

R\$ 3,99

OMG! 2 MEGA POSTERS



Rob Pattinson



Taylor Lautner

# to dateen

www.todateen.com.br

7 Testes

Estilo anos 80  
Entre nessa  
vibe colorida!

Imperdível!!!  
**Bate-papo**  
Christian Chávez  
e Tokio Hotel

## Especial Eclipse

Entrevista com Robert

(ele fala sobre romantismo!)

+ Teste + curiosidades sobre o filme

**Bullying**  
3 casos de quem  
sentiu na pele

Muito amor

- ♥ Como dizer que tá a fim
- ♥ Surpresinhas para o dia 12
- ♥ Manual do primeiro namô

Cabelo lindo  
**15 dicas**  
pra ficar  
de bem com ele



Ano 15 - Nº 175 - Junho, 2010  
ISSN 1413-2125  
9 771413 212007 00175

# Fios de arrasar!

**Tire suas dúvidas e aprenda a cuidar melhor do seu cabelo**

• **Texto:** Aline Alvarenga • **Design:** Josemaria Nascimento  
• **Consultoria:** Claudio Santana, hairstylist; Marisa Russo, supervisora técnica do salão Sereia Magic Story (SP); Gisele Barbosa, dermatologista  
• **Fotos:** ThinkStock/Getty Images

## ✈ Por que não se deve dormir de cabelo molhado?

Além de danificar e quebrar os fios, o couro cabeludo fica úmido e abafado, ambiente propício para proliferação de fungos. Eca! Por isso, não tenha preguiça de secar bem o cabelo se precisar lavar antes de dormir.

## ✈ Tem mesmo que fazer a limpeza de escovas e pentes?

Claro que sim, pois, com o tempo, elas acumulam sujeira entre as cerdas que podem passar direto para o seu cabelo. Para começar, retire todos os fios que ficaram presos na escova ou no pente. Depois, com cuidado, lave-os com sabão neutro e água corrente, esfregando a base, onde estão as cerdas. Como muitas vezes a sujeira continua lá, coloque os utensílios de molho em uma bacia com água e 30g de bicarbonato de sódio por 30 minutos. Enxágue bem e deixe secar naturalmente.

## ✈ Como cuidar certinho dos fios no inverno?

A principal recomendação é evitar água muito quente, pois ela estimula a oleosidade e a descamação do couro cabeludo, além de favorecer o aparecimento de caspa. Para saber qual a temperatura ideal, você pode fazer o teste do espelho: se ele ficar embaçado, é sinal de que demorou demais no





banho e a água estava muito quente. Outra dica é hidratar os fios mensalmente. Se suas madeixas forem ressecadas, o ideal é hidratar pelo menos uma vez a cada quinze dias.

✦ **Pode lavar o cabelo todo dia?**

Sim. É mito dizer que lavá-los todos os dias faz os fios caírem. Se seu cabelo é oleoso, lave diariamente com água morna ou fria para a oleosidade não acumular.

✦ **Tem um jeito certo de lavá-lo?**

Sim. Passe xampu nos fios e couro cabeludo, massageie e enxágue. Depois, é essencial aplicar o condicionador somente nos fios, nunca no couro cabeludo. "Se você tem cabelos muito finos ou oleosos, use o produto apenas nas pontas. É importante não deixar de usar, pois o xampu abre as cutículas dos fios e o condicionador as fecha. Assim, eles estarão mais protegidos ao longo do dia", explica a dermatologista Gisele Barbosa.

✦ **O que é possível fazer para acabar com a caspa?**

Alguns truques simples podem minimizar o problema, como lavar os fios todos os dias e massagear o couro cabeludo com as pontas dos dedos (sem usar as unhas). Mais uma vez, optar pela água morna ou fria é de grande ajuda. Também é preciso consultar seu dermatologista para ele indicar um tratamento adequado ao seu caso.

✦ **Deixar os fios presos por muito tempo é prejudicial?**

Sim, pois isso pode quebrar os fios ou até mesmo "marcar" os que tenham tendência a ficar mais ondulados. Evite usar elásticos finos, amarrar o cabelo para dormir ou prender os fios ainda molhados.

✦ **Como minimizar os efeitos nocivos do secador e da chapinha?**

Aplice um produto com protetor térmico para que a alta tempera-

tura dos aparelhos não danifique os fios. Não se esqueça de usar secador e chapinha com moderação: no máximo, três vezes por semana.

#### ✦ **Dá para evitar o frizz?**

Claro que sim. Além de produtos antifrizz, você pode usar um secador ionizado, que ajuda a deixar o arrepia-do longe da sua cabeça. Mas manter as madeixas bem hidratadas é o primeiro passo para dar adeus a esse problema.

#### ✦ **Cabelos afros e cacheados precisam de um cuidado especial?**

Sim, pois esses tipos de cabelo são naturalmente mais secos. Aposte em um leave-in próprio para os fios e hidratações periódicas.

#### ✦ **O que é choque químico?**

Todo produto (tanto para tingir como alisar) contém um princípio ativo. Quando você usa dois produtos com princípios ativos diferentes, eles se mostram incompatíveis, provocando o choque químico. O resultado são fios quebradiços e danificados. Portanto, é bom que o cabeleireiro conheça o histórico do seu cabelo antes de fazer qualquer procedimento.

#### ✦ **E se a química não dá certo?**

Tudo depende do tipo de química. Se for uma coloração, dá para o cabeleireiro corrigir na hora. "Para os outros tipos de químicas, como alisamento ou relaxamento, é necessário fazer várias seções de reconstrução capilar para recuperar a saúde dos fios", explica o hairstylist Claudio Santana.

#### ✦ **O que é o teste da mecha?**

É um teste que deve ser realizado antes de qualquer procedimento com química no cabelo. O cabeleireiro vai separar uma mecha perto da nuca e passar o produto para verificar se seu cabelo é compatível.

#### ✦ **Se o corte não é o que esperava, tem como arrumar?**

Tem, sim. É só trocar uma ideia com seu cabeleireiro. Geralmente, a solução é reduzir o comprimento. Mas a dica é pensar bem, pois, quando o corte é radical, o único jeito de resolver é esperar crescer.

#### ✦ **E franja muito curta?**

Tente mudar o jeito de pentear. Enquanto espera ela crescer novamente, aposte em presilhas, tiaras e outros acessórios para dar um up no visual.

## Antes de tingir...

Existe uma infinidade de cores na hora de escolher uma tinta para passar no cabelo. Mas sabia que nem toda cor combine com o seu tom de pele? Abaixo, confira as dicas para não errar na tintura:

**Preto:** fica bem em negras e morenas.

**Tons castanhos:** não tem erro! Cai bem em todos os tipos de pele.

**Tons loiros:** essa é a cor para as branquinhas e morenas-clara arrasarem. As orientais podem optar por um tom mel, já os fios loiro-escuros ficam bonitos em garotas de pele negra.

**Tons de vermelho:** morenas e brancas ficam lindonas com a cor da paixão!

ONDE ENCONTRAR: DOVE: 0800-7077512; GARNIER: 0800-7010114; MAHOGANY: (11) 3686-8999; NATURA: 0800-115566; O BOTICÁRIO: 0800-413011; TRUSSARDI: (17) 3808-9990; VULT: (11) 4736-8890.