongle, partie Molle, flexible et élastique.

- **La plaque unguéale :** partie visible, rectangulaire, elle est translucide rosée, formée de 3 couches superposées :
  - Couche superficielle : kératine moyennement dure.
  - Couche médiane : kératine extrêmement dure.
  - Couche profonde : kératine molle.

- **La lunule :** est blanchâtre, sa limite antérieure est convexe vers l'avant au pied elle est présente au niveau de l'hallux, inconstante sur les 2eme, 3éme et 4éme orteil, absente au 5éme.

- **Le bord libre :** la partie la plus distale de l'ongle, non adhérant a l'épiderme il est blanc translucide.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- **Le lit de l'ongle :** partie située sous l'ongle, il est légèrement convexe, rouge présente des stries et des crêtes, il est très innervé et très vascularisé.

- **La matrice:** elle produit la kératine qui durcira pour donner l'ongle elle est fixé à la base de la phalange distale, libre au milieu est fixée sur les côtes, un choc a son niveau peut nuire a la croissance de l'ongle.

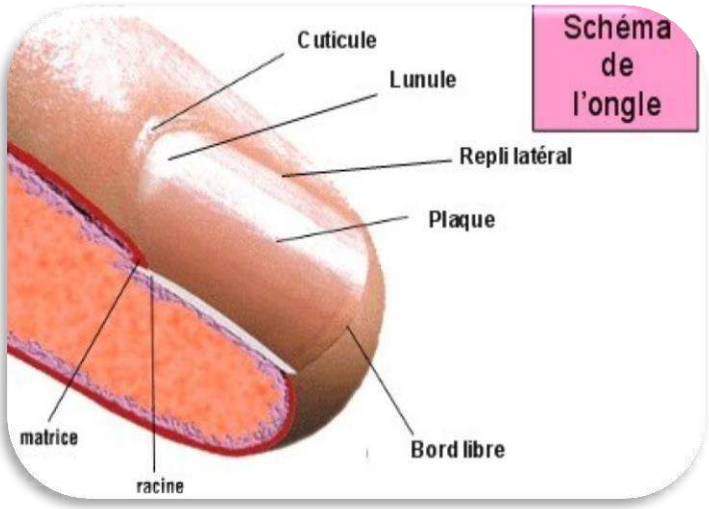


Fig 08: Schéma de l'ongle.

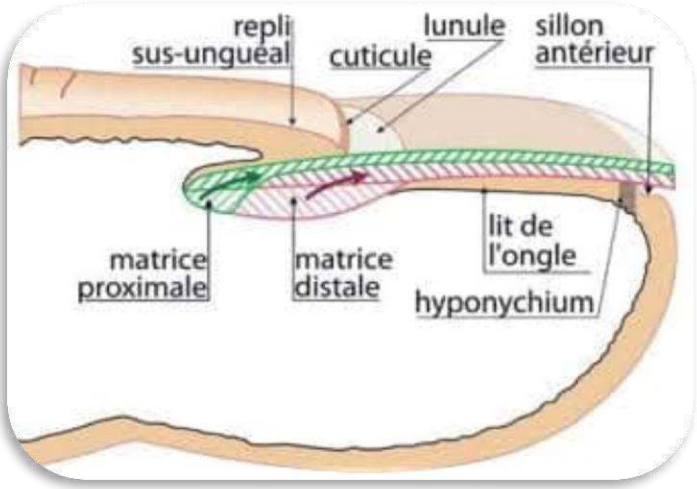


Fig 09: coupe longitudinale de l'ongle

- **Le Repli latéral :** de part et d'autre de la plaque, peau située sur les côtés de l'ongle. (voir figure 08 et figure 09)

1.2.3. Vascularisation et Innervation de l'ongle :

a) - Vascularisation de l'ongle :

Cette vascularisation est en rapport avec les artères digitales propres, ces artères sont issues des artères plantaires médicales et latérales.

Elles sont situées le long de la phalange le lit de l'ongle est richement vascularisé (artériole, veinules, capillaire).

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

b) - Innervation de l'ongle :

Les terminaisons nerveuses sont importantes sous le lit de l'ongle.

- Nerf plantaire médial : orteil 1,2 orteil 3 or et face médial d'orteil 4.
- Nerf plantaire latéral : face latérale d'orteil 4 et orteil 5.
- orteil 1 a une double innervation (nerf plantaire et nerf fibrillaire profond).

1.2.4 - Exercice d'application:

Q 01 : Quels sont les rôles physiques et mécaniques du pied par rapport ou corps humain ?.

……
……
……

Q 02 : Réalisez un schéma du pied avec le nom des différents os et le quel est le plus robuste ?.

……
……
……

Q 03 : Classez les artères du membre infère dans l'ordre décroissant par rapport au calibre ?.

- a- Artère Poplitée.
- b- Artère Plantaire.
- c- Artère Fémorale.
- d- Artère Tibiale.

Q 04 : Le renouvèlement des ongles des pieds se fait en moins d' une année

- Vrai.
- Faux.

……
……
……

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Q 05 : donnez l'histologie de l'ongle ?.

……
……
……

Q 06 : Faites le schéma illustré de l'ongle ?.

……
……
……

1.3 - Morphologie et Structure du pied :

1.3.1 -Morphologie du pied :

Le pied possède une face supérieure, ou **dos** , une face inférieure, ou plante ,une extrémité antérieure ou distale et une extrémité postérieure ou proximale , un bord latéral et un bord médial. L'extrémité distale comporte cinq orteils. L'extrémité proximale comporte une partie postérieure en forme de pointe grossière appelée talon. Elle s'articule au-dessus avec la jambe au niveau de la cheville.

1.3.2 Différents types et formes de pieds

a) -Différents types de pieds

On distingue les pieds selon la forme de leur extrémité distale, et plus exactement en fonction de l'alignement des têtes des métatarsiens.

- Type égyptiens gros orteil long.
- Type grec ou pied en triangle ^{2éme} orteil long.
- Type romain ou carré ou l'extrémité des 3 premiers orteils sont de même niveau. (voir figure 10).

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

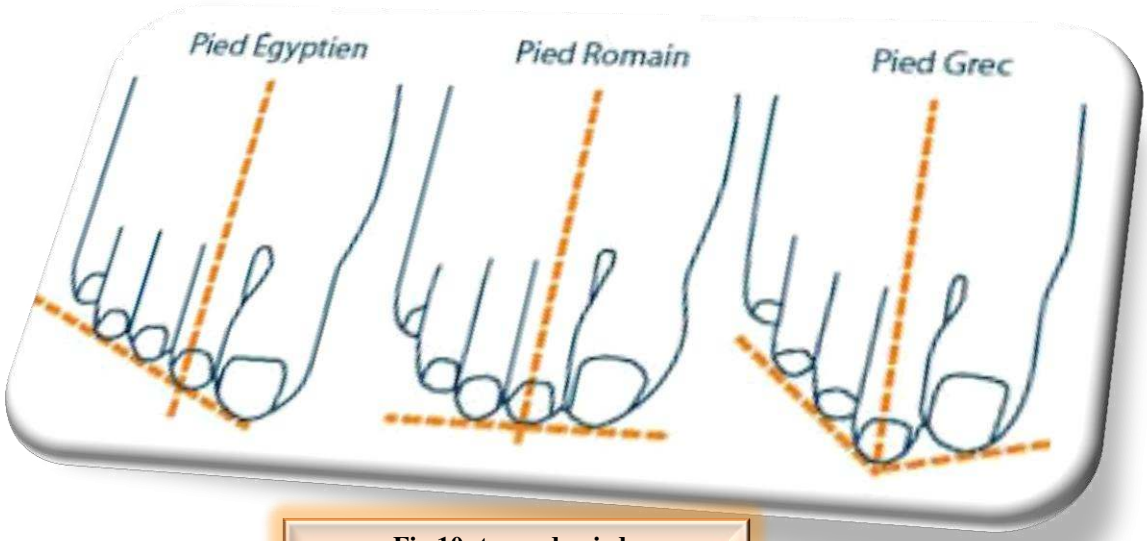


Fig 10: types de pieds

b) Forme d'empreinte de pieds :

Le pied peut aussi être décrit selon la forme de la voute plantaire pied plat ou pied creux on retrouve aussi le pied :

Normal (1) ; creux (2) ; pied bot varus équin (3) ; pied plat (4) ; pied bot talus valgus (5). (voir figure 11)**.**

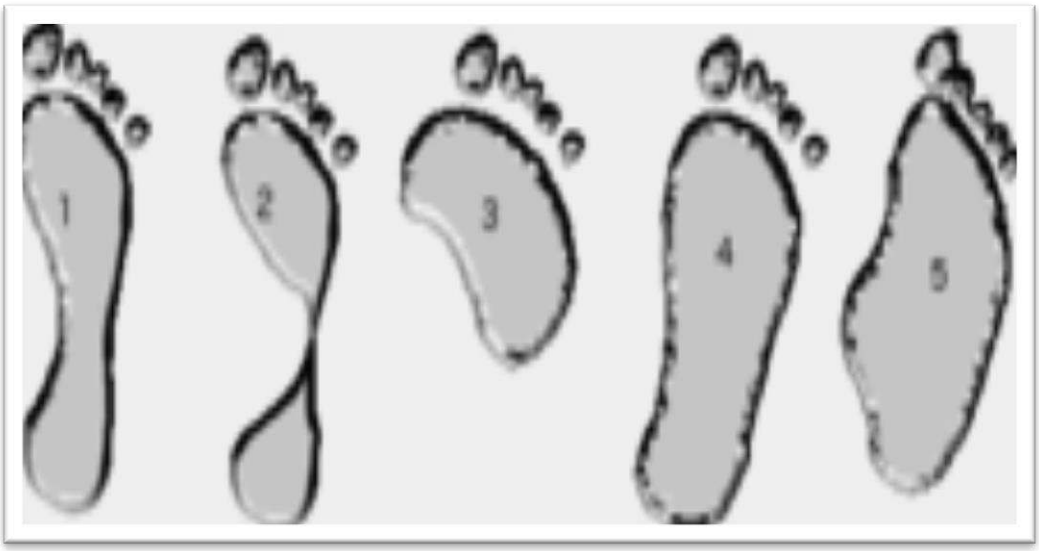


Fig 11: Forme d'empreinte de pied

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

1.Pied normal : l'idéale des forme.

2. Pied creux : Malformation acquise pendant la croissance, présente une courbure accentuée de la voute plantaire, les zones d'appuis se situent sur l'avant et l'arrière du pied.

3. Pied bot varus équin : Le pied bot varus équin est une déformation grave du pied. L'enfant marche sur ses orteils et sur le rebord extérieur du pied. Cette déformation est due dans 90% des cas à une malposition intra-utérine du fœtus. Le pied a été coincé entre les fesses du fœtus et la paroi utérine dans une attitude anormale d'extension et s'est mal développé.

Une origine génétique est parfois supposée.

4. Pied plat : Malformation plantaire. La voute est inexistante, ce qui entraine une gêne conséquente.

5. Pied bot talus valgus : Le pied bot est une malformation du pied, dans laquelle le pied est tourné en dedans, et les orteils pointés vers le bas.

1.4. Les affections et imperfections de la peau des pieds et de la demi- jambe :

La peau de la plante des pieds est constituée d'un tissu adipeux hypodermique, épais et élastique ; par ailleurs comme la pulpe des doigts cette région est riche en terminaisons nerveuses, en glandes sudoripares, en revanche elle est dépourvue de poils et de glandes sébacées.

1.4.1 Affections de la demi- jambe et des pieds

Les jambes sont sujettes à plusieurs affections dermatologiques de différents types notamment allergiques eczéma et urticaire, inflammatoires, bulleuses, infectieuses, systémiques ou cancéreuses et des intoxications surtout aux métaux voici quelques exemples :

-Dermite allergique de contact : Le terme dermite de contact désigne une réaction cutanée résultant de l'exposition à des substances allergènes (dermite de contact allergique) ou irritantes (dermite d'irritation). (voir figure 12).



Fig 12 : dermite allergique de contact

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

-Psoriasis : Le psoriasis est une maladie inflammatoire de la peau. Il se caractérise généralement par l'apparition d'épaisses plaques de peau qui desquament (qui se détachent sous formes « d'écailles » blanches). Cette maladie chronique évolue par cycles, avec des périodes de rémission. Elle n'est pas contagieuse et peut être bien maîtrisée par les traitements.(voir figure 13).



Fig 13 : psoriasis

•**callosités** : hypertrophie de la surface cornée de la peau sous forme de plaque diffuse affectant la plante et talon. (voir figure 14).



Fig 14: callosités

•**cor dur** : hyper kératose ou hyperplasie limitée de la couche cornée de l'épiderme sous forme de la plaque ronde de kératine de décoloration jaune brunâtre (voir figure 15).



Fig 15: Cor dur

•**cor mou** : tissu cutanée macères de peau blanche à moitié détachée, entre deux orteils rigides et comprimés ensemble.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

verrues plantaires : tumeur bilingues de l'épiderme sous forme de masse ronde avale plus molle qu'un cor, douloureuse peuvent être contagieuse. (voir figure 16).



Fig 16: verrues plantaires

•**Dermatophytose :** infection fongique de la peau, donne apparence de macération entre les orteils, vésicule jaunâtre au niveau de la plante des pieds. (voir figure 17).



Fig 17: **Dermatophytose**

•**Crevasse :** desséchement de la peau au niveau du talon. (voir figure 18).



Fig 18: **Crevasse**

1.4.2- Les affections de l'ongle

Les grands ennemis des ongles des mains et des pieds sont l'eau, le froid manucures agressives ou l'utilisation de produits chimiques comme les détergents alcalins mauvais cosmétiques, durcisseurs pour ongles excessivement chargés de formol ou dissolvants mal formulés et abrasifs. Ils peuvent aussi souffrir des infections de champignons (dermatophytes) bactéries, ou refléter des maladies systémiques. Les processus traumatiques, les mordillements répétés par des habitudes

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

de grignotages onychophagiques intempestifs, substances allergiques entre autres. Les altérations et pathologies des ongles les plus communes sont les suivantes :

-Les mycoses des ongles : Les mycoses que plus fréquemment affectent les ongles des mains et des pieds sont provoquées par des levures ou champignons appelées dermatophytes. (voir figure 19)



Fig19 : Mycose des ongles

- Onychogriphose: Désigne l'augmentation exagérée de l'épaisseur des ongles des pieds. (voir figure 20)



Fig 20 : Onychogriphose

-Les Ongles striés : peut révéler un état anémique et des carences en vitamines et minéraux, Lysine et biotine. Ces manques nutritionnels se reflètent sur l'état des ongles, ceux-ci tendent aussi à devenir faibles, fragiles, laissent apparaitre des fissures cannelures, taches de différentes couleurs et sont plus sensibles à contracter diverses altérations et anomalies le plus souvent des stries, une Onycholyse et mycoses des ongles. (voir figure 21)



Fig 21: Les Ongles striés

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

-Ongle incarné : L'ongle incarné est la conséquence d'un fragment d'ongle qui pénètre dans la chair et provoque de l'inflammation et de la douleur. Il existe 2 types : L'incarnation latérale la plus habituelle et celle qui se produit quand l'ongle est incarné vers l'avant.
(voir figure 22)



Fig 22 : Ongle incarne

1.4.3 - Exercice D'application :

Q 01 : Enumérez et commentez les différents types de pieds sur le plan esthétique et fonctionnel (forme) du pied ?.

……
……
……

Q 02 : Différentes maladies et affections peuvent toucher les pieds donner quelques exemples ?.

……
……
……

Q 03: Plusieurs agents peuvent endommager les ongles du pied donner quelques exemples ?.

……
……
……

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

1.5 - Résumé:

La pédicurie est un domaine consacré aux soins des pieds.

Elle s'occupe donc de l'esthétique mais aussi des pathologies du pied :

- l'hygiène des pieds et des ongles ;
- les affections de la peau
- les problèmes touchant les ongles.

Ce qui implique la nécessité de maitriser les différents modules qui ont trait au pied physiologique normal, mais aussi avec ses multiples aspects anatomopathologiques.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

1.6 Exercices de synthèse :

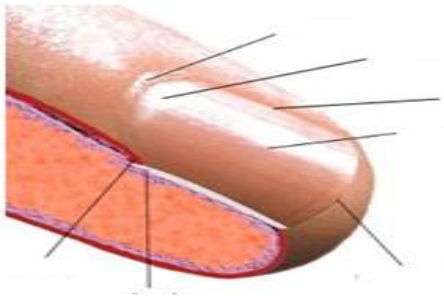
Q 01: Comment distinguer entre les différentes formes du pied avec schémas?.

……
……
……
……

Q 02: Comment sont constitués les deux réseaux profonds et superficiels du drainage veineux de la jambe ?.

……
……
……
……

Q 03 : A noter le schéma de l'ongle ?.



Q 04 : Quelles sont les différents types d'affections dermatologiques des jambes?.

……
……
……
……

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Introduction :

L'agencement d'un institut de beauté a une influence sur le psychisme de la cliente, c'est un lieu de sérénité et de bien- être où l'on se rend pour prendre soin de soi.

Dans ce chapitre, vous verrez comment aménager un poste de travail pour le soin et la beauté des pieds, à partir d'un mobilier d'un appareillage, d'outillage et de matériel.

Vous apprendrez également à installer et à préparer une cliente dans la meilleure position de confort et de sécurité, vous êtes appelés à manipuler une gamme étendue de produits cosmétiques donc vous devez être en mesure de choisir les produits adéquats pour chaque cliente.

2.1 - Description, fonctionnement et présentation du mobilier ,du matériel outillage, linge et appareillages pour un soin esthétique des pieds :

L'espace soin des pieds peut être ouvert comme il peut être fermé, de façon à permettre une bonne disposition de l'équipement afin d'éviter le piétinement dans un espace restreint il doit être convivial et coquet, sa décoration en harmonie avec le reste du magasin, la cabine nécessite un fort niveau d'éclairement, délicat puissant et performant pour éviter la fatigue oculaire et une ventilation en respectant toutes les règles d'hygiène et de sécurité. (voir figure 01)



Fig: 01: poste de travail pour un soin esthétique des pieds

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2-1-1 - Description du mobilier :

C'est un fauteuil ergonomique en cuir ou synthétique, hydraulique, inclinable pour le bien être de la cliente, avec un repose jambes ajustables et un plateau pour bain de pieds en acrylique , détoxifiant, antibactérien qui contient des fonctions de vidange et jets d'eau froide et chaude , il conserve la chaleur , facile à entretenir il comprend un système de massage .

Le siège et le dossier sont mobiles et réglables permettant de choisir la position voulue avec des accoudoirs rembourrés réglable en hauteur au moyen d'un système électrique permettant à l'esthéticienne de garder une position droite et d'éviter ainsi des douleurs lombaires et cervicales. (voir figure 02)



Fig: 02: Description du mobilier

Tabouret et ergonomique :

Il permet à l'esthéticienne de travailler confortablement c'est un siège ergonomique étudié pour une utilisation professionnelle en institut de beauté avec dossier, sans accoudoirs avec pieds à roulette facilite le déplacement afin d'éviter la station debout, de hauteur réglable pour éviter le mal de dos. (voir figure 03)



Fig: 03: Tabouer et ergonomique

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Entretien et hygiène : Pour assurer une bonne hygiène le fauteuil et tabourets doivent être essuyés et désinfectés avec un produit spécial après chaque service.

Table roulante :

Ergonomique composé d'un plan de travail facile à nettoyer, avec ou sans tiroirs pour le rangement des petits outils, des produits cosmétiques, sur roulette. Indispensable à l'exécution du soin et de la beauté des pieds.

Étagères, placards de rangement (armoire) :

Chaque cabine doit contenir une armoire de rangement pour disposer le linge (serviette, peignoirs, housses...etc.). Aussi les instruments et le petit matériel. (voir figure 04)



Fig: 04: Table roulante

Poubelle à pédales :

L'élimination des déchets sera dans une poubelle pour respecter toutes les règles d'hygiène et de sécurité. (voir figure 05)



Fig: 05: Poubelle à pédales

-**Porte manteau-Miroir :** un petit espace est mis à la disposition de la cliente afin qu'elle puisse y accrocher ses effets personnels et un miroir utile pour une remise en forme. (voir figure 06)



Fig: 06: Porte manteau-Miroir

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2-1-2-Description du matériel et outillages:

Lors d'un soin et de la beauté des pieds, il faut manipuler des outils, des instruments et petit matériels ergonomique de sécurité propres et désinfectés (limes, ciseaux) pour éviter toutes contamination, le matériel doit être stérilisé et ranger dans des boites hermétiques à l'abri de la poussière et de l'air ou carrément stérilisation à l'autoclave.

***La pince à ongles sécateur :** en acier inoxydable dotée d'un fermoir automatique et de becs concave sert à couper les ongles (Après trempage) (voir figure 07)



Fig: 07: La pince à ongles sécateur

***La Pince à ongles incarnés :** est en acier inoxydable dotée d'un bec pointu et d'un ressort tournant sert à couper les ongles incarnés. (voir figure 08)



Fig: 08: La Pince à ongles incarnés

***La Lame coupe corne :**

Idéal pour enlever la corne épaisse. (voir figure 09)



Fig: 09: La Lame coupe corne

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

***Limes à ongles :** on les utilise pour ajuster les extrémités des ongles, elles peuvent être en métal, en carton ou en fibres de verre. Chaque lime à une granulométrie qui lui est propre plus le numéro est élevée, plus la lime est rugueuse et plus l'ongle sera limé rapidement. Des limes présentent deux faces, l'une étant plus sombre que l'autre le côté sombre sera utilisé pour le limage et le coté plus clair permet de réaliser des finitions. (voir figure 10)



Fig: 10: Limes à ongles

***Le Coupe cuticule :** outil servant à couper les cuticules. (voir figure 11)



Fig: 11: Le Coupe cuticule

***Le Repousse cuticule et bâtonnet en buis :**

Sert à pousser les cuticules dans le but d'avoir la netteté du pourtour de l'ongle(voir figure 12 et figure 13)



Fig: 12: Le Repousse cuticule

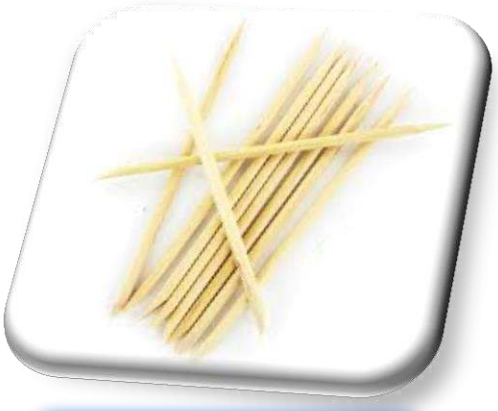


Fig: 13: bâtonnet en buis

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

***La Pince à ongle épais :**

Idéal pour couper les ongles épais. (voir figure 14)



Fig: 14: La Pince à ongle épais

***La Pince à envie :** pince conçue spécialement pour couper avec la plus grande précision les envies qui se forment autour de l'ongle en acier inoxydable. (voir figure 15)



Fig: 15: La Pince à envie

***Le bâtonnet à Gel :** est en plastique sert à repousser la cuticule en douceur (pied de biche) d'un coté et enlever le surplus de gel (coté pointu) de l'autre. (voir figure16)

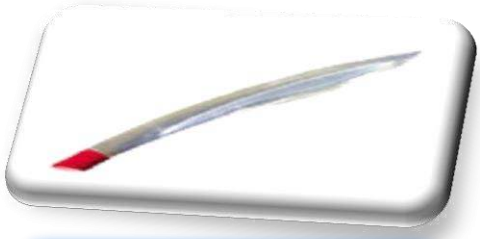


Fig: 16: Le bâtonnet à Gel

***L'excavateur :** permet de soulever et atteindre des parties coincées (ongles incarnés) ou autre. (voir figure 17)



Fig: 17: L'excavateur

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

***Râpe à corne en fer :**est une râpe pour la corne très épaisse. (voir figure 18)

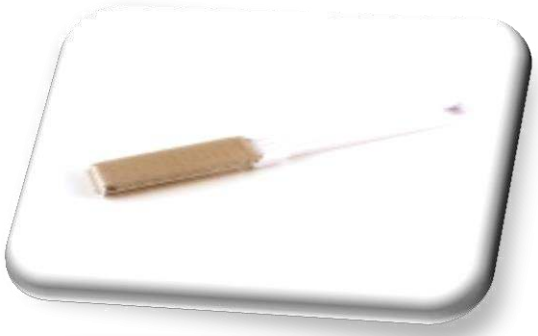


Fig: 18: Râpe à corne en fer

***Le coupe ongle :** il sert à raccourcir l'ongle sans lui donner de forme particulière il faut toujours le garder bien aiguisé. (voir figure 19)



Fig: 19: Le coupe ongle

***La pierre ponce :** en roche organique ou Synthétique très utile pour poncer les callosités et rugosités et les peaux mortes après trempage des pieds. (voir figure 20)



Fig: 20: La pierre ponce

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

***Petite brosse à ongles :** utile pour le nettoyage de toutes les saletés accumulées sous le bord libre de l'ongle. (voir figure 21)



Fig: 21: Petite brosse à ongles

*** Polissoir :** instrument utilisé pour polir la surface des ongles et les rendre brillant. Les polissoirs présentent généralement deux faces l'une étant plus sombre que l'autre le côté sombre pour le limage et le coté clair permet de réaliser des finitions. (voir figure 22)



Fig: 22: Polissoir

***Pinceau :** outil indispensable pour l'application du gommage et du masque. (voir figure 23)



Fig: 23: Pinceau

***Éponge végétale :** elle sert à ôter le gommage. Et le masque posés sur le pied et la jambe. (voir figure 24)



Fig: 24: Éponge végétale

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

***Le séparateur d'orteils :**

Est un petit outil servant à séparer les orteils pendant la pause de vernis. (voir figure 25)



Fig:25: Le séparateur d'orteils

-Hygiène de l'outillage et du matériel :

Après et avant utilisation le matériel et l'outillage doit être lavés à l'eau savonneuse si possible ou alors essuyés avec une lotion désinfectante puis stérilisés afin d'éviter toute contamination. Vérifiez périodiquement les lames et les vis des outils pour que le soin soit bien fait et pour éviter toute erreur disposez le matériel, outil et accessoire sur la table roulante dans l'ordre ce qui vous aidera à bien vous organiser ; la table roulante doit être posé à proximité afin de prendre les outils sans vous déplacer.

2-1-3 -Description du linge :

•**Le peignoir** :

Sert à protéger les vêtements de la cliente. (voir figure 26)



Fig: 26: Le peignoir

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

•**Les Serviettes :** utilisées pour essuyer les pieds de votre cliente durant le soin. (voir figure 27)



Fig: 27: Les Serviettes

•**Housse de fauteil :** hygienique et à usage unique pour chaque cliente. (voir figure 28)



Fig: 28: Housse de fauteil

- **mules :** En éponge avec semelle étanche, permet à la cliente d'être libre dans ses déplacements. (voir figure 29)



Fig: 29: mules

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

-Hygiène du linge

Le linge doit être lavé à 60°C, après chaque cliente, car il peut transporter des agents contaminants tel que champignons et divers problème de peau.

C'est pour cela, il est conseiller d'opter pour l'utilisation du linge à usage unique :

- très hygiénique, rassure la cliente pour la propreté.
-gain de temps car il ne nécessite pas de lavage donc pratique

Le linge doit être toujours stocké dans un endroit propre et sec à l'abri de la poussière.

- **L'hygiène corporelle de l'esthéticienne :**

L'hygiène personnelle professionnelle occupe une place des plus importantes dans l'exercice de la profession d'esthéticienne.

De par son apparence soignée et impeccable l'esthéticienne crée un climat de confiance auprès de sa cliente.

L'hygiène corporelle, constitue un barrage contre certaines maladies et confère une protection contre les agressions externes comme la pollution compromettant ainsi sa santé.

2-1-4 - Description de l'appareillage :

L'appareil pour bain des pieds :

Ce sont des petites baignoires ou bassines qui délivrent des massages pour les pieds, il comprend :

- Les accessoires de massage.
- Le corps de l'appareil.
- Le fil d'alimentation.
- L'interrupteur.
- Bouton de programmation (réglage). (voir figure 30)



Fig: 30: L'appareil pour bain des pieds

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Fonctionnement : mettre de l'eau à l'intérieur, celle-ci sera chauffée grâce à un système de chauffage ; les massages sont réalisés selon différents programmes par vibration, par bouillonnement ou par des accessoires interchangeable disposés au fond de l'appareil.

Entretien et hygiène :

Videz et nettoyez l'appareil et ses accessoires après utilisation

- **La loupe lampe** :

C'est un appareil électrique qui permet d'agrandir la vision d'une surface cutanée grâce à une lentille convexe qui permet un examen de la peau plus précis, elle comprend :

- A -une lampe (tube circulaire)
- B- une loupe (lentille en verre)
- C- un pied a roulette avec articulation.
- D- Un fil d'alimentation
- E- Un interrupteur. (voir figure 31)



Fig: 31: **La loupe lampe**

Fonctionnement :

Une fois alimentée par le courant électrique, le tube fluorescent circulaire éclaire le champ de la loupe, la lentille convexe permet de grossir la vision de la surface cutanée, son observation sera plus clair et précise.

Hygiène et entretien :

- Essuyer la lampe et la loupe avant chaque usage.
- Ne pas utiliser prêt des sources d'eau.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- **Le set de pédicure :** c'est un appareil conçu pour effectuer différentes opérations pour la beauté des pieds comme le brossage, le limage, le ponçage grâce aux différents accessoires ou embouts interchangeables l'appareil est composé de :

- Le corps de l'appareil.
- La boite de rangement.
- Un disque de polissage.
- Un disque de ponçage.
- Un cône de limage.
- Une brosse.
- Un sèche vernis.
- Un file d'alimentation.
- Un interrupteur et un bouton pour réglage de vitesse. (voir figure 32)



Fig: 32: Le set de pédicure

Fonctionnement :

L'appareil alimenté les embouts interchangeables sont entrainés par rotation la vitesse est réglable pour s'adapter au mieux à la zone à traiter.

Entretien et hygiène :

- Nettoyez puis stérilisez les différents embouts après chaque usage.
- Ne jamais mouiller l'appareil.
- Ne jamais laissez tomber l'appareil.

L'appareil à brosse rotative :

C'est un appareil destiné à brosser et à éliminer les impuretés. (voir figure 33)



Fig: 33: L'appareil à brosse rotative

Fonctionnement :

Complète les techniques manuelles et permet le retrait du gommage. Humidifier la peau et la brosse, et la tenir près de la zone à nettoyer sans trop appuyer et effectuer de légers mouvements circulaires pour éliminer les impuretés.

Entretien et hygiène :

-Nettoyer et stériliser la brosse.

-Ne jamais mouiller l'appareil.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

-Ne jamais laisser tomber l'appareil.

L'appareil à paraffine : c'est un appareil électrique assurant la fonte, le maintien à bonne température et la stérilisation de la paraffine destinée à être appliquer sur les pieds. L'appareil est composé de :

- Le bac.
- Le fil d'alimentation.
- Le thermostat.
- Interrupteur.
- Couvercle. (voir figure 34).



Fig: 34 L'appareil à paraffine:

Fonctionnement :

Après avoir Branché et allumé l'appareil, le courant électrique circule dans les résistances, ces derniers transforment l'énergie électrique, chauffant ainsi la paraffine contenue dans le bac.

Le thermostat permet de régler la température de la paraffine selon l'action désirée : fonte, application, stérilisation.

Entretien et hygiène :

- Nettoyez l'appareil.
- Débranchez après utilisation.
- Ne pas faire tomber l'appareil.

La râpe électrique :

C'est un appareil électrique conçu pour éliminer les cors de pieds, il est composé de :

- Le corps de l'appareil.
- Le fil d'alimentation.
- L'interrupteur.
- La brosse de nettoyage.
- les nappes interchangeables. (voir figure 35)

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Fonctionnement :

L'appareil est équipé de rap en forme de rouleau entrainé électriquement grâce à un moteur avec arrêt de sécurité.



Fig 35: La râpe électrique

Entretien et hygiène :

- brossez le rouleau passez le sous l'eau puis stérilisez âpres chaque usage.
- ne pas faire tomber.

❖ **Le Stérilisateur**

Définition:

C'est un appareil électrique qui émet des radiations dont les longueurs d'ondes se situent dans le spectre des rayons ultraviolets de type UVC qui tue les bactéries.



Fig: 36: Le Stérilisateur

Cet appareil permet la stérilisation des instruments de travail dans les meilleures conditions d'asepsie. (voir figure 36)

Fonctionnement :

C'est un appareil électrique qui émet des rayons ultra-violet qui âpres avoir était réfléchit par les parois du coffre transforment l'oxygène de l'air en ozone qui stérilise les outils et matériel. (voir figure 36)

Entretien et hygiène :

- nettoyer le coffre.
- nettoyer la lampe.
- ne pas mettre les outils mouillés.
- éloignez de toute source d'eau.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2-1-5 -Exercices d'application :

Q 1) -Quelles sont les caractéristiques du poste de travail pour un soin esthétique des pieds ?

……
……
……
……

Q 2)-Quelle est l'utilité de la lampe loupe ? Réponde par vrai ou faux.

1- Agrandir la vision d'une surface cutanée ☐
2- A diminuer les affections ☐
3- la loupe permet un examen précis de la peau ☐
4- la loupe lampe évite la fatigue oculaire. ☐

……
……

Q 3)-De quoi est composé le set de pédicure ?

……
……
……
……

Q 4)-Dans quels cas utiliser la râpe électrique ?

……
……
……
……

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2.2 -Produits cosmétiques utilisés pour les soins esthétiques des pieds :

La beauté des pieds est une prestation regroupant l'utilisation de produits spécifiques et des techniques appropriées.

Ses objectifs sont de :

- éliminer les adhérences cutanées sur l'ongle.
- accélérer la croissance des ongles et de les fortifier.
- protéger et éventuellement de maquiller l'ongle.

2.2.1 - Description et utilisation des différents produits pour les soins esthétiques des pieds :

Les produits cosmétiques destinés à la beauté des pieds sont divers :

- **Le détergent antiseptique:**
  - utilisé pour aseptiser les pieds.
  (voir figure 37)



Fig: 37: Le détergent antiseptique

- **L'alcool :**

- utilisé pour la désinfection. (voir figure 38)



Fig: 38: L'alcool

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- **l'eau oxygénée :**

- utilisée pour blanchir le bord libre de l'ongle.
(voir figure 39)



Fig: 39: **l'eau oxygénée**

- **Le dissolvant :** il se présent
- e sous forme
de solution volatile et inflammable.
  - **Fonction du dissolvant :** son rôle est de démaquiller les ongles et d'éliminer base et vernis.
  - **Composition :** il est composé de :
    - ✓ Solvant tels acétate de butyle, éthanol acétone.
    - ✓ Surgissant tels huile de ricin, dérivés de lanoline.
    - ✓ Vitamines et parfums.



Fig: 40: Le dissolvant

On trouve des formulations plus douces, sans acétone indispensable au démaquillage des ongles fragiles ou artificiels.(voir figure 40)

Crayon hémostatique contient : un alun, le sulfate d'aluminium et potassium. Ces produits chimiques ont l'action d'arrêter le saignement.

Appliquer ces crayons hémostatiques directement sur la coupure et leur action limitera le saignement, idéal pour traiter tous types de microcoupures. .(voir figure 41)



Fig: 41: Crayon hémostatique

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2.2.2 - Les produits de soins

❖ **Le soin fortifiant pour cuticule :** c'est une émulsion onctueuse elle se présente sous forme de liquide, de crème et souvent en gel pour être appliquée avec précision sur le pourtour de l'ongle, dans un flacon, crayon pot ou tube.

- **Fonction:**
  - assouplit et nourrit la cuticule.
  - Favorise la croissance des ongles et les protège.
  - Améliore la qualité des ongles.

✓ **Composition :**

- L'huile de lin.
- L'huile d'abricots.
- Acide gras non sa tures.
- Acide aminés soufrés.
- Kératine. (voir figure 42)



Fig: 42: Le soin fortifiant pour cuticule

❖ **L'émollient pour cuticule:** solution plus ou moins gélifié elle se présente en flacon avec un pinceau, en crayon ou feutre imprégnés, en pot et en tube.

✓ **Fonction:**

- Amollir le bourrelet péri-unguéal pour le repousser.
- Faciliter l'élimination des adhérences cutanées.

✓ **Composition** :

- Base alcaline : soude, potasse à un dosage maximal de 5%
- Glycérine
- Gomme ou résine pour épaissir. (voir figure 43)



Fig: 43: L'émollient pour cuticule

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

❖ **L'huile ou la crème nourrissante :** c'est une émulsion E/H ou H/E, elle est conditionnée en pot ou en tube.

✓ **Fonction :**

- Nourrissante et hydratante.
- Protectrice.
- Adoucissante et apaisante.
- Éclaircissante.
- Préventive contre les taches.

(voir figure 44)



Fig: 44: **L'huile ou la crème nourrissante**

✓ **Composition :**

- Excipient : émulsion plus ou moins onctueuse.
- Principes actifs : hydratant (urée), nutritif (beurre de karité, vitamine A) protecteur (lanoline, vitamine E, filtre solaire) adoucissant (allantoïne, mauve), fortifiant (kératine), éclaircissant (citron).

- **Les sels de bain :** Utilisés pour le bain des pieds

➢ **Fonction :**

Ils ont une action déodorante, calmante, relaxante, ce sont le plus souvent des mélanges de sels minéraux.

✓ **Composition :**

- Carbonate de sodium et bicarbonate de sodium.

- **Les talcs :** à base de formol acide borique, essence végétal.

➢ **Fonction :**

✓ Régularise la transpiration excessive.

✓ Assèche la peau des pieds et élimine les mauvaises odeurs.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- **La crème exfoliante :** elle est vendue en pot ou en tube sous forme de gel ou crème. (voir figure 45)
- **Fonction :**
  - Elle est conçue pour éliminer les cellules mortes et lisser l'épiderme.

- **Composition** :
  - poudre de noyau
  - bille de polyéthylène
  - broyat de fleurs
  - cristaux de sucre ou sel



Fig: 45: La crème exfoliante

LES MASQUES :

Ce sont des produits cosmétiques qui ont une action éclaircissante, hydratante nourrissante etc... (voir figure 46)



Fig: 46: Les Masques

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

❖ **La paraffine :**

Substance minérale solide, grasse au toucher, non soluble dans l'eau et non assimilable par la peau, elle revitalise les peaux les plus sèches, déshydratées elle active la circulation sanguine et favorise la pénétration de la crème de massage. (voir figure 47)



Fig: 47: La paraffine

2.2.3 - Les produits d'embellissements :

- **La base du vernis :** principalement incolore, elle facilite l'application du vernis améliore don adhérence et protège les ongles des pigments (voir figure 48)

Fonction : les bases de vernis sont protectrices mais peuvent offrir d'autres bienfaits :

- Hydrater les ongles cassants.
- Durcir les ongles mous.
- Blanchir les ongles ternes.
- Lisser les ongles striés.



Fig: 48: La base du vernis

✓ **Composition :**

- Filmogène : nitrocellulose
- Adhérent : résine
- Plastifiant : camphre
- Solvant : acétate de butyle, kératine, calcium et fibres fortifient et lissent les ongles.
- Glycérol et propylène glycol les assouplissent.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

▪**Le vernis à ongle :** est un produit cosmétique destiné à embellir, à protéger l'ongle ou à masquer certains défauts. Le vernis à ongle se présente dans un flacon en verre sous forme de suspension. (voir figure 49)

✓ **Fonction du vernis :** il recouvre, protège et embelli l'ongle, il est aussi utilisé comme durcisseur.

✓ **Composition :** il est composé d'un agent filmogène (nitrocellulose), Résine (colophane) plastifiant (camphre), solvant (acétone), diluant (toluène), des pigments et des macres et un agent rhéologique.



Fig: 49: Le vernis à ongle

▪ **Le diluant à vernis :** Sert à diluer un vernis consistant épais pour rendre l'application plus facile et le séchage plus rapide. (voir figure 50)



Fig: 50: Le diluant à vernis

▪ **Le vernis fixateur:** se présente en solution dans un flacon, il s'applique sur le vernis. (voir figure 51)

✓ **Fonction :** il est conçu pour protéger et fixer le vernis des agressions extérieures

✓ **Composition** : semblable à celle du vernis avec plus d'élément filmogènes et de solvant.



Fig: 51: Le vernis fixateur

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2.3- Préparation et installation de la cliente pour un soin esthétique des pieds et de la demi –jambe :

L'installation de la cliente demande un confort et une sécurité absolue, vous ne devez pas négliger sa position ni la vôtre.

2.3.1 -Préparation de la cliente :

Lorsque la cliente entre dans votre salon allez a sa rencontre avec un sourire et présentez-vous en lui tenant la main, invitez la à venir s'installer, identifier ses besoins et assurez-vous de son confort .Votre tenue et votre hygiène seront un atout primordial pour gagner sa confiance et la satisfaire, vous devez rester prévenante, discrète, compétente et professionnelle.

2.3.2 -Installation de la cliente :

Avec simplicité et courtoisie, accompagnez la en cabine pour se dévêtir et enfilez lui un peignoir court et des mules, installez la sur le fauteuil dans une position semi-allongée ou assise, la plus confortable possible, recouvrez là d'une couverture blanche les demi jambes dégagées jusqu'aux genoux.

2.3.3 - Exercices d'application :

Q1) - Donnez la composition d'un verni à ongle ?

……..……
……..……
……..……

Q2) - Relier par les flèches la réponse correspondante ?

a- les sels	a - assèchent les pieds et éliminent les mauvaises odeurs.
B -les talcs	b - améliorent la circulation sanguine.
c- la paraffine	c - déodorante, calmante, relaxante.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Q3) - Donnez la composition d'une crème de massage ?

……
……

Q4) - Quel est le rôle et la composition d'une eau émolliente ?.

……
……
……

Q 5) a - Quel est le rôle de la paraffine ?.

b -Comment se fait l'hygiène et l'entretien de l'appareil à paraffine ?

……
……
……

Q 6)-Quelle est l'attitude de l'esthéticienne vis-à-vis de sa cliente ?

……
……
……

2.3.4 -Exercices pratiques :

Jeu de rôle entre deux stagiaires, l'une cliente et l'autre représente l'esthéticienne.

Titre : Accueil et installation de la cliente.

Durée : 15min

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

But de l'exercice :

-Apprendre à accueillir la cliente.

-Apprendre à installer la cliente.

Méthode d'exécution :

-Accueillir correctement la cliente.

-Installer délicatement la cliente.

Matériel requis :

Poste de travail aménagé.

Mise en situation :

Préparer et installer la cliente dans une position ergonomique et sécur

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2.4 - Résumé:

-Dans ce deuxième chapitre nous avons évoqué l'importance de la préparation

du poste de travail, de l'hygiène, de la sécurité et de la désinfection de l'équipement, des appareils, du linge et de l'outillage.

- ✓ Le poste de travail doit être fonctionnel et sécurisé
- ✓ Le mobilier, les appareils, les outils et le linge doivent être adapté aux soins.
- ✓ Le matériel et les outils comportent les risques de transmissions d'agent infectieux, il faut donc qu'ils soient faciles à nettoyer

- Dans ce chapitre nous avons aussi porté l'intérêt de l'installation de la cliente de manière confortable et sécuritaire, et présenté la gamme de produits cosmétiques pour le soin et l'embellissement destinés aux pieds.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2-5 - Exercice de synthèse :

Titre : préparation du poste de travail pour les soins esthétiques des pieds

But de l'exercice : Apprendre à préparer et à installer un poste de travail pour un soin esthétique des pieds

Méthode d'exécution :

- Préparer et installer le mobilier
- Préparer le matériel, l'outillage et l'appareillage adéquat

Temps alloué : 20mn.

Matériel, matière d'œuvres :

- Mobilier.
- Appareils.
- Linge.

Sécurité hygiène :

❖ Utiliser un matériel et un outillage stérilisés.
❖ Vérifier l'état des appareils.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Introduction :

Le soin des pieds procure une sensation de bien-être et une stimulation morale.

Le pied soigné est la signature de l'élégance, c'est un organe sensuel qui mérite toute notre attention.

Dans ce chapitre, vous allez voir la démarche à suivre pour l'exécution d'un soin esthétique des pieds ainsi que les différentes techniques appropriées au soin et beauté des pieds, vous aurez à exécuter chacune d'entre elles et à manipuler l'outillage, le matériel et les appareils adéquats.

3-1-Méthodes d'exécution du soin esthétique du pied :

3.1.1- Asepsie des pieds :

- Trempez les deux pieds dans un bain détergent antiseptique. (voir figure 01)
- Laissez tremper quelques minutes.
- Séchez soigneusement les pieds avec une serviette éponge. (voir figure 02)



Fig: 01: Asepsie des pieds

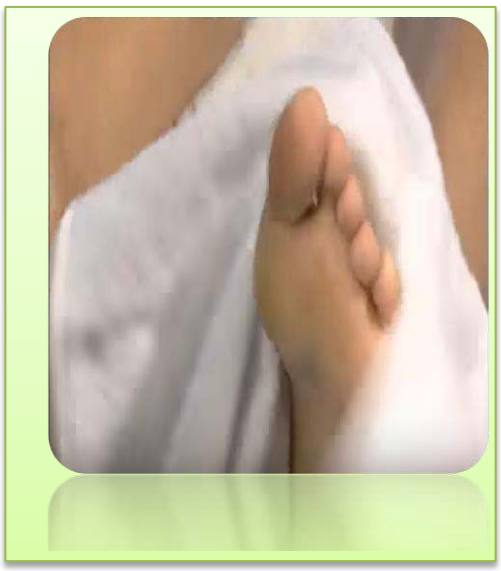


Fig: 02: Séchage des pieds

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.1.2. Démaquillage des ongles des deux pieds :

- **Ongle vernis :**

- Mettez des bouts coton dans une coupelle, que vous allez arroser de dissolvant.
- Placez-les sur chaque ongle des pieds en commençant par l'auriculaire et en progressant vers le pouce.
-Munissez-vous d'un disque de coton demi-lune.

Pour procéder au retrait ; exercez une pression tout en faisant glisser chaque triangle vers vous. S'il reste des traces de vernis, utiliser un bâton de buis carde avec un dissolvant pour parfaire le démaquillage.(voir figure 03 et figure 04)

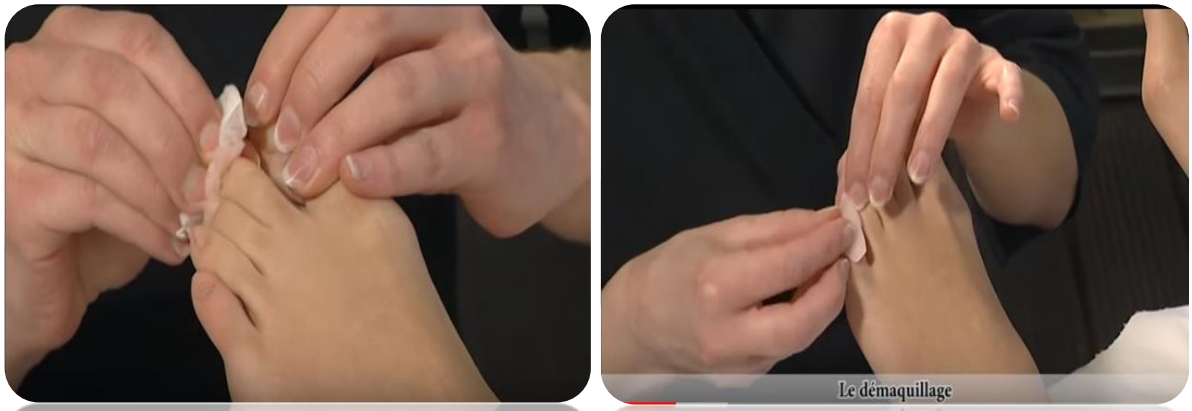


Fig: 03-fig :04: Démaquillage des ongles des pieds

- **Ongle non vernis :**
  - Utilisez un coton imbibe de dissolvant et nettoyez la surface de l'ongle.
  - Procéder de la même façon pour l'autre pied.

Hygiène et sécurité :

- La bouteille contenant le dissolvant doit être fermée immédiatement après son utilisation car les solvants sont volatils.
- Pour maintenir l'ordre et l'hygiène débarrassez -vous des morceaux de coton après chaque usage, dans la poubelle placée à côté du poste.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.1.3. Diagnostic des ongles des pieds :



Fig: 05: Diagnostic des ongles des pieds

➢ Vérifier l'état des ongles après avoir enlevé le vernis minutieusement

À l'aide de moyens d'investigation tels :

➢ Lampe de Wood et lampe loupe.(voir figure 05)

- **Observer :**
- La forme, la couleur et l'état de l'ongle.
- L'aspect cutané autour de l'ongle est-il porteur d'affections ou de champignons ou pas.
- Enquête orale : profession, sport, ….

- Avant d'entamer votre soin, vous devez procéder à l'examen de la peau des pieds et des ongles.

L'examen des pieds est une étape préliminaire d'un soin.

Il permet de relever les éléments qui font état de la forme et des particularités la peau des pieds ; si celle-ci ne présente pas de verrues ou des affections cutanées.

L'examen permet de répertorier divers aspects de l'ongle sur le plan couleur, longueur, largeur, forme, consistance et anomalies tels ongle incarne,……

Buts :

- Une approche qui favorise le développement d'un climat de confiance.
- choisir le soin adéquat au résultat constate pendant l'examen.
- orienter la cliente vers un médecin en cas de doutes pour éviter toute contamination.

Établir une fiche cliente, dont voici un modèle :(voir tableau n° 01)

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Coordonnées de l'institut

FICHE DIAGOSTIQUE PIEDS

Nom :
Prénom :
Age :
Adresse :

Fiche réalisée par :……
le :……..

ASPET CUTANE

Carnation :

Claire ☐ Dorée Rosée ☐ Rouge ☐

Extrémités ☐ blanches ☐

RmD :

Lisse ☐ Plissé ☐ Ridé ☐

Flétri ☐

ASPET DES ONGLES

Ongles non soignés ☐ Ongles manucurés ☐

Bijou d'ongle ☐

Couleur :

Rosée ☐ Claire ☐ Bleutée ☐

jaune ☐

Opaque ☐

Taches blanches ☐ Bord libre translucide ☐

Bord libre blanc ☐

Stries longitudinales ☐ Stries transversales ☐

Bord libre grisâtre ☐

ASPECT CUTANE

Morphologie:

Pieds égyptiens ☐ Pieds grecs ☐

Pied carrés ☐

Pieds fins ☐ Pied larges ☐

Pied charnus ☐ Pied osseux ☐

Aspect des jointures :

Pointure :

ASPECT DES ONGLES

Morphologie:

Ongles carrés ☐ Ongles rectangulaires ☐

Ongles ronds ☐ Ongles en amande ☐

Ongles triangulaires ou spatulés ☐

Taille de la zone rosée :

Courte ☐ longue ☐

Taille du bord libre :

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Déformation : Orteils ☐ Hallus valgus ☐ Anomalies : Nævus ☐ Cicatrices ☐ Crevasses ☐ Engelures ☐ Gonflements ☐ Dermatoses :…… Pilosités :……... …… …… Veines ☐ apparentes Angiomes ☐ TOUCHER Doux ☐ Rêche ☐ Moite ☐ froid ☐ Chaud ☐ Peau fine ☐ Peau épaisse ☐ Callosités☐ Talons secs ☐ Hydratation : Satisfaisante ☐ Insuffisante ☐	Rongée ☐ Invisible ☐ Courte ☐ Longue ☐ Etat des cuticules : Régulier ☐ Sec et fendillé ☐ Rongée ☐ Anomalies : Ongle hyper kératinisés ☐ Mycoses ☐…… Hématomes ☐ …… Onychoses ☐ …… Autres :……... …… …… TOUCHER Ongles mous ☐Ongles secs et cassants ☐ Ongles durs ☐ Ongles dédoublés ☐

ENQUÊTE ORALE

Habitudes cosmétiques :

Beauté des pieds régulière☐ Fréquence :…… Institut ☐ Domicile☐

Pédicurie médicale ☐ ……

Produits employés :

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Crème pieds ☐ Gommages ☐ Base ☐ Bains ☐ Vernis à ongles ☐ Couleur : ……Fréquence : ……		
Sollicitation des pieds : Professionnelle : …… Loisirs : …… Divers : Hyperhidrose ☐ Douleurs ☐ Historique à l'institut :		
Date de passage	Prestations effectuées	Produits achetés

Tableau n° 01

Hygiène et sécurité :

- ✓ En cas d'anomalie, orientez votre cliente vers un podologue.
- ✓ La vue et le toucher sont deux sens primordiaux de l'examen.

3.1. 4 – Exercice d'application :

Q 1)- Quelles sont les différentes étapes préliminaires d'un soin du pied ?.

……
……
……

Q 2) La bouteille contenant le dissolvant doit être fermée immédiatement après son utilisation. Pourquoi devriez-vous la fermer après utilisation ?.

……
……
……

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Q 3) a - Quelle est l'utilité de la fiche cliente ?.

……
……
……

b - Quelles sont les étapes du diagnostic ?.

……
……
……

3.1.5 - Exercice pratique :

Titre : Examen des pieds et des ongles.

But de l'exercice :

- apprendre à examiner la peau des pieds et les ongles.
- Apprendre à déceler les affections du pied et des ongles.

Méthode d'exécution :

- Examiner correctement les pieds de la cliente.
- Examiner correctement les ongles de la cliente.

Temps allouer : 20 mn

Matière d'œuvre :

- Poste de travail aménagé.
- Appareils : Lampe loupe.
- Fiche cliente.

Hygiène et sécurité :

1. Éviter les risques de contamination par le port de gants.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.2 Les Techniques d'un soin esthétique du pied et de l'ongle :

3.2.1- Coupe et limage des ongles du pied :

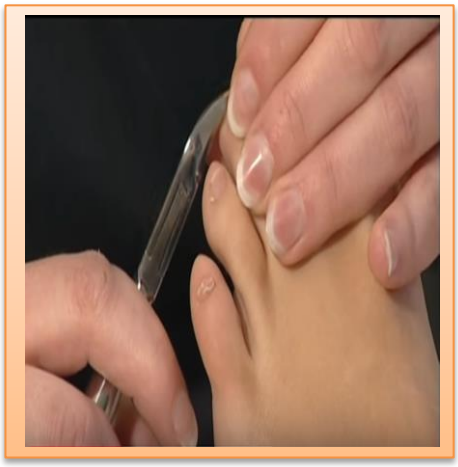


Fig: 06: Coupe des ongles

***Si les ongles sont trop longs :**

- utiliser la pince a ongle d'abord pour les raccourcir.
- maintenir la pince bien droite et parallèle à l'ongle

et appuyer sur les Branches, commencer du petit orteil en évoluant vers le gros orteil.(voir figure 06)

***Si les ongles sont à bonne longueur :**

- procéder au limage directement avec une lime émeri à deux faces
- prenez votre lime face « gros grains » pour raccourcir et donner la forme.
- commencer par limer perpendiculairement l'ongle en effectuant toujours le même mouvement de l'extérieur vers le centre. Changer de face « grains fins » pour affiner et éliminer « les barbes ».
- procéder de la même façon pour chaque pied. (voir figure 07)



Fig: 07: limage des ongles

Hygiène et sécurité :

- choisir la lime émeri à deux faces ou en verre, elle ne fragilise pas l'ongle.
- éviter le mouvement de va-et-vient avec la lime, cela fragilise l'ongle
- plonger le pied dans une bassine d'eau savonneuse tiède.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.2.2 - Trempage et Brossage des ongles :

- procéder au brossage des ongles et ponçage des callosités de la plante du pied et du talon pendant le trempage.
- procéder de la même façon sur l'autre pied. (voir figure 08)



Fig: 08: Brossage des ongles

Hygiène et sécurité :

✓ Il est important de brosser les ongles pour les débarrasser des impuretés et les faire blanchir.
✓ N'oublier pas de changer l'eau avant le brossage.
✓ Après chaque usage la brosse doit être parfaitement nettoyée, séchée et rangée loin des poussières.

3. 2.3 - Application de l'huile ou crème fortifiante :

- prélever une quantité de crème à l'aide d'un bâtonnet en buis carde.
- appliquer la crème sur chaque cuticule et ongle de ce pied.
- faire pénétrer la crème en massant avec des mouvements circulaires avec la pulpe des deux pouces. (voir figure 09).



Fig: 09: Application l'huile fortifiante

Hygiène et sécurité :

✓ l'application de crème nourrissante ou fortifiante est nécessaire avant l'application de la crème émolliente.
✓ Elle est protectrice, nourrissante et favorise la croissance de l'ongle.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.2.4 - Ponçage des callosités :

- **Pierre ponce** :
  - Tremper la pierre ponce dans de l'eau pour ne pas irriter la peau.
  - Frotter les rugosités de la plante du pied et du talon.
  - Toucher la peau du bout du doigt pour vérifier que le ponçage est Suffisant. (voir figure 10)



Fig: 10: ***Ponçage des*** **callosités**

Hygiène et sécurité :

- ✓ Prendre au préalable un bain des pieds pour ramollir les callosités.
- ✓ Après usage la pierre ponce doit être nettoyer à l'aide d'eau savonneuse et une brosse.

- **Ponçage électrique :**
  - Les pieds doivent être bien secs.
  - Brancher la ponceuse électrique et choisir la fraise idéale.
  - Régler la vitesse et le sens de rotation en fonction du But recherche.
  - Déplacer la fraise de ponçage sur les talons de la plante du pied.
  - La corne réduite en poussière, éliminer la poussière en utilisant l'appareil aspirateur
  - Procéder de la même façon pour le deuxième pied. (voir figure 11)

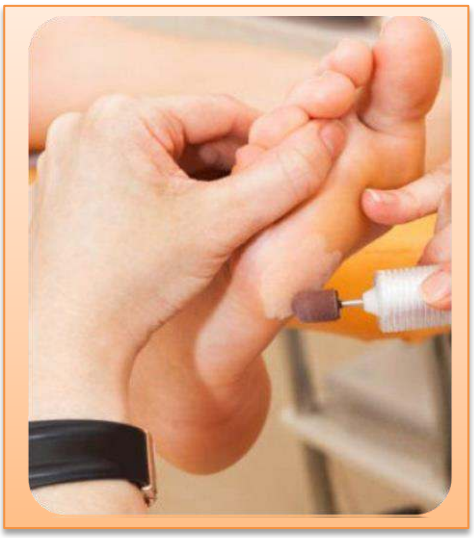


Fig: 11 Ponçage électrique

Hygiène et sécurité :

- ✓ Protégez-vous des poussières lors des ponçages avec un masque buccal.
- ✓ Lors du ponçage les pieds doivent être bien secs.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.2.5. Application de l'eau ou crème émolliente :

- prélever la quantité nécessaire à l'aide d'un bâtonnet cardé.
- repartir sur les replis péri-unguéaux de l'ongle.
- laisser agir quelques secondes.
- procéder de la même façon pour le second pied.

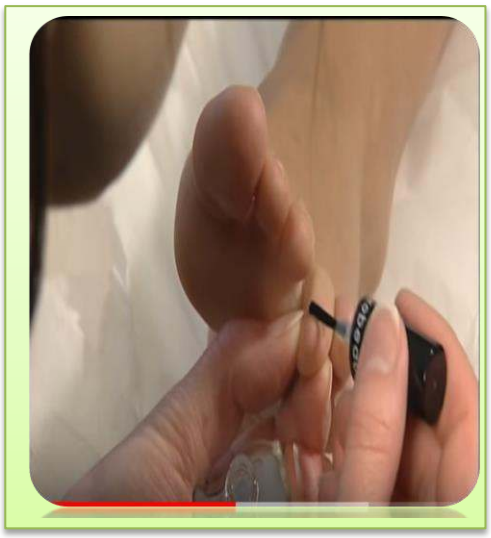


Fig:12: Application de l'eau ou crème émolliente

Hygiène et sécurité :

✓ Éviter de toucher la peau avec de l'eau émolliente pour ne pas l'agresser.

✓ Appliquer soigneusement, juste sur les replis péri -unguéaux et l'ongle. (voir figure 12).

3. 2.6. Repoussage du bourrelet et coupe des envies.

***Repoussage des cuticules :**

- Repousser délicatement le bourrelet avec un bâtonnet ou un pied de biche pour dégager au maximum la surface de l'ongle
- Éliminer les adhérences cutanées par petits mouvements circulaires du bâtonnet ou du pied de biche. (voir figure 13)



Fig:13: Repoussage des cuticules

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

***Coupe des envies :**

- Avec vigilance, tenir la pince a envie dans la paume des mains.
- couper les peaux résistantes avec une pince à envies tenue dans la paume de la main ; la coupe doit être franche la zone travaillée est désinfectée au fur et à mesure de la coupe.
- Procéder de la même façon sur le second pied. (voir figure 14)



Fig:14: Coupe des envies

Hygiène et sécurité :

- ✓ Ne tirez pas vers vous en coupant la zone travaillée.
- ✓ Assurez-vous de la stérilisation de la pince et de tous les outils en fer avant et après chaque usage.
- ✓ Soyez vigilant pendant le repoussage et la coupe des cuticules pour ne pas blesser la cliente.
- ✓ Désinfecter la zone travaillée au fur et à mesure.

3. 2.7. Les techniques du modelage du pied et de la demi- jambe :

-Le modelage est une technique manuelle de massage exécutée sur le pied jusqu'à la demi jambe, elle s'effectue a l'aide de crème, huile ou baume nourrissant et hydratant pour faciliter les manœuvres.
-Si les cuticules sont très sèches appliquer de l'huile fortifiante avant le modelage.

But :

- Il apporte un soin réel du pied et une grande détente pour la cliente.
- Les mouvements de modelage doivent être lents et sans brutalité.
- Procure la détente, le bien-être et réduit le stress.
- Favorise la croissance et la qualité des ongles en stimulant la matrice.
- Assouplie les articulations.
- Favorise la circulation sanguine.
- Améliore l'aspect cutané du pied et de la demi- jambe.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.2.8 Méthode d'exécution du modelage du pied et de la demi- jambe :

- Assurez-vous du confort de votre cliente ainsi que votre position.
- Prélevez la quantité de crème de modelage nécessaire à l'aide d'une spatule en plastique soigneusement désinfecter, réchauffer la entre vos mains et appliquer sur le pied et la demi jambe.

1. L'effleurage général du pied et de la demi- jambe :

- L'effleurage permet de prendre contact avec la cliente. (voir figure 15 et figure 16).
- Lissez avec les deux mains alternativement des orteils au genou.
- Effleurage du mollet.
- Effleurage simultané des deux faces du pied.
- Lissez simultanément la voute plantaire et le coup de pied.
- Effleurage de l'inter métatarsien.





Fig:15 et Fig 16 : Effleurage du pied et de la demi- jambe

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2.Foulage de la voute plantaire :

Exercer des rotations profondes avec la pulpe des deux pouces puis avec le dos des phalangines. (voir figure 17 et figure 18)



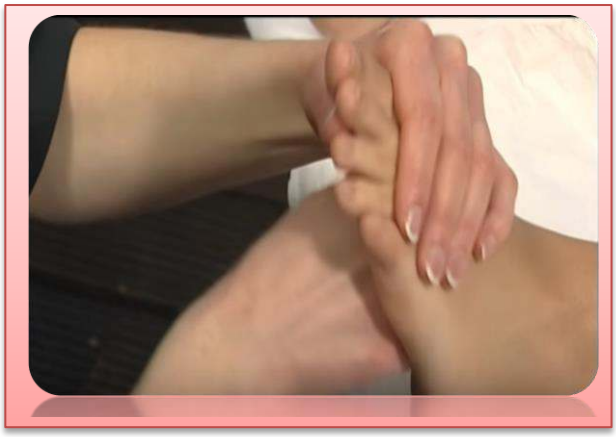


Fig:17 – 18 : Foulage de la voute plantaire

3-Lissage de la voute plantaire et de la face postérieure de la demi jambe :

Glissez avec une main des orteils au genou en effectuant une rotation au passage sur le talon. (voir figure 19)



Fig: 19 : Lissage

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

4. Mobilisation des orteils :

Les manœuvres de mobilisation consistent à faire bouger les articulations au niveau des orteils et la cheville en maintenant le pied d'une main exercez un mouvement de flexion et d'extension de tous les orteils et un étirement de chaque orteil. (voir figure 20)



Fig:20: Mobilisation des orteils

5. Mobilisation de la cheville :

Maintenez la cheville d'une main et faire exercer un mouvement de rotation et de flexion-extension du pied. (voir figure 21)



Fig: 21: Mobilisation de la cheville

6. Drainage des espaces inter métatarsien :

Chaque espace inter métatarsien est

Drainé vers la cheville par un mouvement alternatif des deux pousses. (voir figure 22)



Fig: 22: Drainage

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

7- Massage des bords latéraux et fixions des métatarsiens ou ventouses:

- Avec les mains oxygéner la peau des Pieds.
- Réaliser une pression des deux mains sur les bords latéraux du pied et relâcher.
- Mobiliser en mouvement dynamique de va et vient les métatarsiens. (voir figure 23)



Fig:23: Massage des bords latéraux

8- Pétrissage du pied et de la demi -jambe:

Pétrir les deux faces du pied puis poursuivre le pétrissage en montant sur le mollet.

9- Effleurage final :

Lisser des orteils au genou en effectuant une rotation au passage des malléoles. (voir figure 24).



Fig: 24: Effleurage final

Hygiène et sécurité :

✓ Après avoir terminé le modelage, les couvercles de chaque contenant doivent être nettoyés avant d'être remis en place.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3. 2.9 –Exercice d'application :

1-Quel est le but d'un soin esthétique du pied ?

……
……
……
……

2- Quel est le rôle de l'huile fortifiante ?

……
……
……
……

3-Donner le but du modelage du pied et de la demi- jambe ?

……
……
……
……

3.2.10 -Exercice pratique :

Titre : Technique des étapes du soin esthétique des pieds.

But de l'exercice :

- Acquérir les bonnes techniques des différentes étapes du soin.
- Respect du cheminement des étapes du soin.

Méthode d'exécution :

- Asepsie des pieds.
- Démaquillage des ongles.
- Examen des pieds et des ongles.
- Trempage et brossage.
- Application de l'huile fortifiante.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- Ponçage des callosités.
- Application de l'eau émolliente.
- Repoussage du bourrelet et coupe des envies.
- Modelage.

3.3- Les étapes finales d'un soin esthétique du pied :

3.3.1 - Dégraissage et nettoyage des ongles :

Le nettoyage et le dégraissage des ongles permettent d'éliminer la surface grasse des ongles pour faciliter la tenue du vernis.(voir figure 25)



Fig:25: Dégraissage des Ongles

Méthode d'exécution :

A l'aide d'un coton imbibe de dissolvant procédez au dégraissage des ongles des cinq orteils du premier pied puis des cinq de l'autre pied.

3.3.2 - Blanchissement du bord libre de l'ongle :

- Munissez-vous maintenant d'un bâtonnet cardé.
- Prélevez de l'eau oxygénée à 10v afin de nettoyer le bord libre de l'ongle et de le blanchir.
- Placer le bâtonnet de buis sous l'ongle en le faisant glisser d'une extrémité a l'autre.
- Travailler un pied puis l'autre. (voir figure 26)



Fig:26: Blanchissement du bord libre de l'ongle

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.3.3 - Polissage des ongles :

- Active la circulation sanguine, durci la plaque uniformise la surface des ongles, attenue les stries et les fait briller. (voir figure 27)

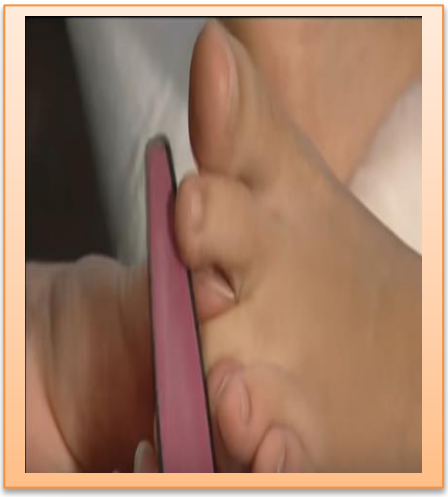


Fig 27:Polissage des Ongles

Méthode d'exécution :

- Travailler au polissoir à plat en effectuant des mouvements de va et vient avec les différentes faces du polissoir sur chaque ongle.

3.3.4 - Application de la base :

- Placer des écarts orteils ou les séparateurs d'orteils
- Appliquer une fine couche de base ou de durcisseur en trois coups de pinceau
- Placer le flacon de base dans votre main ou porte vernis tout en maintenant l'orteil de votre model
- Prélever la quantité suffisante sur le pinceau.
- Commencer l'application par le centre de l'ongle.
- Approcher-vous au plus près de la cuticule sans la toucher puis lissez jusqu'au bord libre
- Effectuer ce geste sur chaque ongle des pieds puis changez le pied.
- Respecter le temps de pause fixe. (voir figure 28).



Fig :28: Application de la base

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.3.5 - Maquillage des ongles :

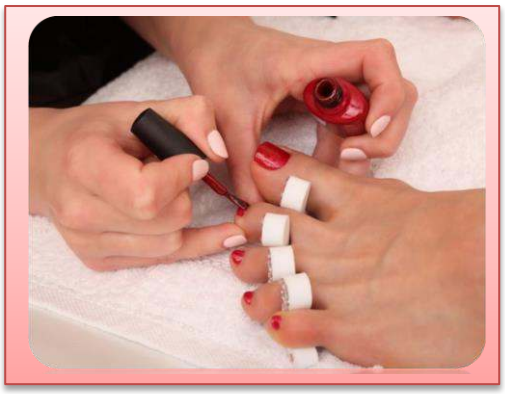


Fig :29 : Application d'un vernis

- Appliquer le vernis selon le choix de la cliente (voir figure 29)

Application d'un vernis opaque :

Méthode d'exécution :

- Après avoir appliqué la base, celle va guider le vernis.
- Caler le flacon dans le creux de votre main un bâtonnet cardé, une mince couche de coton et du dissolvant.
- Saisir un orteil entre le pouce et l'index en dégageant la surface.
- Travailler en trois bandes, d'abord le centre de l'ongle puis les cotes sans dépasser la base
- Appliquez la première couche du vernis opaque en couches fines toujours en trois bandes.
- -Vérifier que la première couche soit bien sèche pour appliquer la deuxième très fine.
- -Prévoyez un temps de séchage suffisant.
- -Le séchage peut être accélérer par l'emploi d'un produit séchant aérosol ou d'un petit appareil a ventilation.
- Après séchage complet, l'application d'un vernis protecteur incolore apportera tenue et brillance supplémentaire.

3.3.6 -La French pédicure :

Il existe une autre technique de maquillage des ongles qui porte le nom de french pédicure . C'est une technique inventée aux USA L'atout majeur de cette technique est son effet naturel, elle met les pieds en valeur et protège le bord libre de l'ongle. (voir figure 30)



Fig :30 : La french pédicure

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Technique d'application dune french pédicure :

- Appliquer une base sur les ongles.
- Appliquer le vernis blanc sur le bord libre d'un seul coup de pinceau des extrémités au centre en suivant la courbe naturelle du bord libre.
- Éliminer les débordements inévitables à l'aide du bâtonnet.
- Attendre le séchage complet avant d'appliquer le vernis pastelle sur la surface de l'ongle en une ou deux couches.
- Le fixateur est conseillé pour assurer la tenue du vernis

Hygiène et sécurité :

Il n'est pas recommandé de porter un vernis à ongle toute l'année cela détruit l'ongle qui devient cassant.

3.3.7 - La décoration des ongles :

- Consiste à appliquer des décorations sur l'ongle, c'est un véritable maquillage des ongles cette discipline nous vient d'Asie où elle s'est développée avant d'être exploité en occident.

Elle consiste à compléter les poses de vernis par une touche de fantaisie :(voir figure 31-32-33-34)

- Vernis de couleur non usuelle : jaune, bleu…
- Paillettes, poudre d'or et d'argent.
- Nacre concassée.
- Bijoux d'ongles.
- Motifs 3D.
- Strass.
- Perles.
- Capsules pré-décorées ou dorées.
- Piercings et pendentifs.



Fig :31 :décoration des Ongles



Fig :32 :Strass sur l'ongle

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر



Fig :33 :décoration des Ongles



Fig :34 : Motif - paillettes

3.3.8 -Exercice d'application :

1- Donner le but du dégraissage de l'ongle ?.

……
……
……

2- Donner le but du polissage des ongles ?.

……
……
……

3- Donner la technique d'application d'une french pédicure ?.

……
……
……

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.3.9 -Exercices pratiques :

Titre : technique du maquillage des ongles.

But de l'exercice :

- Acquérir les bonnes techniques du maquillage de l'ongle

Méthode d'exécution :

- Maitrise des différentes techniques du maquillage de l'ongle.
- Pose des sépare orteils.
- Application de la base de vernis.
- Laisser un temps de pose pour le séchage.
- Application d'un vernis selon le choix de la cliente.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.4 -Résumé :

A travers ce chapitre vous avez appris que le soin et la beauté des pieds est destiné à améliorer l'aspect des pieds et des ongles par l'application de produits cosmétiques, vous avez acquis les techniques manuelles et l'utilisation d'instruments spécifiques.

De par sa localisation elle nécessite une attention toute particulière en ce qui concerne l'hygiène.

Vous savez maintenant que son déroulement peut se résumer ainsi :

- bain aseptisant
- démaquillage et mise en forme
- Diagnostic
- coupe et limage
- Brossage et ponçage
- Nutrition et assouplissement par un modelage approfondi du pied et de la demi- jambe.
- Embellissement de la surface unguéale
- protection des ongles par une base de vernis

Vous allez finir votre soin par un maquillage des ongles avec des couleurs choisis par la cliente, vous devez assurer la netteté de la texture et l'uniformité de l'application du vernis.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.5- Exercice de synthèse :

Q 01- Testez vos connaissance grâce à un Q.C.M vrai aux faux.

a- Le modelage :

- Apporte un soin réel profond. ☐
- Une détente pour la cliente. ☐
- Les mouvements du modelage doivent être brutaux. ☐
- Procure la détente le bien être. ☐
- Assouplie les articulations. ☐
- Active la circulation sanguine. ☐
- Stimule le stress. ☐
- Facilite la circulation du sang. ☐

b- L'effleurage apporte :

- Une stimulation ☐
- Une détente. ☐
- Un relâchement des tissus. ☐
- Agit sur le système nerveux. ☐
- Agit sur le système circulatoire. ☐

Q 02 - La french pédicure est une technique mise au point aux états – unis, elle s'inspire de l'ongle naturel à la française – Expliques sa technique d'application?.

Q 03 - Expliquez comment se fait la décoration des ongles et quelles sont les fantaisies utilisés pour sa réalisation ?.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Exercice de synthèse pratique :

Titre: Maquillage des ongles.

Durée : 01 heure développer le sens artistique.

Matériel requis :

- Poste de travail préalablement aménagé.

Outils:

- Lime à Ongles.
- Ecartes orteils.
- Bâtonnets.

Accessoires:

- Lingettes.
- Serviettes.
- Coton.
- Dissolvant.
- Toutes sortes de vernis.

Mise en situation:

Vous être sollicité pour réaliser des maquillages des ongles sur des mannequins dans le cadre de plusieurs défilés de mode de haute couture.

- Le thème de la collection s'inspire des 4 saisons – proposez un schéma par saison sur les ongles des pieds, en tannant compte de la tenue de chaque mannequin.

Marche à suivre :

- Démaquillage des ongles.
- Limage des ongles.
- Palissage des ongles.
- Application de la base de vernis.
- Maquillage des ongles.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Introduction :

Le soin particulier est une valeur ajoutée au soin pour améliorer l'aspect cutané et corriger certaines imperfections, comme le dessèchement, la déshydratation l'hyper kératinisation, il peut se faire comme un complément comme il peut se faire seul. Dans ce chapitre vous découvrirez les différents produits avec les techniques appropriés au soin en appliquant toutes les mesures d'hygiène et de sécurité.

4.1- Le Gommage :

4.1.1. Définition et but :

Définition:

C'est une technique de travail qui permet l'exfoliation, la desquamation des cellules mortes, associée à des produits gommant spécifiques. Elle s'applique avant un masque. (voir figure 01)



Fig: 01: Le Gommage

But :

- Élimine les cellules mortes
- Favorise l'action et la pénétration des principes actifs.
- Lutte contre les callosités.
- Affine et adouci le grain de peau

4.1.2 Méthode d'exécution :

-Ce soin peut s'exécuter seul

-Il peut être exécuté associe aux soins de beauté.

-Répartir grossièrement le produit sur toute la zone.

-Effectuer des mouvements rotatifs dynamiques en respectant le sens du retour vineux.

Pour un gommage mécanique à grains, on les microparticules roulent régulièrement sous les mains.



Fig: 02: Application de Gommage

Dans le cas d'un gommage à gommes on poursuit par un mouvement de lissage pour évacuer les résidus quant au gommage chimique, il se travaille par un lissage très deux.

S'adapter aux besoins et à la tolérance de la zone insister sur les zones hyper kératinisées (talons, genoux). (Voir figure 02).

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Étape de travail :

- Asepsie des deux pieds
- Démaquillage des ongles des pieds
- Examen de la peau et des ongles
- Essuyer la peau avec une lingette ou un coton imbibe de lotion tonique
- Séchez les pieds à l'aide d'un papier absorbant.
- Appliquer le produit gommant au pinceau du bout des orteils à la cheville évité les ongles, et en couches épaisses sur la plante des pieds et les talons.
- A l'aide de la paume des mains et des pouces, effectuer des mouvements circulaires.
- Vous pouvez utiliser à la place des mains l'appareil brosse rotative afin de faciliter et parfaire le mouvement.
- Régler la vitesse et le sens du mouvement de la brosse en fonction du but recherche.
- Déplacer la brosse lentement sur les zones de travail.
- Essuyer la peau des pieds et des demi- jambes avec des éponges imbibées ou des gants éponges pour enlever toute trace du gommage.
- Appliquer une lotion et sécher avec un papier absorbant.
- Le gommage est toujours suivi d'un masque.

Hygiène et sécurité :

Après chaque utilisation débarrassez-vous de l'eau utilisée
Rincer les accessoires de l'appareil rotatif dans de l'eau savonneuse, désinfecter, sécher et ranger.

4.1.3- Exercices d'application :

1)-Donnez dans l'ordre les étapes d'un soin gommant ?.

……
……
……
……

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2)- Donnez le but du masque ?.

……
……
……
……

4.1.4 - Exercices pratiques :

Titre : Réaliser un gommage sur le pied et la demi- jambe.

But de l'exercice : Apprendre à éliminer les cellules mortes de la couche cornée

- Respect des techniques d'application et de retrait du masque

Méthode d'exécution : Sur un modèle vivant.

- Appliquer une couche plus ou moins épaisse de gommage.
- Retirer après temps de pause par un rinçage à l'eau tiède et d'éponge végétale.
- Appliquer la lotion tonique et sécher.

Temps alloué : 20min.

Matière d'œuvre :

- Produit de gommage.
- Lotion tonique apaisante.

Ressource matérielles :

- Pinceau.
- Eponge.
- Spatule.
- Coton.
- Cuvette.
- Papier absorbant.

Hygiène et sécurité :

- ✓ Stérilisation du matériel.
- ✓ Évitez l'irritation excessive de la peau.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

4.2 - Les masques :

4.2.1. Définition et but :

Définition:

Ce sont des préparations de consistance variée pouvant s'applique sur la peau du visage, des mains et des pieds.



Fig: 03: Masque plante des pieds

But :

-Éclaircir la peau
-Purifiant, lissant, régénérant, il redonne un coup d'éclat à la peau.
-Nourrissant.
-Hydrate la peau.
-Favorise la circulation du sang (voir figure 03).

4.2.2- Méthode d'exécution :

-S'applique automatiquement après un gommage
-Une fois la lotion appliquée, procéder à l'application du masque.
-Au pinceau en couche épaisses, couvrir tout le pied
du bout des orteils en remettant au niveau de la demi- jambe. Éviter de mettre sur les ongles.
-Laissez un temps de pause de quinze à vingt minutes.
-Pendant la pause, appliquer le masque du deuxième pied.

-Retirer le masque avec des éponges mouillées ou gants a éponges. (voir figure 04).
-Mettez une lotion rafraichissante sèche.
-Appliquer une crème hydratante juste après par un effleurage léger et rapide.

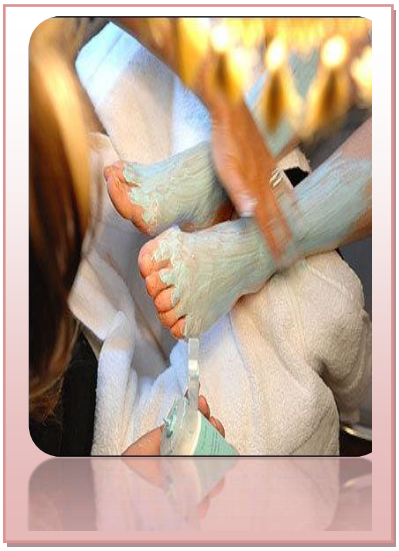


Fig: 04:Masque pieds et demi- jambes.

Hygiène et sécurité :

Après chaque usage vous devez nettoyer les éponges avec de l'eau savonneuse et rincer a l'eau chaude, séchez et rangez.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

4.2.3 - Exercice d'application :

Titre : Réaliser la technique d'un masque.

But de l'exercice :

- L'application et le retrait d'un masque.
- Respect des techniques d'application et de retrait du masque.

Méthode d'exécution : sur un modèle vivant.

- Appliquez correctement le masque.
- Retirez le masque avec des éponges après un temps de pause de 15 min.
- Appliquer la lotion tonique et sécher.

Temps alloué : 20 min

Matière d'œuvre :

- Le produit du masque
- Lotion tonique
- Crème hydratante

Ressources matérielles :

- Pinceau
- éponge
- spatule
- coton
- cuvette pour le rinçage.

Hygiène et sécurité :

- Stérilisation et hygiène du matériel.

4.3 -La paraffine

4.3.1-Définition et but :

Définition:

La paraffine utilisée en institut de beauté comme substance thérapeutique, retient la chaleur, L'eau et dilate les pores de la peau

La paraffine est un hydrocarbure obtenu après distillation du pétrole c'est une substance minérale blanche, solide, grasse au toucher, non soluble dans l'eau et non assimilable par la peau

Cette technique très performante revitalise les peaux sèches, déshydratées et agressées (climat et travaux manuels) en leur apportant un confort incomparable

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Préconisée pour les soins des mains et des pieds, elle réduit les rugosités et la sècheresse de la peau. (voir figure 05).



Fig: 05: Épates du soin paraffine.

But :

Grace à la chaleur elle :

- assouplie les cuticules.
- active la circulation sanguine..
- favorise la pénétration des crèmes traitantes
- renforce la croissance des ongles.
-adouci la peau et l'éclairci.
- Un bon soin pour les personnes souffrantes de rhumatisme ou d'arthrite.

4.3.2- Méthode d'exécution :

Il existe deux méthodes :

1 -Mettre la paraffine dans l'appareil chauffant et faire plonger les pieds. appliquer la après le soin du pied.

2-Appliquer la paraffine au pinceau.

Méthode 01 :

-Asepsie des pieds.

-Démaquillage des ongles des deux pieds.

-Examen de la peau et des ongles.

-Application d'une huile fortifiante sur les cuticules en effectuant un léger massage circulaire.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

-Application de la paraffine
-Faire un test de chaleur en trempant l'un de vos doigts dans le bac a paraffine pour s'assurer que c'est supportable
-Trempez le pied de la cliente dans le bain à paraffine quelques secondes, trois fois orteils séparés, puis trois fois orteils serres
-Introduire immédiatement le pied dans un sachet ou papier cellophane
-Laissez un temps de pause

Méthode 02 :

-Préparer une grande feuille de papier aluminium.
-Étaler une couche de paraffine sur le papier aluminium au pinceau, et poser le pied dessus
-Appliquer la paraffine sur la face dorsale des pieds rapidement du bout des orteils au genou
-Couvrir avec le papier aluminium le pied et la demi-jambe
-Couvrir avec une serviette ou enfiler une botte éponge pour garder la chaleur
-Laisser un temps de pause jusqu'à 15mn
-Retrait de la botte éponge avec le papier aluminium
-Remuer les orteils
-Effectuer des effleurages et des lissages
-Nettoyer le bord libre des ongles avec un bâtonnet de buis et de l'eau oxygénée.

Hygiène et sécurité :

Les bains de paraffine sont à éviter chez les personnes ayant des irritations de la peau telle que les brulures l'eczéma et les varices.

4.3.3 –Exercices d'application:

1) Une de vos clientes sollicite vos conseils pour un problème de pieds secs et calleux quel produits lui conseillez-vous et quels sont vos arguments ?.

……
……
……

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2) Citez les contres indications de la paraffine?.

……...….

……

…..……..……..

3) Quel est le but d'un soin particulier ?.

……

……

……

4) Donnez le but de modelage ?.

……

……

……

4.3.4 - Exercices pratique:

Titre: Réaliser un enveloppement à la paraffine.

- Apprendre à réaliser un enveloppement à la paraffine.
- Apprendre à retirer délicatement la botte de la paraffine.

Méthode d'exécution :

Sur un modèle vivant.

- Appliquer correctement la paraffine en respectant les techniques de l'enveloppement.
- Retirer correctement la paraffine.

Temps alloué: 30mn.

Matière d'œuvre:

- Paraffine.
- Huile ou crème nutritive.

Ressources matériels:

- Appareil à paraffine.
- Pinceau pour paraffine.
- Coupelle.
- Botte et sac plastique.
- Papier aluminium.

Sécurité hygiène :

- ✓ Ne pas oublier de tester la température de la paraffine avant l'application.
- ✓ Ne pas réutiliser la botte de paraffine.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

4.4- Pédicure tiède :

4.4.1-Définition et but :

Définition:

La pédicure tiède est un soin exceptionnel qui optimise et fortifie la croissance des ongles, elle apporte un gain de nutrition, d'hydratation, de souplesse et de détente.

Son principe est de remplacer l'eau savonneuse par un bain de crème hydratantes, très riche en agents hydratants, collagène, vitamine E et kératine ; tiède dans un appareil prévu a cet effet.

But :

-Au bout de 6 à 7 séances, votre cliente retrouvera des ongles de rêve, en bonne sante

-Des pieds bien hydratés et doux.

4.4.2- Méthode d'exécution :

-Se déroule de la même manière que le soin classique.

-Tremper les pieds dans une eau additionnée à une crème nourrissante.

-Le modelage est le même que le classique, mais celle-ci s'effectue avec la crème de trempage encore tiède en insistant sur les ongles

-Suivre les mêmes étapes que le soin classique.

(voir figure 06).



Fig:06:bain de crème

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

4.5- FICHE TECHNIQUE : BEAUTE DES PIEDS :

La fiche cliente contient des informations professionnelles contenant la nature de la peau du pied, les prestations et soins effectues et les produits que la cliente peut utiliser chez elle matin et soir, ce qui lui permet d'entretenir sa peau à domicile et permet à l'esthéticienne de conclure la vente de ses produits.

4.5.1- Etat des pieds:

A) - Les pieds secs : sont un problème fréquent, les pieds secs sont causés par un manque d'hydratation de la peau.
La conséquence en est que les pieds sont s'écaille ou des crevasses apaisassent souvent au niveau des talons.
Les crevasses peuvent rendre la marche pénible ou provoquer des saigne ment.

Conseil pieds secs :

- ✓ Hydrater les pieds.
- ✓ Boué de l'eau.

B) – transpiration excessive des pieds : il semblerait que des stimuli psychiques et thermiques soient un pliques dans la sudation excessive des pieds et il arrive qu'un problème de santé provoque des sueurs abondantes qui résultent des odeurs excessives, l'odeur est due à une bactérie qui se développe.

C)- Pied échauffés fastigiés : Les pieds échauffés fatiguée sont le résultat d'un trouble circulatoire qui provoque une sensation de brulure et une rougeur dans les pieds.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

4.5.2- Modèle de fiche technique:

Etat des pieds	PRODUITS / PRINCIPES ACTIFS.	ARGUMENTS DE VENTE	CONSEILS D UTILISATION
Pieds secs	**Crèmes pieds** : Huile d'argan et beurre de karité.	Nourrissante, réparatrices elles apportent du confort aux Pieds secs et abimes.	Apres chaque douche et aussi souvent que nécessaire, massez vos pieds des orteils vers la cheville en insistant sur les talons.
Transpiration Excessive	**Crèmes deo-pieds :** Talc Romarin, sauge	Rafraichit et neutralise-les odeurs, absorbe l'humidité.	Le matin avant d'enfiler les chaussures
Pieds échauffés et Fatigues.	**Produits pour bains de pieds :** sels, lait, pastilles menthe poivrée **Gels défatigants** : Menthol, bambou, Camomille.	Délasse, rafraichi, décongestionne et allège	Mettre le produit dans un bain d'eau et tremper les pieds pendant 15 mn Appliquez le produit en remontant des orteils aux genoux.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

EN FONCTION DES CAS /	PRODUITS / PRINCIPES ACTIFS	ARGUMENTS DES VENTE	CONSEILS D UTILISATION
1 à 2 fois par semaine	Dissolvant doux sans Acétone	Elimine parfaitement base et / vernis sans agresser cuticule et plaque de l'ongle	Appliquer un coton imbibe de dissolvant sur chaque ongle. quelques secondes puis retirer. en le faisant glisser vers l'extrémité du doigt
1 à 2 fois par semaine	Gommage a Microparticules	Adoucit en éliminant la callosité, améliore la pénétration des produits traitants.	Faite rouler les particules sur les pieds. humidifier en insistant sur les talons et les épaississements rincer a l'eau tiède sous la douche et bien sécher avant d'appliquer un masque.
1 à 2 fois par semaine	Huile cuticules Vitamine E et F	Nourrit et fortifie l'ongle et les cuticules favorise la croissance de l'ongle.	Appliquez le produit sur tout le contour de l'ongle pendant quelques secondes

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

1 à 2 fois par semaine	Produits pour bains de pieds : sels, lait, pastille huiles essentielles de romarin, de thym et de lavande	Amollit les cuticules et les épaississements cutanés qui pourront être plus aisément retirer avec une râpe ou une pierre ponce.	le produit dans un bain d'eau tiède a chaud et tremper vos pieds pendant 10 mn poncer la plante de vos pieds, rincer et sécher très soigneusement.
1 à 2 fois par semaine	Masque nourrissant Huile de macadamia Vitamine E et F.	Nourrit en profondeur. Assouplit, répare-les talons fendillés	Etaler le produit en couches épaisses sur l'ensemble du pied Laisser reposer 10mn avant de rincer a l'eau tiède sous le robinet. Bien sécher et appliquer votre crème pour les pieds.
1 à 2 fois par semaine	Base protectrice Acides amines Kératines	Protège l'ongle des agressions extérieures et des pigments des vernis	Retirer l'excédent de crème de la surface de ongles a l'aide d'un mouchoir en papier Appliquer une couche fine sur toute la surface de l'ongle. Laisse bien sécher Avant d éventuellement appliquer votre vernis en deux couches.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

1 à 2 fois par semaine	Vernis à ongle	Colore et fait briller les ongles. Véritable accessoire de votre tenue.	
1 à 2 fois par semaine	Correcteur de vernis Dissolvant	Forme stylo pratique et précis pour nettoyer les débordements	Corriger localement
1 à 2 fois par semaine	Fixateurs de vernis	Prolonge la tenue et la Brillance du vernis.	En une couche fine Sur la pause de vernis sec
1 à 2 fois par semaine	Sèche vernis	Diminue le temps de Séchage	Avant ou après le Fixateur.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

4.6 - Résumé:

À travers ce chapitre vous avez vu les soins complémentaires utilisés pour améliorer l'aspect cutané de la peau et corriger certaines imperfections telles que le desséchement et la déshydratation.

Le gommage complément de soin sert à nettoyer et à exfolier la peau

Le masque pour hydrater, nourrir et adoucir la peau.

Le soin paraffine optimise l'hydratation et la nutrition cutanée des pieds et de la demi- jambe ainsi qu'une régénération cellulaire, favorise la pénétration des principes actifs et de la crème nutritive.

La pédicure tiède favorise la croissance des ongles ainsi que l'hydratation de la peau.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

4.7 - Exercices de synthèses

Titre: réalisation d'un soin esthétique des pieds avec un soin particulier.
Durée : 01h:30mn.
But : Faire un soin esthétique des pieds et de la demi- jambe.
Faire un soin particulier des pieds et de la demi- jambe.

Matériels requis:

- Fauteuils.
- Guéridon.
- Lampe loupe.
- Bassine.
- Set contenant (pince ongles pour pieds, pince à envie, limes pied de biche bâtonnets en buis, écarte orteils, rotatif).
- Appareil à paraffine.
- Paraffine.
- Pierre ponce.
- Crème de massage.
- Dissolvant.
- Crème ou huile à cuticule.
- Eau émolliente.
- Base de vernis.
- Vernis fixateur.
- Vernis coloré.

Mise en situation:

A partir d'un poste travail non installé, vous de devez réaliser un soin esthétique des pieds.

Dans la première partie vous préparerez votre poste de travail, le matériel et les produits nécessaires, pour réaliser un soin des pieds et de la demi- jambe ensuite vous allez préparer et installer la cliente.

Dans la deuxième partie vous exécuterez les étapes préliminaires du soin ensuite vous enchainerez avec les différentes techniques du soin et du modelage des pieds et de la demi- jambe.

Dans la troisième partie vous réaliserez un enveloppement des pieds et de la demi - jambe à la paraffine.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Dans la quatrième partie vous allez effectuer les étapes finales d'un soin du pied et de la demi- jambe, et réaliser un maquillage des ongles selon le choix de la cliente, en respectant les mesures d'hygiène et de sécurité pendant le déroulement du soin.

Marche à suivre :

- Préparation du poste de travail.
- Préparation de la cliente.
- Installation de la cliente.
- Asepsie des pieds.
- Démaquillez des ongles.
- Examinez les pieds et les ongles.
- Etablissez de la fiche cliente.
- Coupez et limez les ongles.
- Brossez les ongles.
- Massez la cuticule avec une huile ou crème fortifiante.
- Trempez les pieds puis poncez les callosités.
- Repoussez les cuticules et coupez les envies.
- Modelez le pied et la demi- jambe.
- Soin à la paraffine.
- Dégraissez et nettoyez les ongles.
- Blanchiment du bord libre de l'ongle.
- Polissez les ongles.
- Appliquez la base de vernis.
- Appliquez un vernis couleur.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Résumé général:

Ce manuel comprend des notions et des connaissances sur l'anatomie des pieds et des ongles, notamment la structure la physiologie et la morphologie, il vous servira à agencer votre poste de travail de façon fonctionnel et ordonné pour la meilleur accessibilité en respectant les règles d'hygiène et de sécurité.

Il vous servira aussi à préparer et à installer votre cliente dans la meilleure position de confort et de sécurité.

Il vous permettra de réaliser les étapes préliminaires avec un diagnostic en utilisant les moyens d'investigation pour déceler les éventuelles imperfections que peut présenter la peau des pieds ainsi que les ongles pour faire le choix adéquat du matériel et des produits et éventuellement éviter les risques de contamination.

Il vous servira de guide pour réaliser l'enchainement du soin par des techniques manuelles et l'utilisation d'instruments et d'appareils spécifique en tenant compte du confort et du bien-être du la cliente.

Enfin vous avez appris à nettoyer et à ranger votre poste de travail, tout en respectant les règles d'hygiène et de sécurité afin de répondre aux attentes de votre clientèle et de la satisfaire.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Activité de synthèse :

Spécialité: esthétique**.**

Module: réalisation des soins esthétique des pieds.

Durée: 01h:30mn.

But:

- Vérifier la maitrise de l'ensemble des connaissances et habilités requises pour réaliser un soin esthétique des pieds.

Matériels requis :

- Poste de travail préalablement aménagé.

Outils:

- Bâtonnets et repousse cuticules.
- Limes à ongle.
- Pince à cuticule.
- Pince à envie.
- Pince à ongles.
- Brosse pour les pieds.
- Pierre ponce.
- Polissoir.
- Râpe à corne en fer.
- Ecarte orteils.
- Bassine.

Accessoires:

- Lingettes.
- Serviettes.
- Coton.
- Détergent antiseptique.
- L'eau oxygénée.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- Crayon hémostatique.
- Eponge végétale.
- Pinceau.
- Dissolvant.
- Huile nourrissante.
- Eau émolliente.
- Crème de massage.
- Crème exfoliante.
- Masque.
- Base de vernis.
- Vernis couleur.

Mise en situation:

Les étapes de soin vous permettront de réaliser les différentes opérations du soin en respectant l'enchainement précis.

Marche à suivre:

- Aseptisez les pieds.
- Démaquillez les ongles.
- Examinez les pieds et les ongles.
- Coupez les ongles.
- Limez les ongles.
- Brossez les ongles.
- Appliquez de l'huile ou crème fortifiante et massez les cuticules.
- Poncez les callosités.
- Appliquez de la crème émolliente.
- Repoussez le bourrelet et coupez les envies.
- Appliquez un gommage.
- Retirez le gommage.
- Modelage.
- Appliquez un masque.
- Retirez le masque.
- Dégraissez et nettoyez les ongles.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- Blanchissez le bord libre de l'ongle.
- Polissez les ongles.
- Appliquez la base de vernis.
- Maquillez l'ongle avec un vernis couleur.
- Nettoyez et rangez le poste de travail.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

GRILLE D'ÉVALUATION FORMATIVE

Soin esthétique des pieds	Evaluation			
	Elève		Enseignant	
Elément d'observation	Résultat		Résultat	
	Oui	Non	Oui	Non
1- <u>Préparation du poste de travail et installation de la cliente:</u>				
- A positionné de façon sécuritaire le fauteuil.	☐	☐	☐	☐
-A disposé la loupe de façon fonctionnelle et sécuritaire.	☐	☐	☐	☐
-A préparé les appareils et à les disposer de façon fonctionnelle et sécuritaire.	☐	☐	☐	☐
-A préparé le stérilisateur	☐	☐	☐	☐
-A préparé correctement la table de service et la disposer de façon fonctionnelle	☐	☐	☐	☐
-A préparé le matériel et l'outillage et les disposer de façon sécuritaire et fonctionnelle	☐	☐	☐	☐
-Respecter les règles d'hygiène et de sécurité tout au long de cette étape.	☐	☐	☐	☐
<u>2-Installation de la cliente</u>				
- A accueillir chaleureusement la cliente	☐	☐	☐	☐
- A préparer la cliente en la conduisant au vestiaire en lui remettant un peignoir et des mules.	☐	☐	☐	☐
- A installé la cliente sur le fauteuil et veiller à son confort.	☐	☐	☐	☐
-A respecter les normes d'hygiène et de sécurité tout au long de cette étape.	☐	☐	☐	☐

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

GRILLE D'ÉVALUATION FORMATIVE

Technique du soin esthétique des pieds	Evaluation			
	Elève		Enseignant	
Elément d'observation	Résultat		Résultat	
	Oui	Non	Oui	Non
- A aseptiser les pieds avec de l'eau tiède, et une solution anti- septique et un savon liquide.	☐	☐	☐	☐
- A séché les pieds avec une serviette éponge.	☐	☐	☐	☐
- A démaquillé les ongles en commençant par le petit orteil.	☐	☐	☐	☐
-A fait un examen des pieds et des ongles.	☐	☐	☐	☐
-A enregistrer de façon exacte et complète les renseignements sur la fiche cliente.	☐	☐	☐	☐
- A fait preuve de justesse dans ses observations.	☐	☐	☐	☐
- A eu des échanges avec la cliente.	☐	☐	☐	☐
3- <u>Technique du soin:</u>	☐	☐	☐	☐
- A coupé les ongles soigneusement.	☐	☐	☐	☐
- A limé en respectant la technique du limage.	☐	☐	☐	☐
-A trempé, brossé les ongles des pieds en douceur.	☐	☐	☐	☐
- A appliqué l'huile fortifiant et masser la cuticule.	☐	☐	☐	☐
-A poncé les pieds avec délicatesse.	☐	☐	☐	☐
-A - A appliqué l'eau émolliente sur les replis péri-unguéaux de l'ongle.	☐	☐	☐	☐
-A repoussé délicatement le bourrelet avec un bâtonnet ou un pied de biche.	☐	☐	☐	☐
- A coupé avec vigilance les peaux résistantes.	☐	☐	☐	☐
- A effectué un modelage manuel en respectant les techniques.	☐	☐	☐	☐
- A dégraissé la sur face les ongles.	☐	☐	☐	☐
- A blanchi les bords libres des ongles avec de l'eau oxygénée.	☐	☐	☐	☐

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

-A poli les ongles avec le polissoire. - A applique une base de vernis pour protéger les ongles. -A maquillé les ongles avec un vernis. -A utilisé l'outillage de façon hygiénique.				
Soins particuliers -A appliqué le gommage en respectant les techniques. - A rincé le gommage avec les éponges et l'eau tiède. - Appliqué le masque en respectant la technique. -A utilisé l'outillage de façon hygiénique. -A respecté le sens du retrait du masque. - A appliqué la paraffine en respectant les règles de sécurité. - A retiré la paraffine. - A respecté les règles d'hygiènes et de sécurité tout au long de cet exercice (manipulation des outils). - A stérilisé les outils et nettoyer le poste de travail. - A rangé le matériel. - A eu un comportement professionnel à l'égard de la cliente. - A mis en application les règles de courtoisie au moment du départ de la cliente.				

Bibliographie :

- ***SIMONE MOREAU DONNAY*:** Professeur d'enseignement technique, Nouvelles esthétiques – PARIS- Société d'édition. PARIS 2006.
- ***SOPHIE LEDET, VERONIQUE MONTEL:*** Soins du corps des mains et des pieds épilation (Esthétique)**,** MALOINE 27 rue de l'école- de – Médecine PARIS -2008.

Webographie :

- www. Wiképédia. com soins et beauté des pieds. 18/11/2017- 21h:20mn**.**
- www.youtube.com/soins et beauté des pieds.15/11/2017 -16h:17mn.
- www. Ohmymag\vernisàongles. 10/11/2017 - 09h:38mn.
- www. Archiexpo.fr\fauteuilSP Apédicure. 05/11/201- 14h:13mn.
- wwwpPinterest.fr.05/10/2017- 13h:50mn.
- www.Innovesthetique.com. 09/11/2017- 10h:47mn.
- www.pedicurenyon.fr.05/10/2017- 10h:49mn.
- www.Masquepiedargile-bienfaits-vertus.02/11/2017- 10h:40mn.
- www.Podium cosmétique traitement et soin des ongles. 20/09/2017 23h:52mn.
- www. Portail de l'anatomie (Google).30/09/2017-15h:40mn.
- www.//youtube.com/centre + européen+ de+ formation esthétique 15/01/2018 14h:00mn.
- https://www.youtube.com/watch? v =Ave_OvGZrVo 21/01/2018 9h:30mn
- https://www.wikihow.com/faire-une-pedicure, 29/01/2018 14h:17mn
- https://www.matvpratique.com (Beauté) Ongles, 12/02/2018 19h:30mn

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Annexe A: correction des exercices

1.2.4 Exercice d'application :

R 01 :
- Porte le poids du corps au position debout permet la Locomotion.
Il à un rôle d'équilibre, d'amortissement et de propulsion.

R 02 : Schéma **-** Calcanéum.
-astragale

- os du tarse : - os cuboïde.

- os scaphoïde.

- os cos calcanéum.

- Métatarsiens**.**

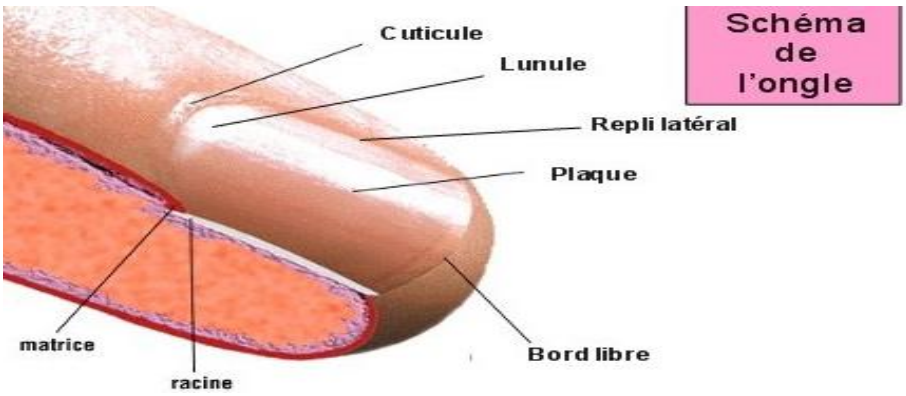
- phalanges.

R 03 : c - a - d - b

R 04 : Il se fait entre 12 et 18 mois**.**

R 05 : histologie des ongles **:** Les ongles font partie de la famille des phanères : ils sont des productions tégumentaires issues de l'ectoderme et caractérisés par un taux élevé de kératinisation.

R 06 :



WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

1.4.3 Exercice d'application :

R 01: Types :

- Pieds Grec.
- Pieds Romain
- Pieds Egyptien.

Formes:

- Pieds creux .
- Pieds bot : → varus équin.
  → Talus valgus.
- Pieds normal.
- Pied creux.

R 02: Darmatoses allergique de contact

- ✓ Psoriasis.
- ✓ Callosités.
- ✓ Cors dure.
- ✓ Verrues plantaires
- ✓ Dermatophytoses.
- ✓ Crevasse.

R 03 :

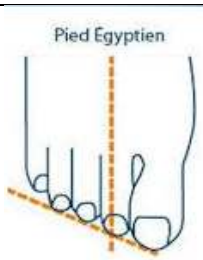
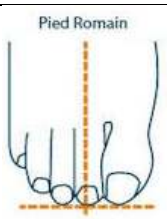
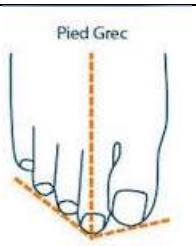
- l'eau – le froid – pedicures agressives – les detergents- mauvais cosmétiques – durcisseur – dissolvants – les infections bactérienne Les champignons - les trounatismes.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

CORRIGE DES EXERCICES DE SYNTHESE

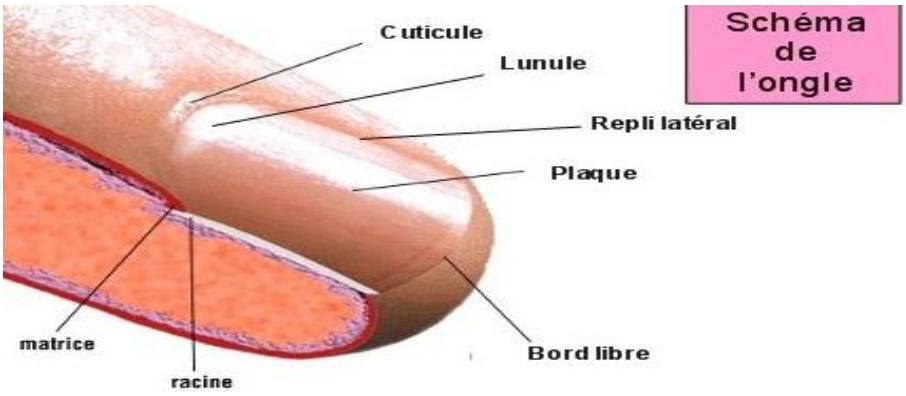
R 01: Distinguer entre les différentes formes du pied : selon la forme de l'alignement de têtes métatarsiennes

L'alignement des orteils (métatarsiens) du pied est:

- égyptiens gros orteil long.	- grec ou pied en triangle 2e orteil long	- romain ou carré ou l'extrémité des 3 premiers orteils sont de même niveau
		

R 02 : Le réseau profond du drainage veineux de la jambe est constitué par les veines tibiale antérieure et tibiale postérieure qui se rejoignent pour former la veine poplitée au niveau inférieur de la fosse poplitée.

R 03:



WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

R04 : les différents types d'affections dermatologiques des jambes sont

- Dermite allergique de contact
- Psoriasis

Exercice: 2.1.5

R 01: Caractéristiques du poste de travail : ouvert ou fermé spacieux aéré avec un fort niveau d'éclairement bonne disposition de l'équipement.

R 02:

1- Agrandir la vision d'une surface cutané vrai
2- A diminuer les affections. faux
3- la loupe permet un examen précis de la peau vrai
4- la loupe lampe évite la fatigue oculaire. vrai

_R 03 : Composé de :

- Corps de l'appareil.
- Boite de rangement.
- Disque de polissage.
- Disque de ponçage.
- Cône de limage.
- Une brosse.
- sèche vernis.
- File d'alimentation.

R 04: Pour éliminer les cors des pieds et adoucir et améliorer l'aspect cutané.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Exercice :2.3.3

R 01: - Composé d'un agent filmogène, résine, plastifiant, solvant, diluant et des pigments.

R 02: - Les talcs: assèchent les pieds et éliminent les mauvaise odeurs.

- Les sels: déodorants, calaments, relaxants

- La paraffine: améliore la circulation sanguine.

R 03 : - Composition d'une crème de massage:

Excipient, principes, actifs, hydratant, nutritif, protecteur, adoucissant, éclaircissant, et des vitamines,

R 04 : - L'eau émolliente sert a amollir le bourrelet péri- unguéal pour le repousser et faciliter l'élimination des adhérences cutanées.

Composition :

-Base alcaline: soude, potasse, glycérine, gomme ou résine pour épaissir.

R 05

a- Revitalise les peaux les plus sèches et déshydratées, active la circulation sanguine et favorise la pénétration de la crème de massage.

b- l'entretien de l'appareil à paraffine se fait comme suit:

- ✓ Débrancher l'appareil après utilisation
- ✓ Nettoyer l'appareil après utilisation.
- ✓ Ne pas faire tomber l'appareil.

R 06 - Installer la cliente confortablement et identifier ses besoins.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Exercice: 3.1.4

R 01: Les étapes préliminaires d'un soin sont :

- Asepsie des pieds
- Démaquillage des ongles
- Examen de la peau du pied de la demi- jambe et des ongles

R 02 : Elle permet de répertorier divers aspects de l'ongle sur le plan couleur, longueur, largeur, forme, consistance et anomalies.

- De terminer les besoins de la peau et des ongles.
- De choisir la prestation la plus adaptée et de conseiller les produits cosmétiques à employer à domicile.

3)

➢ Vérifier l'état des ongles après avoir enlevé le vernis minutieusement

À l'aide de moyens d'investigation tels

➢ Lampe de Wood et lampe loupe.

Observer :

- La forme, la couleur et l'état de l'ongle.
- L'aspect cutané autour de l'ongle est-il porteur d'affections ou de champignons ou pas.

Enquête orale : profession, sport, ….

- Avant d'entamer votre soin, vous devez procéder à l'examen de la peau des pieds et des ongles.

L'examen des pieds est une étape préliminaire d'un soin.

Il permet de relever les éléments qui font état de la forme et des particularités la peau des pieds ; si celle-ci ne présente pas de verrues ou des affections cutanées.

Exercice: 3.2.9

R 01: - Le soin esthétique du pied est destiné à améliorer l'aspect cutané des pieds et des ongles par l'application des produits cosmétique.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

R 02: - Le rôle de l'huile fortifiante est d'assouplir et nourrir la cuticule, elle favorise la croissance des ongles, améliore la qualité des ongles.

R 03: – But du modelage

- Il apporte un soin réel du pied et une grande détente pour la cliente.
- Procure la détente, le bien- être.
- Favorise la croissance et la qualité des ongles en stimulant la matrice.
- Assouplie les articulations.
- Favorise la circulation sanguine.
- Améliore l'aspect cutané du pied et de la demi- jambe.

Exercice: 3. 3.8

R 01: - Permet d'éliminer les surfaces grasses des ongles pour faciliter la tenue du vernis.

R 02 : - Le polissage active la circulation sanguine, durcit la plaque, uniformise la surface des ongles, attenue les stries et les fait briller.

R 03: - Technique d'application d'une french pédicure:

- Application une base de vernis sur les ongles.
- Appliquer le vernis blanc sur le bord libre d'un seul coup de pinceau des extrémités au centre en suivant la courbe naturelle du bord libre.
- Eliminer les débordements inévitables à l'aide du bâtonnet.
- Attendre le séchage complet avant d'appliquer le vernis pastelle sur la surface de l'ongle en une ou deux couches.
- Appliquer le fixateur pour assurer la tenue du vernis.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3.5 - Exercice de synthèse :

R 01: Testez vos connaissance grâce à un Q.C.M vrai aux faux.

a- Le modelage:

- Apporte un soin réel profond.	vrai
- Une détente pour la cliente.	vrai
- Les mouvements du modelage doivent être brutaux.	faux
- Procure la détente le bien être.	vrai
- Assouplie les articulations.	vrai
- Active la circulation sanguine.	vrai
- Stimule le stress.	faux
- Facilite la circulation du sang.	vrai

b- L'effleurage apporte :

- Une stimulation.	vrai
- Une détente.	vrai
- Un relâchement des tissus.	vrai
- Agit sur le système nerveux.	vrai
- Agit sur le système circulatoire.	vrai

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

R 02: Elle est composé d'un vernis blanc appliqué uniquement sur le bord libre et d'un vernis pastel et translucide recouvrant tout l'ongle.

C'est une technique qui donne à la fois un rendu naturel et soigné.
Elle peut être réalisé seule ou en touche finale d'un soin des pieds.

R 03: La décoration des ongles est un complément du maquillage de l'ongle par une touche de fantaisie, Pour vendre plus attractif et pour rentabiliser.

On utilise :

- vernis couleur non usuelle, bleu, jaune…
- Paillettes, poudre d'or et d'argent.
- Nacre concassée.
- Bijoux d'ongles.
- Motifs 3D.
- Strass.
- Perles.
- Capsules pré-décorées ou dorées.
- Piercings et pendentifs.

Exercice: 4.1.3

R 01: - Etapes d'un soin gommant :

- Asepsie des deux pieds.
- Démaquillage des de pieds.
- Examen de la peau et des ongles.
- Essuyer la peau avec une lingette ou un coton imbibe de lotion tonique.
- Séchez les pieds à l'aide d'un papier absorbant.
- Appliquer le produit gommant au pinceau du bout des orteils à la cheville éviter les ongles, et en couche épaisses sur la plante des pieds et les talons.
- A l'aide de la paume des mains et des pouces, ou de la brosse rotative effectuer des mouvements circulaires.
- Nettoyer avec les éponges imbibées pour enlever toute trace du gommage.
- Appliquer une lotion et sécher avec un papier absorbant.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

R 02 : - But du masque :

- Hydrate.
- Apporte confort et souplesse.
- Eclaircit.
- Reconstitue le film hydro lipidique.

Exercice :4.3.3

R 01: Huile d'argan et beurre de karité hydratation matin et soir après chaque douche - faire masser les pieds des orteils vers les chevilles en insistant sur les talons.

Arguments: les produit destinés pour les pieds secs ont pour but de réparer et apportent du confort aux pieds secs et abimés.

R 02 : - Ne pas utiliser sur une peau présentant des varices.

R 03 : -Améliorer l'aspect cutané et corriger certaines imperfections (la déshydratation, l'hyper kératinisation).

R 04 : - Apport une détente, favorise la croissance et la qualité des ongles, assouplie les articulations, favorise la circulation sanguine, améliore l'aspect cutané.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

Annexe B:

Traduction des éléments du module en éléments du manuel

Nouveau chapitre	Changement apportes au niveau des chapitre	Changement elements continues
Chapitre 1 • Notions de base pour les soins esthétiques des pieds.	• Nous avons créé un nouveau chapitre car le stagiaire ne peut pas réaliser un soin esthétique des pieds sans qu'il ait des connaissances théoriques en Anatomie et dermatologie.	• On a ajouté 3 nouveaux éléments qui sont : - L'anatomie du pied, et de la demi- jambe et de l'ongle. - Connaissances sur les affections et les imperfections du pied et de l'ongle. - La morphologie des pieds.
Chapitre 2 • Préparation du poste de travail et de la cliente et installation de la cliente.	• On a fusionné le chapitre N°:01 et le N°: 02 de la fiche de présentation du module qualifiant en un seul chapitre qui est: - La préparation du poste de travail. - Installation de la cliente. - Afin d'équilibrer les chapitres du manuel et éviter deux chapitres trop courts. • Nous avons également reformulé l'intitulé de la section (caractéristique de la maniéré de préparer la cliente pour un soin esthétique des pieds et de	- Au niveau de l'élément contenu il n y a eu aucun changement.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

	la demi- jambe) par préparation et installation de la cliente pour un soin esthétique des pieds et de la demi- jambe.	
Chapitre 3 • Les étapes d'un soin esthétique des pieds.	• On a reformulé et fusionné les N°: 3-4-5-6 en un seuil chapitre. • Ce sont des chapitres qui se suivent et qui font partie des étapes du soin du pied.	- Il y a un léger changement par rapport au cheminement des chapitres.
Chapitre4 •Soin particulier des pieds et de la demi- jambe et des ongles.	• On a rajouté des soins particuliers des pieds pour enrichir les chapitres.	- Aucun changement mais on a enrichi les éléments contenus apportant connaissance supplémentaire. - La pédicure tiède. - La french pédicure.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر