

Seja Bem Vindo!

Curso

Cabeleireiro Básico

Teórico

Parte 1

Carga horária: 30hs



Dicas importantes

- **Nunca se esqueça** de que o objetivo central é **aprender** o conteúdo, e não apenas **terminar** o curso. Qualquer um **termina**, só os determinados **aprendem!**
- **Leia** cada trecho do conteúdo com **atenção redobrada**, não se deixando dominar pela pressa.
- **Explore profundamente** as **ilustrações explicativas** disponíveis, pois saiba que elas têm uma função bem mais importante que embelezar o texto, são fundamentais para **exemplificar e melhorar o entendimento** sobre o conteúdo.
- Saiba que quanto mais **aprofundaste seus conhecimentos** mais **se diferenciará dos demais alunos** dos cursos.
- Todos têm acesso aos mesmos cursos, mas o **aproveitamento** que cada aluno faz do seu momento de aprendizagem diferencia os **“alunos certificados”** dos **“alunos capacitados”**.
- **Busque complementar** sua formação **fora do ambiente virtual** onde faz o curso, buscando **novas informações e leituras extras**, e quando necessário procurando **executar atividades práticas** que não são possíveis de serem feitas durante o curso.
- **Entenda** que a aprendizagem **não se faz apenas no momento em que está realizando o curso**, mas sim durante todo o dia-a-dia. Ficar atento às coisas que estão à sua volta **permite encontrar elementos para reforçar aquilo que foi aprendido**.
- **Critique** o que está aprendendo, **verificando sempre a aplicação do conteúdo no dia-a-dia**. O aprendizado só tem sentido quando pode efetivamente ser colocado em prática.

Conteúdo

Unidade 1

9

A HISTÓRIA DA OCUPAÇÃO

Unidade 2

35

A PROFISSÃO DE CABELEIREIRO

Unidade 3

43

SUAS EXPERIÊNCIAS NA ÁREA

Unidade 4

71

COR DA PELE E DOS CABELOS

Unidade 5

107

CABELOS E PRODUTOS ESPECÍFICOS

Unidade 6

133

MECHAS, REFLEXOS, LUZES E BALAYAGE

A história da ocupação



Arrumar os cabelos não é tarefa nova. Mesmo os homens pré-históricos colocavam ossos em sua vasta cabeleira.

Mas, longe de ter apenas a função de embelezar as pessoas, os cabelos também já adquiriram diferentes sentidos nas sociedades humanas.



Arqueológico: Relativo à arqueologia, ciência que estuda os costumes e a cultura de antigas civilizações por meio de escavações ou coleta de materiais (objetos variados, monumentos etc.) que restaram desses povos. O profissional que atua nessa área é o arqueólogo.



Você sabia?

A hena até hoje é usada no processo de coloração de cabelos e pelos. É uma forma mais natural e menos agressiva do que o uso de colorantes industriais, os quais possuem muitos produtos químicos e podem ser prejudiciais à saúde.



Além disso, a profissão de cabeleireiro é muito antiga, confirmada por achados **arqueológicos** de pentes e navalhas feitos de ossos.



No antigo Egito, aproximadamente 5 mil anos atrás, a arte de cuidar dos cabelos se destacou. Nessa época, surgiram os primeiros cabeleireiros, que tinham muito prestígio na corte dos faraós. A partir do ano 3000 a.C. (antes de Cristo), as pessoas começaram a raspar a cabeça e a usar perucas de cabelo humano ou de lã de carneiro, geralmente tingida na cor preta ou com **hena** (pó feito de folhas de alfena egípcia) em tom vermelho-alaranjado. Essas perucas tinham cortes retos e comprimento que variava do queixo até os ombros, geralmente incluindo franjas.



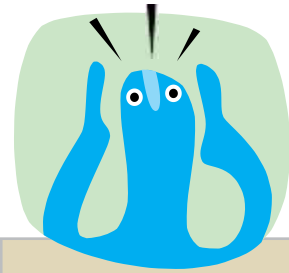
Cabelos compridos, curtos, raspados... Seu significado atravessa a história: para os budistas, cabelos raspados significam desprendimento; Júlio César, cônsul romano, mandava cortar os longos cabelos dos inimigos capturados como sinal de submissão; em diversas culturas, escravos os usavam curtos como prova de obediência ao amo.



Dalai Lama, líder espiritual do budismo: cabelos raspados em sinal de desprendimento



Prova de obediência ao amo: em diversas culturas, os escravos usavam cabelos curtos



Você sabia?

Na Inglaterra, os magistrados (juízes) e advogados ainda usam perucas cinza nos julgamentos. Geralmente, essas perucas são feitas de crina de cavalo.

Essa prática foi herdada dos britânicos, mas vem perdendo popularidade nos últimos anos. A população e mesmo alguns juízes e advogados acham que ela é conservadora demais, refletindo uma imagem negativa do Poder Judiciário daquele país.





THEYOKROJECTBYDIRECTMEDIA PUBLISHING/GBH.

Sandro Botticelli (1445-1516) foi um pintor italiano da época do Renascimento, movimento nascido em Florença, na Itália (cerca de 1420-1520), e que trouxe modelos da Antiguidade tanto para a arte como para o pensamento político e econômico.

Botticelli ficou conhecido por ter sido um grande retratista e por suas telas com temas mitológicos, como deuses e heróis pertencentes à tradição romana e grega. Com Michelangelo, Rafael e Bernini, foi responsável pela produção de afrescos para a Capela Sistina, localizada no Vaticano, também na Itália.



SOTHEBY'S

Antoon Van Dyck (1599-1641) foi o principal pintor da corte do rei Carlos I, da Inglaterra. Ficou famoso por retratar pessoas, em especial membros da nobreza (classe social mais rica e que tinha ligação com o rei).

Registros sugerem que, ao longo da história, os cabelos ganharam significados próprios, envolvendo o poder de sedução entre as mulheres e a força entre os homens.

Na mitologia grega, **Afrodite** é a deusa do amor e da beleza. Pelos romanos ela era conhecida como **Vênus**. Serviu de inspiração para vários artistas, principalmente na época do Renascimento, quando aparece envolta em longos cabelos loiros. Uma das obras mais conhecidas desse período é *O nascimento de Vênus*, do pintor italiano Sandro Botticelli.



GALLERIA DEGLI UFFIZI, FIRENZA

Sandro Botticelli, *O nascimento de Vênus*, cerca de 1483, têmpera sobre tela, Galeria dos Ofícios, Florença, Itália

Sansão, personagem bíblico, é descrito como um homem de força extraordinária, capaz de derrubar diversos inimigos. Ele liderou israelitas contra filisteus por volta de 1177 a.C. (antes de Cristo). Sansão se apaixonou por Dalila, que descobriu que a força dele estava nos cabelos. Uma noite, cortou-os, traindo o amante e entregando-o aos filisteus.



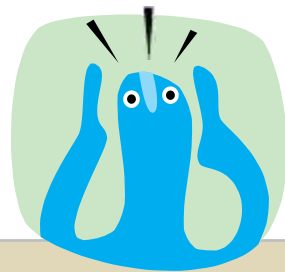
KUNSTHISTORISCHES MUSEUM WIEN, ÁUSTRIA - THE BRIDGEMAN ART LIBRARY/ART STONE

Antoon van Dyck, *Sansão e Dalila*, cerca de 1630, óleo sobre tela, Museu de História da Arte, Viena, Áustria

No século 17 (XVII), na França, o rei Luís 14 (XIV) encomendou perucas ao cabeleireiro real quando percebeu que estava ficando careca – e a novidade, que virou sinônimo de alta classe social, nobreza e ostentação, foi muito bem-aceita e assimilada pelos súditos e também pelos sucessores do governante. Essa moda durou cerca de 150 anos.



Autor desconhecido, Rei francês Luís 14 com mapa de Saint-Cyr (1684), óleo sobre tela



Você sabia?

Os primeiros salões de cabeleireiro, construídos em praça pública, foram criados pelos gregos em Atenas. Vemos, portanto, que a importância dada aos cabelos é bastante antiga.

À sua maneira, cada um dava um sentido à calvície ou ao cabelo. Sócrates, filósofo grego, comentou e valorizou a própria careca: “nenhuma erva daninha cresce em ruas ativas”. Já o líder romano Júlio César usava uma coroa de louros para esconder a calva, enquanto o imperador francês Napoleão Bonaparte penteava para a frente os poucos fios que lhe restavam no alto da cabeça a fim de disfarçar o problema.



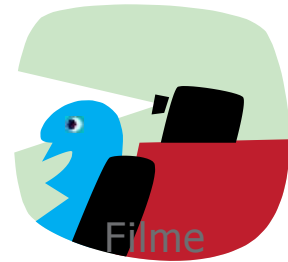
Os calvos Júlio César e Napoleão: um usava louros, o outro penteava os cabelos para a frente

A arquitetura sofreu influência da moda na corte francesa de Luís 14 (XIV). Portas e janelas, por exemplo, precisavam ser amplas e altas para que as mulheres pudessem passar com seus vestidos providos de ancas e suas altas perucas verticais.

BIBLIOTHÈQUE DES ARTS ET MÉTIERS PARIS - THE ERIC DENHAM ART LIBRARY/KESTONE



Na corte do rei francês Luís 14 (XVI): perucas verticais e vestidos providos de ancas

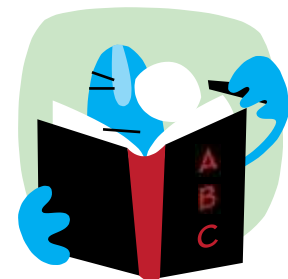


O filme *Maria Antonieta* (dirigido por Sofia Coppola em 2006) retrata a corte francesa nos tempos de Luís 16 (XVI) e enfoca a superficialidade da nobreza. A falta de conhecimento da realidade era tão grande que uma princesa, ao ouvir que o povo não tinha pão para matar a fome, teria sugerido: "Que comam brioche!".

Embora atribuída à princesa, a frase foi citada por Jean-Jacques Rousseau (1712-1778) em *Confissões*, livro autobiográfico escrito entre 1755 e 1776. Dizem que a suposta fala foi usada por inimigos da monarquia no intuito de retratar sua futilidade.



REPRODUÇÃO



Brioche: É um pão de massa delicada e refinada.
Autobiográfico: É relativo à autobiografia, narrativa da vida de uma pessoa escrita por ela própria.

Atividade 2

PREPARANDO UM CABELO à MODA DE MARIA ANTONIETA

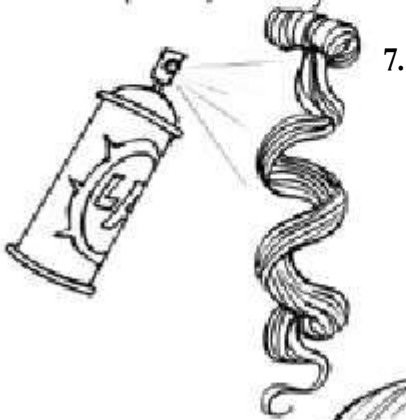
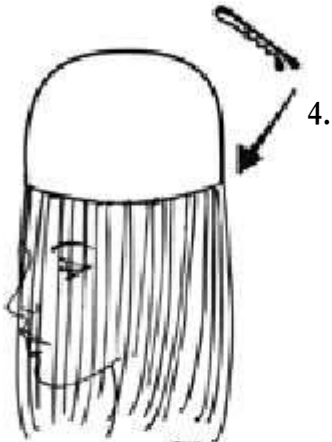
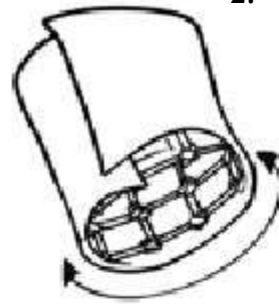
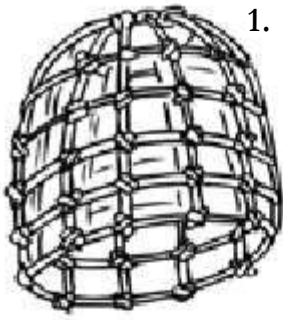
Vamos fazer um penteado de época. Para isso, precisamos destes materiais:

- 8 mechas de lã, com 10 cm cada (que farão as vezes do cabelo).
- 2 rolos de cabelos postiços, também feitos de lã.
- 1 armação de 20 cm de altura (que iremos construir).
- 50 cm de tecido de espessura fina, tipo tule.

Como fazer

1. Prepare a armação com fios rígidos de cobre.
2. Recubra a armação com o tecido para evitar que os fios se emaranhem nessa estrutura.
3. Penteie o cabelo (que precisa ser semilongo) para frente, como se fosse uma grande franja que cobrisse todo o rosto.
4. Com grampos, prenda no alto da cabeça a armação que preparou.
5. Cubra a armação com a “franja” que recobre o rosto da “cliente” e, com grampos, prenda o cabelo na armação.
6. Faça o mesmo movimento trazendo os cabelos da parte de trás em direção ao alto da cabeça.
7. Enrole os fios de lã como se fossem cachos e borrife laquê para modelá-los.
8. Prenda as mechas de lã na altura da nuca, como se fossem mechas soltas de cabelo.
9. Passo opcional: modele 8 rolos de lã, da espessura de um dedo indicador, e prenda-os ao lado do penteado.
10. Pronto: se você precisar preparar alguém para uma festa à fantasia ou temática e tiver de criar um penteado de época, já sabe o que fazer.

Se quiser sofisticar ainda mais sua peruca, use um broche, plumas e cordões de pérolas presos ao alto da cabeça.



A arte de apreciar o belo

Apreciar a arte é um hábito que auxilia a construção de um senso estético mais apurado. Mas nem sempre temos a oportunidade de visitar museus ou deixar os afazeres do dia a dia para observar alguma obra artística que esteja na rua. Por isso, vamos praticar essa apreciação aqui mesmo, em sala de aula. Observe, nos quadros reproduzidos nas páginas 19 e 20, as cores usadas pelos artistas e como eles retratam os cabelos. Os cabelos combinam com o tom de pele das modelos? O estilo da maquiagem está de acordo com o penteado? O penteado tem a ver com a roupa?



Atividade 3

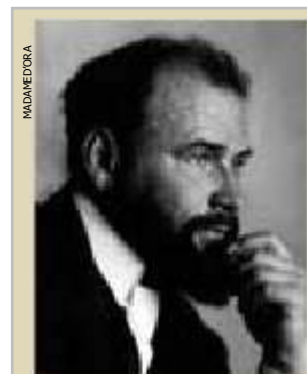
EXPERIMENTANDO AS CORES

1. Observe atentamente as figuras a seguir. Elas reproduzem obras famosas de dois pintores: Gustav Klimt e Amedeo Modigliani. Agora proponha alterações nas imagens das modelos. Imagine uma nova coloração para o cabelo, além de outra maquiagem e roupas diferentes. Que cores, em sua opinião, combinam mais com as mulheres retratadas?

Junto de cada pintura você fará sua versão do quadro.
Concentre-se e experimente cores e formas.



Gustav Klimt, Mulher com Leque, 1917-1918, óleo sobre tela, coleção particular



Gustav Klimt (1862-1918). Pintor austríaco, cujos maiores trabalhos incluem pinturas, murais, esboços e outros objetos de arte. Passou por movimentos artísticos como o Simbolismo, surgido na França no século 19 (XIX), que dava ênfase a temas místicos e imaginários; e o Expressionismo, que, surgido na Alemanha no início do século 20 (XX), buscava na arte uma reflexão do mundo interior.

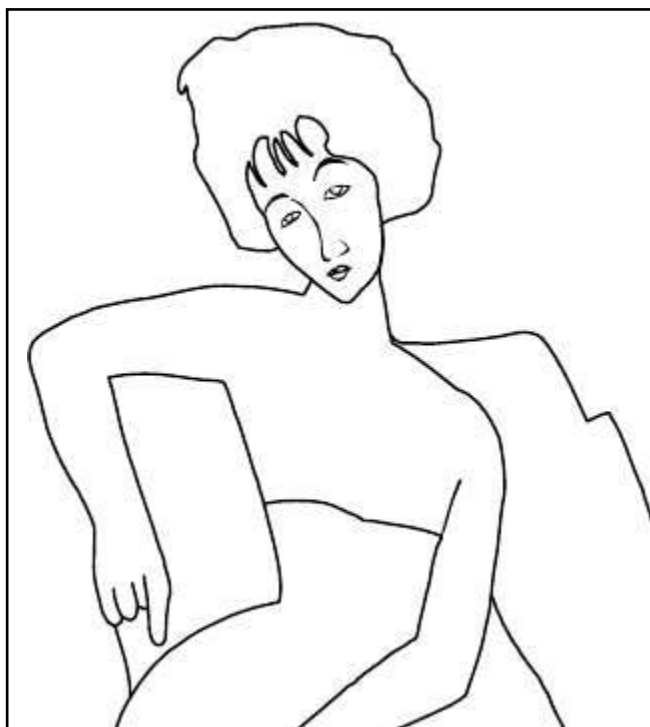


Amedeo Modigliani (1884-1920). Artista plástico e escultor italiano que viveu em Paris. Sem educação formal, dedicou-se ao estudo da pintura e da escultura. De seus trabalhos destacam-se os nus femininos e retratos cuja característica mais marcante é o alongamento das figuras.



THE BARNES FOUNDATION, MERION, PENNSILVANIA; THE RIDGE MAN ART LIBRARY / KEystone

Amedeo Modigliani, Ruiva em vestido de noite, 1918, óleo sobre tela



Um exemplo disso correu o mundo muito recentemente: a inglesa Susan Boyle (veja as fotos abaixo) tinha um grande potencial para fazer sucesso como cantora, mas foi menosprezada e até ridicularizada pelo júri de um programa de calouros por causa de sua aparência. A mensagem que estava por trás disso era: a voz de Susan não combina com sua imagem. A fama deveria ser acompanhada de truques no seu visual. Observe as fotos.



JEFF MITCHELL/GETTY IMAGES



FERDIAUSHAMIN/INREIMAGE/GETTY IMAGES

A cantora Susan Boyle antes e depois da fama: a aparência foi disfarçada por truques visuais



Que tal montar um álbum de fotos de seus clientes? Registros mostrando o “antes” e o “depois”, assim como fizemos com Susan Boyle, podem valorizar suas qualidades profissionais. Mas, lembre-se: quando for tirar fotos de um cliente, um amigo ou familiar para usar como modelo, é preciso pedir a permissão deles. Se alguém se recusar, não insista. Você terá outras oportunidades.

Ainda que ela usasse o mesmo vestido, a simples alteração da cor e do corte dos cabelos já transmitiria outra imagem da cantora. Nesse caso, a transformação foi total, afinal, Susan, como artista, pôde passar por mudanças radicais. Mas devemos tomar cuidado com alterações bruscas em pessoas que levam uma “vida comum”. O ideal é que elas ocorram aos poucos, para que a pessoa tenha tempo de se acostumar ao novo visual e até mesmo decidir se é essa a imagem que gostaria de ter.

Pare e reflita: você pode ser um profissional capaz de proporcionar essa mudança aos clientes?

A reação que a transformação da imagem produz já foi retratada por diversos autores. Vamos ler, como exemplo, um trecho de *A humilhação*, romance do escritor norte-americano Philip Roth.

Com o passar dos meses, Pegeen deixara o cabelo crescer até quase os ombros, um cabelo castanho abundante com um brilho natural que ela começou a achar que devia cortar de modo diferente do estilo masculino que havia adotado desde que se tornara adulta. No fim de semana, chegou em casa com duas revistas cheias de fotos de cortes de cabelo diferentes, revistas de um tipo que Axler nunca vira antes. "Onde você arrumou essas revistas?", ele perguntou. "Uma das minhas alunas", ela respondeu. Sentaram-se lado a lado no sofá da sala, e ela ficou a folhear as revistas, dobrando os cantos das páginas em que havia um estilo que lhe parecia apropriado. Por fim, depois que reduziram as possibilidades a duas, ela arrancou as páginas e ele telefonou para uma amiga, uma atriz em Manhattan, e perguntou-lhe em que salão Pegeen devia cortar o cabelo, a mesma amiga que dissera a Axler onde deveria levar Pegeen para comprar roupas e joias. "Eu bem que queria ser sustentada assim", comentou a amiga. Mas Axler não entendia a coisa dessa maneira. Tudo o que estava fazendo era ajudar Pegeen a ser uma mulher que ele gostaria de ter, e não uma mulher que outra mulher gostaria de ter. Juntos, empenharam-se nessa causa.

Axler foi com ela a um salão caro no Upper East Side. Uma moça japonesa cortou o cabelo de Pegeen depois de ver as duas fotos que eles haviam levado. Axler jamais vira Pegeen parecer tão indefesa quanto ali, sentada na cadeira do cabeleireiro diante do espelho depois que seu cabelo foi lavado. Nunca a vira tão fraca, tão sem saber como agir. Vê-la assim, silenciosa, tímida, às raias da humilhação, sem conseguir sequer olhar para sua imagem no espelho, emprestava àquela ida ao cabeleireiro um significado totalmente diferente, minando a autoconfiança de Axler e levando-o a perguntar a si próprio, como já havia feito mais de uma vez, se não estaria se deixando cegar por uma ilusão estupenda e desesperada.

Philip Roth. *A humilhação*. São Paulo: Companhia das Letras, 2010. p. 51.

Atividade 4

TRANSFORMAÇÃO

1. Quem são os personagens que aparecem no texto?

2. Como é o personagem que está passando por um processo de transformação?

3. De que maneira o autor retrata o sentimento do personagem no momento de cortar os cabelos?

4. Em sua opinião, como as pessoas se sentem quando vão ao cabeleireiro para mudar de imagem?

Tradicional ou clássico



Características: Esse estilo é marcado pela discrição e pela neutralidade. O lema das pessoas tradicionais é: “menos é mais”. Trata-se de alguém recatado ao se vestir.

Tipo de roupa: Vestidos e saias retas, sem marcar o corpo; ausência de decotes e transparências; cores e acessórios sóbrios e discretos.

Exemplos: Beatriz Segall, **Fátima Bernardes**, Ronnie Von.

Corte de cabelo: Reto ou levemente repicado, com tamanho médio para curto. A cor usada abrange todas as tonalidades de castanho ou loiro “apagado”. No caso de uso de luzes, elas são bem discretas.

Elegante



MARCOSREBOLLI/EDITORABRIL



REGINALDO TEIXEIRA/EDITORABRIL

Características: Marcado pela classe, é um estilo sem exageros. Quem o adota é uma pessoa elegante que chama a atenção pelo bom gosto na combinação das cores e nos detalhes ao vestir-se, no corte dos cabelos, na maquiagem e no cuidado com as unhas. É um cliente muito exigente com a qualidade e impecável na aparência.

Tipo de roupa: Peças neutras, discretas, com toques refinados. Não segue a moda passageira: prefere tendências que não são marcadas por épocas determinadas.

Exemplos: Christiane Torloni, Rodrigo Santoro, **Taís Araújo**.

Corte de cabelo: Cabelos muito bem cuidados, curtos ou médios, de preferência retos – em estilo chanel – ou levemente repicados.

Moderno



ANDRE VALENTIM/STRANA EDITORA ABREL



SELMA VASCONCELOS/EDITORIA ABREL

Características: Quem adota esse estilo, veste-se com acessórios e estampas grandes e roupas desestruturadas, parecendo estar desarrumado. O estilo moderno pode ser exemplificado por uma pessoa elegante, que chama a atenção pelo jeito ousado de se vestir. Além disso, adota um visual típico de quem mora nas grandes cidades.

Tipo de roupa: Peças desestruturadas, acessórios grandes, cores fortes combinando com o preto, estampas enormes e corte quase masculino.

Exemplos: Maria Paula, Mayana Moura, Seu Jorge.

Corte de cabelo: Ousado, desestruturado, com reflexos e cores contrastantes.

Criativo



ROBERTSCHWENCK/EDITORIAIRL



ROBERTSCHWENCK/EDITORIAIRL

Características: Estilo de pessoa inovadora, que gosta de brincar com sua imagem pessoal. Seu visual é diferenciado e se assemelha a uma produção artística.

Tipo de roupa: Mistura de cores e estampas; sobreposição de peças; roupas étnicas ou de brechós.

Exemplos: Chico César, Marjorie Estiano.

Corte de cabelo: Assimétrico, desestruturado, com cores extravagantes e mechas coloridas. O uso de *dreads* também é comum. Veja o box sobre o tema na página 33.

Sexy



Características: O destaque do corpo é a marca das pessoas com estilo sexy, o que chama bastante a atenção das pessoas ao seu redor.

Tipo de roupa: Abusa de decotes generosos, fendas e pernas à mostra, roupas que marcam o corpo, estampa animal e salto alto.

Exemplos: Fernanda Lima, Jesus Luz, **Wanessa Camargo**.

Corte de cabelo: Cabelos fartos, longos e volumosos, retos ou repicados. As pessoas sensuais se identificam com cabelos bem selvagens e dão preferência para cabelos pretos, vermelhos e loiros bem claros.

Esportivo



Características: Estilo também conhecido como casual. Pessoas que possuem esse estilo são marcadas pela praticidade e adotam o conforto, encontrando elegância na simplicidade de acessórios e roupas.

Tipo de roupa: Peças confortáveis e informais, indo do jeans ao linho; acessórios simples (ou ausentes), tênis ou sapatos, de preferência sem salto.

Exemplos: Débora Fallabela, Gabriel Braga Nunes, Sandra Annenberg.

Corte de cabelo: Curto e prático, com estilo natural e cor próxima à natural.

Romântico



Características: A pessoa com estilo romântico é delicada, com ar sonhador, meiga, calma e, acima de tudo, muito feminina.

Tipo de roupa: Tons pastéis, pálidos; estampas florais miúdas e babados. Roupas esvoaçantes.

Exemplos: Camila Morgado, **Leandra Leal**, Thiago Fragoso.

Corte de cabelo: Fios longos e cacheados, geralmente em tons suaves, que sugerem delicadeza.

Dreads e tranças

Dread é uma forma de pentear o cabelo que consiste em separá-lo em mechas e enrolá-las com cera ou costurá-las com agulhas de crochê, dando aparência de cordas que caem do topo da cabeça.

Embora esteja ligada ao movimento dos rastafáris (ligado à música *reggae*), essa técnica surgiu entre habitantes de algumas regiões da África que a criaram por uma questão de praticidade, já que não tinham facilidade de cortar o cabelo periodicamente.

Geralmente feitos em cabelos mais longos, existem outros tipos de *dread*, como a trança nagô (tranças finas feitas junto ao couro cabeludo) e o tererê, que é o aplique de linhas coloridas sobre uma trança de cabelo. Hoje também é possível encontrar apliques com imitação de *dreads*.



UNIDADE 2

A profissão de cabeleireiro



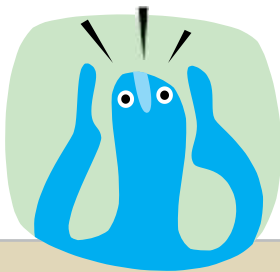
MUSEU DE ARTE MODERNA (NOMA), NOVAYORK-SCA, IMAGEPLUS
Pablo Picasso, Mulher diante do espelho, 1932, óleo sobre tela, Museu de Arte Moderna de Nova York, Estados Unidos

Antes de darmos continuidade ao aprendizado das técnicas a serem empregadas na ocupação de cabeleireiro, é importante conhecer mais sobre a profissão e as formas de ingressar nessa área.

Faça um exercício de imaginação: pense como será sua vida profissional e pessoal trabalhando como cabeleireiro. Inicie o percurso perguntando a si mesmo: como estarei daqui a 5 meses?

Como você se vê? Onde estará trabalhando?

- Num salão de beleza?
- Indo até a casa de clientes com sua maleta?
- Num teatro?
- Nos camarins de um canal de televisão?



Você sabia?

A descrição de cada ocupação da CBO é feita pelos próprios trabalhadores. Dessa forma, temos a garantia de que as informações vêm de quem atua no ramo e, portanto, conhece bem a profissão. Você pode ler esse documento na íntegra acessando, na aula de informática, o site: www.mteco.gov.br.

O Ministério do Trabalho e Emprego e a profissão de cabeleireiro

O Ministério do Trabalho e Emprego produz um documento chamado Classificação Brasileira de Ocupações – CBO, que descreve 2.422 ocupações e diz o que é preciso para exercê-las: a escolaridade necessária, o que cada profissional deve fazer, onde pode atuar etc. Entre as informações que constam desse documento existe um grupo que nos interessa definir nesse momento: “quem é o cabeleireiro hoje”.

De forma resumida, a CBO indica o que faz o cabeleireiro. Agrupamos suas atribuições pelos seguintes temas:

Formação/qualificação profissional

- Participar de cursos, palestras e eventos.
- Consultar revistas e publicações especializadas.
- Estagiar em salões.
- Ter ensino fundamental incompleto.
- Ter curso de qualificação profissional.

Atitudes pessoais

- Manter o bom humor.
- Ouvir atentamente e não falar excessivamente.
- Cuidar da aparência pessoal.
- Manter-se paciente.
- Demonstrar bom-senso.

Atitudes profissionais

- Demonstrar noções de etiqueta social.
- Demonstrar senso estético.
- Inspirar confiança e credibilidade.
- Demonstrar ética profissional.
- Saber trabalhar em equipe.

Veja o que diz um profissional do ramo sobre o início de sua carreira.



Eu sou filho de um lavrador do interior. Durante os fins de semana meu pai cortava cabelos e, desde pequeno, eu e meus irmãos começamos a ter contato com a tesoura, por influência dele. Acabávamos também colocando a mão na massa. Eu descobri que era hábil com as tesouras. Mas um bom cabeleireiro não é feito apenas de talento, mas de muita prática. Só se começa a ter destreza com as tesouras, depois de uns 3 ou 4 anos de prática.

Entrevista concedida por Walter Cabral. Disponível em: <http://goo.gl/z2MzL>.

Acesso em: 15 out. 2010.

Esse profissional chama a atenção para um aspecto essencial: a identificação com uma área da profissão. Isso se dá quando você sente que tem mais facilidade para atuar em alguma das várias ramificações que envolvem essa profissão.

Atividade 1

ESTUDO DE MEIO

1. No início deste Caderno, mencionamos diversos locais onde o cabeleireiro exerce sua ocupação. Vamos dividir a turma em pequenos grupos a fim de que cada um deles entreviste um cabeleireiro.

Todos devem se organizar de forma que as equipes visitem locais diferentes e conversem com profissionais da área. Seguem abaixo algumas sugestões:

- cabeleireiro de salão de beleza de pequeno porte, de bairro;
- cabeleireiro de salão de médio porte;
- cabeleireiro de salão de beleza de grande porte, mais sofisticado;
- cabeleireiro autônomo; e
- cabeleireiro proprietário de salão.

2. O que vocês gostariam de perguntar a cada um desses profissionais?

Acompanhe a seguir um roteiro de entrevista. Cada grupo acrescenta outras questões que considerar importantes.

- a) Qual o nome do entrevistado?
- b) É homem ou mulher? Quantos anos tem? Qual é sua escolaridade? Ainda estuda ou pretende voltar a estudar?
- c) Costuma fazer cursos de especialização em sua área?
- d) Onde trabalha?
- e) Trabalha em apenas um lugar?
- f) Como escolheu essa ocupação?
- g) Como aprendeu a profissão?
- h) Quais são os pontos positivos e negativos dessa área de atuação?
- i) Que conselhos ele dá a um cabeleireiro que está começando agora?

Acompanhe agora a entrevista concedida pelo cabeleireiro Rodrigo Acorone, proprietário de um salão na capital paulista.

P – Qual é seu nome completo? E sua idade?

R – Rodrigo Lombano Acorone. Tenho 31 anos.

P – Onde você trabalha?

R – Num instituto de beleza que fica na região dos Jardins, em São Paulo.

P – Por que escolheu a profissão de cabeleireiro?

R – Porque me identifiquei com ela e descobri que tinha talento para fazer esse tipo de trabalho.

P – Há quanto tempo você atua nesse setor?

R – Completei 12 anos e 2 meses em dezembro de 2010.

P – Como aprendeu esse ofício?

R – Na época em que iniciei minha carreira, eu estava desempregado e fui indicado por uma amiga para trabalhar como auxiliar em um salão. Fui aprendendo na prática, enquanto observava meus colegas mais experientes.

P – E hoje em dia, você costuma fazer cursos de especialização?

R – Sim, estou sempre atento às novidades.

P – Quantas pessoas, em média, você atende por mês?

R – Eu e minha equipe atendemos mensalmente cerca de 600 clientes.

P – Você participa de muitos eventos na área da beleza?

R – Infelizmente não. Por falta de tempo.

P – Quais são seus projetos para o futuro?

R – Quero ampliar minha equipe.

HUMBERTO BASSANELLI/DR.

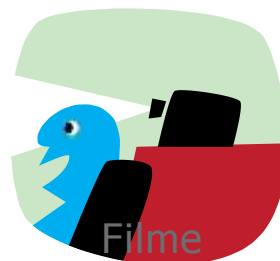


Rodrigo Acorone: "Estou sempre atento às novidades"

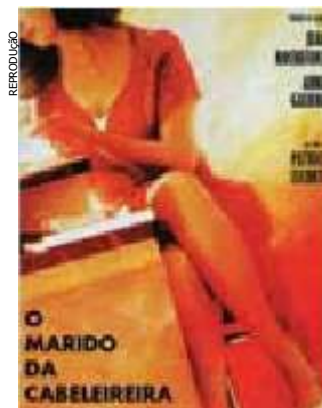
O trabalho do cabeleireiro não se resume a cortar, fazer escova e tingir os cabelos. Desde o primeiro contato ele deve analisar o tipo de cabelo do cliente e verificar se está ou não danificado. Também precisa saber identificar o estilo pessoal do cliente e, sobretudo, conhecer suas expectativas. À medida que estabelece um diálogo indicando ao cliente as melhores opções de cor e de corte, o profissional transmite maior confiança sobre o trabalho que vai executar.

Segundo a CBO, o cabeleireiro tem várias atribuições e, dependendo do porte do salão em que trabalhar, poderá ocorrer uma divisão de trabalho. Um auxiliar pode fazer a escova, o tinturista pode tingir o cabelo para depois outro profissional cortá-lo. Vamos ver a relação das funções elencadas na CBO.

- Lavar
- Preparar
- Enrolar
- Cortar
- Escovar
- Pentear
- Hidratar
- Relaxar
- Pintar



Se tiver oportunidade, veja O marido da cabeleireira, dirigido pelo francês Patrice Leconte em 1990. O filme retrata a paixão de um homem por uma cabeleireira e, de certa forma, pela profissão dela.



Não se esqueça: um profissional deve ter conhecimento de:

- técnicas de colorimetria (análise das cores);
- cortes estilizados;
- escovas modeladoras;
- penteados;
- diagnóstico de cabelos, verificando se eles estão danificados para não piorar ainda mais o problema;
- várias técnicas de reconstrução dos fios e de uma hidratação mais potente com o uso de produtos à base de queratina, que evita pontas duplas no cabelo;
- relaxamento;
- visagismo, para reconhecer o melhor corte e a melhor cor de acordo com o tom de pele e o formato de rosto do cliente;
- alisamento;
- progressivas;
- mechas (e suas variantes, *balayage*, mechas *strong*);
- touca de argila ou marmorização (espécie de hidratação mais potente); e
- escova definitiva.

Algumas dessas técnicas serão abordadas em detalhes ao longo deste curso.

UNIDADE 3

Suas experiências na área



Salão de beleza: uma das opções que o mercado de trabalho oferece aos cabeleireiros

Com a ajuda da Classificação Brasileira de Ocupações – CBO, vimos que o cabeleireiro pode atuar de diferentes maneiras em um salão ou mesmo indo até os clientes, atendendo em domicílio.

No intuito de ajudá-lo a se identificar com essas áreas de atuação, vamos realizar um balanço do que você sabe fazer bem e de outras coisas que precisa aperfeiçoar para ser um bom profissional.

O portfólio é uma técnica utilizada para ajudá-lo a encontrar esse caminho.

Você já teve as primeiras noções de como elaborá-lo no tema “Como se preparar para o mercado de trabalho”, do Caderno do Trabalhador 1 – Conteúdos Gerais. Aqui, vamos dar um passo adiante.

Atividade 1

CONTANDO SUA HISTÓRIA

1. É hora de trocar ideias. Que tal fazer isso com outros cinco colegas? Cada um se apresenta aos demais, contando suas qualidades e seus defeitos.

Todos temos características boas e ruins, e falar sobre elas é um primeiro passo para identificá-las. Quais são as suas?

2. Comente suas experiências relacionadas com a profissão de cabeleireiro: uma atividade realizada como passatempo, os cursos que você já fez, coisas que gosta de fazer (mesmo que não ganhe dinheiro ou que cobre por elas) ou algo que, segundo as outras pessoas, você faz bem.

Preencha a tabela usando como base os exemplos em cada quadro.

MINHAS EXPERIÊNCIAS NA ÁREA DE BELEZA	
Experiência	Fazer escova na minha vizinha.
O que precisei fazer	Organizar os materiais de trabalho.
O que foi fácil nessa experiência	Ir separando os cabelos por mechas.
O que foi difícil nessa experiência	Lidar ao mesmo tempo com o secador e a escova.

Ao preencher esse quadro você pôde perceber que já fez muita coisa na área e que também sabe fazer bem outras tantas.

Atividade 2

O CABELEIREIRO PROFISSIONAL

1. Vamos aprofundar a discussão sobre o que é preciso saber para ser cabeleireiro.

Forme um grupo com mais quatro pessoas. Discutam o que, na opinião de cada um, o cabeleireiro profissional deve saber fazer. Procurem organizar as ideias de forma que as frases abaixo sejam completadas.

a) Um cabeleireiro profissional deve saber:

b) Um cabeleireiro profissional precisa usar:

c) Um cabeleireiro profissional necessita cuidar:

d) Um cabeleireiro profissional deve, também:

Depois de discutir o que um cabeleireiro faz, pense um pouco sobre você mesmo. O que você sabe fazer bem? O que você sabe fazer mais ou menos ou ainda não teve a oportunidade de aprender? Marque com um x na coluna correspondente.

	FAÇO BEM	FAÇO MAIS OU MENOS	NÃO SEI FAZER
Escolher a cor da tinta do cabelo de acordo com o tom da pele das pessoas.			
Reconhecer o estilo pessoal: perceber como é o jeito de cada pessoa, a roupa que ela usa, os lugares que frequenta, a profissão etc.			
Identificar o tipo de cabelo que combina com cada pessoa.			
Identificar o formato do rosto de cada um.			
Cortar o cabelo de modo a corrigir imperfeições do rosto.			
Lidar com pessoas.			
Ouvir atentamente.			
Conhecer as opções de produtos disponíveis no mercado.			
Entender de coloração personalizada.			

Agora, você já tomou conhecimento de quem é, do que sabe fazer e, principalmente, do que precisa aprender para ser um bom profissional, com o objetivo de facilitar seu início nessa profissão.

Mas ainda vamos voltar a esse assunto.

Comece a “recheiar” seu portfólio em casa, procurando documentos e fotos que apresentem trabalhos realizados por você. Pode ser até mesmo a foto de uma festa para a qual preparou o cabelo de uma prima. Esse primeiro passo ajudará, e muito, na hora de elaborar seu currículo.

Os instrumentos de trabalho

Se, como vimos, a atuação do cabeleireiro é diversificada, seus instrumentos de trabalho também variam conforme o profissional se especializa em uma das inúmeras atividades que pode realizar.

Vamos organizar nosso material considerando em primeiro lugar os itens básicos para qualquer segmento da profissão.

- Pentes profissionais



- Escovas para vários tipos e comprimentos de cabelos



Você deverá ter pelo menos os seguintes modelos de escova:

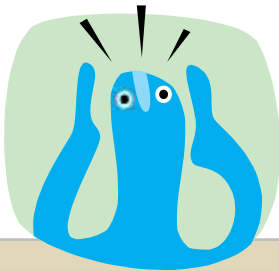
- náilon – para cabelos lisos e grossos.
- javali – para fios crespos e finos.
- escova mista – para fios intermediários.



- Tesouras:

1 – tesoura para cortar e desfiar.

2 – tesoura dentada para desbastar o cabelo.



Você sabia?

Cada tesoura serve para dar um tipo de corte aos cabelos:

- afiada a laser – cortes retos e pontas.
- fio navalha – deixa as pontas mais leves.
- dentada – corta os fios de maneira intercalada.



- Navalha



- Máquina de cortar cabelo



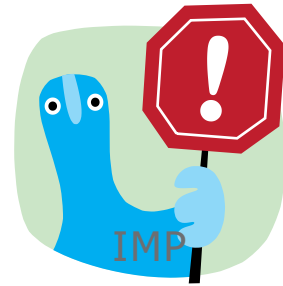
- Secador de cabelo de mão



- *Babyliss*

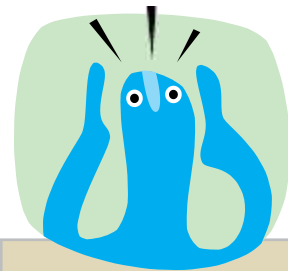


- Chapinha ou chapa



Existem chapinhas de diversos materiais. É bom ter em mãos as seguintes:

- de turmalina: mineral natural que quando aquecido possibilita o fechamento das cutículas.
- de titânio: quando aquecido, gera raios infravermelhos, que deixam os fios com aspecto mais natural.



Você sabia?

Titânio é um metal mais leve que o ferro e quase tão forte quanto o aço. Tem sido amplamente usado na indústria, em especial na de equipamentos e tecnologia, em razão de propriedades como resistência – inclusive à corrosão – e leveza.

Os secadores com nanotecnologia titânio, além de mais potentes, são resistentes a fungos e bactérias.

Raios infravermelhos são ondas – na forma de luz que não pode ser vista pelo olho humano – que emitem energia e calor.



- Xampus para diversos tipos de cabelo



- Cremes condicionadores para diversos tipos de cabelo



- Tintas para coloração



- Gel protetor de couro cabeludo



- Água oxigenada



- Pó clareador



JOBOFACE.LAR

- Laqué (*hairspray*)



- Musse



- Gel fixador e modelador



- Pomada modeladora



- *Leave-in*



- Clipes ou prendedores de cabelo (de diversos tamanhos)



- Pincéis e pote plástico para misturar tintas



- Máscara



- Luvas de látex



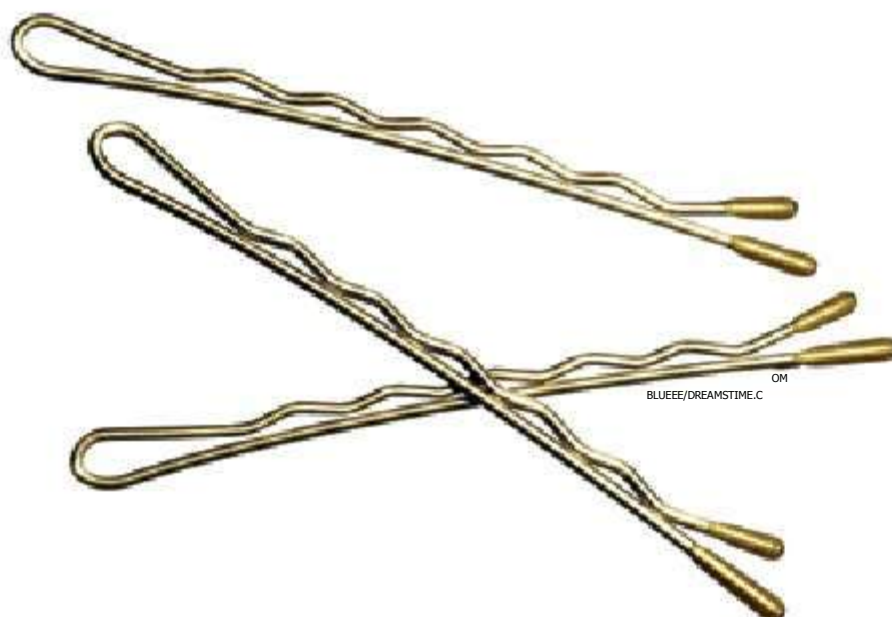
- Borrifador de água



- Bobes



- Grampos



- Agulha de crochê



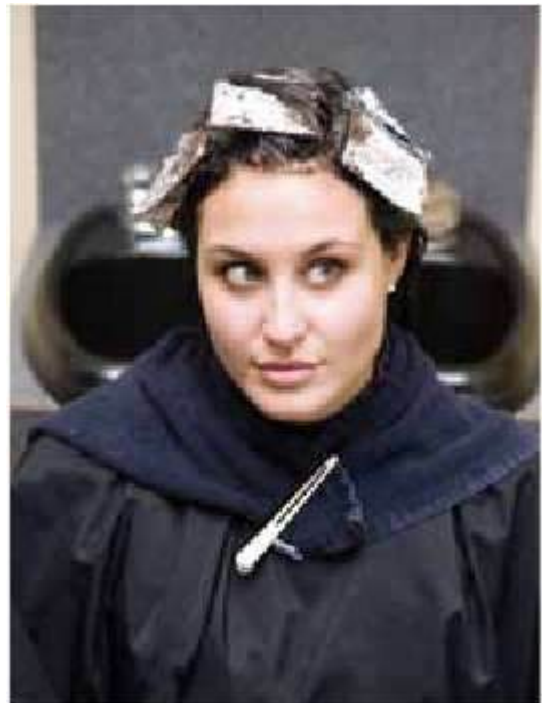
- Touca para reflexo



- Quimono ou roupão



- Capas claras (para corte) e escuras (para coloração e descoloração)



- Secador de cabelo de pé



- Cadeira para corte de cabelo



- Vaporizador



- Carrinhos de salão



- Armários



- Toalhas



- Pia com água corrente



- Lavatório



- Espelho



- Porta instrumentos





Se você optar por trabalhar como autônomo, cuidado na hora de adquirir seu material de trabalho. Não se deixe levar pelo entusiasmo ou pela beleza do instrumento. Acessório de trabalho bom não é necessariamente o mais bonito. Fique sempre atento à descrição de cada item, incluindo a durabilidade. Além disso, avalie bem suas compras para não adquirir coisas demais – que podem ser desnecessárias.



Os dados completos da pesquisa de Gisele Mussi estão no site da Fundação Faculdade de Medicina. Disponível em:
<http://goo.gl/OnZLa>.
Acesso em: 10 nov. 2010

Lembre-se: você não precisa comprar todo esse material de uma só vez. Defina suas prioridades e vá adquirindo os itens conforme a necessidade. Se for o caso, você pode recorrer ao Banco do Povo Paulista para obter um empréstimo popular. Você pode conseguir informações detalhadas a esse respeito no site www.bancodopovo.sp.gov.br.

Saúde no salão de beleza

Saúde é sempre um tema fundamental em nossas vidas. Num salão de beleza, é preciso ter cuidado com a saúde dos clientes e também com a dos profissionais.

Em pesquisa realizada em 2006, na capital paulista, por Gisele Mussi para a Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, constatou-se que 7 em cada 10 cabeleireiros sofrem de lesões por esforços repetitivos (LER/DORT). Esse problema tem origem no trabalho repetitivo, na postura desconfortável adotada por eles durante o trabalho e na tensão muscular.



São muitos os movimentos repetitivos no desempenho das várias funções do cabeleireiro: o manuseio da tesoura, a pintura e a escovação dos cabelos, entre outros.

Além dos problemas de postura, a química utilizada pelos cabeleireiros também pode provocar doenças. Por isso, nunca deixe de pôr máscara e luvas ao manusear tintas e outros produtos químicos presentes no cotidiano do salão. Não pense que isso incomodará o cliente ou tornará seu trabalho mais lento. Você pode perder alguns minutos, mas ganhará anos de vida. Usar o equipamento correto para proteger-se faz parte da prevenção de doenças.

Xampus, tinturas, ácidos, colorantes e descolorantes podem causar alergia e irritação (da pele e dos olhos, por exemplo). Existem também produtos que levam solventes em sua composição, os quais podem causar danos ao aparelho reprodutor.



Máscara e luvas: equipamentos essenciais para proteger o cabeleireiro que manuseia produtos tóxicos

Listamos aqui algumas razões para você utilizar máscaras e luvas. Da saúde dos clientes trataremos em textos específicos relacionados a cada etapa do trabalho.

UNIDADE 4

Cor da pele e dos cabelos



Uma das atividades realizadas pelo cabeleireiro é a coloração dos cabelos. Mas fique atento: ler numa revista qual será a cor do verão não é suficiente. O profissional deve, sim, acompanhar e conhecer as tendências da moda, mas precisa, sobretudo, saber qual será a melhor escolha para os clientes. Para essa decisão o cabeleireiro deve saber reconhecer a cor da raiz dos cabelos, o tom de pele, a cor dos olhos e o estilo de cada pessoa.

Além dos aspectos técnicos, é importante conversar detidamente com o cliente para saber se ele deseja uma transformação radical ou uma mudança imperceptível na sua aparência.

Por exemplo: seus conhecimentos técnicos indicarão que um tom avermelhado para os cabelos é a melhor opção para determinado cliente. Contudo, se ele tem uma personalidade introspectiva e tímida, não se sentirá bem com cabelos tão chamativos.

Vamos percorrer alguns caminhos para que você acumule conhecimentos e saiba indicar a coloração certa para cada pessoa.

A recomendação para a escolha da tonalidade dos cabelos é seguir, principalmente, dois passos:

- 1) observar a cor da raiz dos cabelos, da pele e dos olhos.
- 2) identificar o formato do rosto e o estilo pessoal.

1º passo: observar a cor da raiz dos cabelos, da pele e dos olhos

O conjunto formado pelas cores da raiz dos cabelos, da pele e dos olhos vai informá-lo sobre as cores mais adequadas ao cliente.

Cabelos tingidos, por exemplo, podem dificultar a identificação desse conjunto e, conseqüentemente, prejudicar sua avaliação. Com o tempo seu olhar estará habituado a perceber qual a cor natural dos cabelos das pessoas (por mais recente que seja o tingimento, é sempre possível encontrar sinais da cor natural observando a raiz dos cabelos).

A pele, por sua vez, pode ser classificada de duas formas complementares: se é fria ou quente. Como identificar cada uma?

Uma dica é ter em seu kit de cabeleireiro um grande brinco dourado e outro prateado, ou ainda dois cortes de tecido (de aproximadamente 40 cm de largura por 30 cm de altura) do mesmo tipo e qualidade, um prateado e outro dourado. Se preferir os tecidos, você deve colocar um de cada vez diante do colo da pessoa, cobrindo os ombros e as roupas.

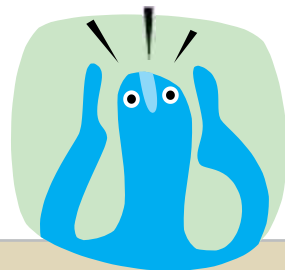
Caso opte pelos brincos, posicione um de cada lado do rosto do cliente, junto à pele do pescoço ou das bochechas. Esses procedimentos o ajudarão a identificar se a pele é fria ou quente. Pergunte a si mesmo que tom metálico realçou mais a cor da pele. Com qual deles a pessoa se tornou mais “iluminada”? Você vai notar que um desses tons deixará a pessoa “um pouco mais apagada”. Pode ser difícil no começo, mas, com o tempo e a experiência, você se acostumará.

Se o dourado realçar mais = pele quente

Se o prateado realçar mais = pele fria

Eis alguns exemplos de cores frias e quentes.

- As cores frias são menos luminosas: vinho, azul, verde-esmeralda, violeta, pink, rosa, prata, branco e preto.
- As quentes são mais luminosas: vermelho-alaranjado, laranja, amarelo, marrom-escuro, branco-sujo, ferrugem, pêssego, verde-oliva, cobre e caramelo.



Você sabia?

Uma pesquisa recente, realizada pelo Departamento de Dermatologia da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), identificou mais de 125 tons de pele entre a população brasileira.



Atividade 1

PELE QUENTE OU FRIA?

1. Organizados em duplas, você e seus colegas vão analisar uns aos outros segundo os critérios explicados nas páginas anteriores. Depois, irão discutir se a pele de cada pessoa é de cor fria ou quente.
2. Em seguida, cada dupla vai se apresentar diante do resto da turma e explicar como tirou suas conclusões. Então, com o auxílio do monitor, os demais colegas debaterão esses resultados.

Ninguém precisa conhecer todos os tons de pele, mas vamos associar a cor de cabelo mais adequada a alguns desses tons.

Antes, porém, outra dica para você encontrar a cor certa dos cabelos do cliente: tenha quatro cortes de tecido do tamanho já mencionado, cada um de uma dessas cores: tijolo, pêssego, rosa e fúcsia. Faça o teste diante do colo, repetindo os procedimentos explicados anteriormente. Observe.



Tecidos nos tons tijolo, pêssego, rosa e fúcsia: para você encontrar a cor dos cabelos do cliente

Se a cor de tijolo realçar mais a pele, significa que ela é quente e vai combinar melhor com tonalidades de fundo avermelhado, terroso, quente e profundo.

Se o pêssego realçar mais a pele, ela é quente e fica melhor com tons de dourado, cores claras, alegres e brilhantes.

Caso a cor eleita seja o rosa, quer dizer que a pele é fria e se adapta melhor a cores suaves e sutis, como os louro-platinados e os matizes acinzentados.

Se o fúcsia tiver tudo a ver com o cliente, a pele dele é fria e pede tons puros e intensos, como chocolate, preto, café e mate.

Nunca é demais ressaltar que, independentemente das tendências que a moda dita para as cores de cabelo, essa cor deve combinar com o tom de pele e a cor dos olhos do cliente, além de respeitar seu estilo, formando, assim, um conjunto harmônico.

Tipo físico

Loira de pele clara

Cabelo

Loiro acinzentado



Tipo físico

Loira de pele bronzada

Cabelo

Mel, loiro dourado



DANAVALLUEVIDEOMASTINE.COM

Tipo físico

Morena clara com olhos cor de mel

Cabelo

Loiro acobreado, castanho com mechas douradas



Tipo físico

Morena clara com olhos escuros ou claros

Cabelo

Castanho-escuro, preto, acaju



JASONSTITT/DREAMTIME.COM

Tipo físico

Ruiva com sardas

Cabelo

Acobreado, marrom



ANGELIKASCHWARZ/ISTOCKPHOTO.COM

Tipo físico

Pele amarelada (oriental)

Cabelo

Tons de castanho-escuro, acaju



Tipo físico

Mulata

Cabelo

Castanho dourado, marrom



Tipo físico

Negra

Cabelo

Castanho-escuro, avermelhado



YURIARCUS/DREAMSTIME.COM

2º passo: identificar o formato do rosto e o estilo pessoal

O visagismo (*visage* é a palavra francesa para rosto, e o **sufixo** “ismo” sugere estudo) é uma técnica que objetiva ressaltar as qualidades do rosto e o estilo pessoal, harmonizando coloração e corte dos cabelos, dicas de maquiagem. É o equilíbrio entre o estado de espírito e a personalidade, a nossa porção interna e a externa, que faz com que a beleza se complemente.

Identificar o tipo de beleza, tal como indicam os especialistas em visagismo, é um conhecimento que pode ajudar a compor um visual mais adequado a cada cliente. Para isso, a psicologia classificou os indivíduos em quatro tipos de beleza, sempre ligados aos respectivos temperamentos.



Sufixo: Trata-se de uma ou duas sílabas que são colocadas ao final de uma palavra, formando um novo termo. Veja o exemplo:
moda: estilo predominante;
modismo = moda + ismo (sufixo): o que está na moda.



Beleza sanguínea (elemento ar) – Exala dinamismo, alegria e entusiasmo. As pessoas associadas a esse tipo de beleza são sociáveis e têm pouca capacidade de concentração e disciplina. Normalmente gostam de ser o centro das atenções. Em geral têm cabelos abundantes. Usam tonalidades vibrantes no traje: o amarelo tende a ser sua cor predileta. Fazem parte do grupo das cores quentes.



WITHHALOVDREAMSTIME.COM

Beleza colérica (elemento fogo) – Independentes, geralmente ocupam cargos de chefia e comando, já que são muito determinadas e dinâmicas. Muitas vezes parecem arrogantes, mas são fiéis e justas. Costumam usar muito a cor vermelha. Fazem parte do grupo das cores quentes.



Beleza melancólica (elemento terra) – Ligada a pessoas sensíveis, elegantes, que transmitem calma a quem as cerca. São cordatas, criativas, com forte tendência artística. Por serem muito organizadas, têm mais dificuldade para quebrar regras. Em geral, gostam do azul. Fazem parte do grupo das cores frias.



EASTWISIMAGING/DREAMSTIME.COM

Beleza fleumática (elemento água) – A ambição passa longe das pessoas de beleza fleumática, que são tranquilas, nada competitivas e bastante afetuosas. Elas podem passar a impressão de indecisas e inseguras. São geralmente conservadoras e acomodadas. Gostam da cor roxa. Fazem parte do grupo das cores frias.

RONCHAPPIESTUDIOS/DREAMSTIME.COM



Quem possui a faculdade de ver a beleza não envelhece.

Franz Kafka

Atividade 1

RECONHECER AS MULHERES

1. Leia atentamente o texto a seguir e assinale as palavras que desconhece.
2. Procure no dicionário o significado das palavras que não compreendeu.
3. Discuta com a sala a mensagem do texto. O que o autor nos fala sobre a beleza?

As mulheres de 80

Mario Prata

Vinícius de Moraes, agora com 90 anos, poderia cantarolar “olha que coisa mais linda, mais cheia de graça, é uma velhinha que vem e que passa, no doce balanço, a caminho do lar”. Se ainda existe uma mulher do lar, ela tem 80 anos. Principalmente no nosso lar.

Me responda: existe alguma coisa mais bonita do que ver uma senhora de 80 anos, aqueles cabelos brancos (mulher honesta de 80 não pinta mais os cabelos), caminhando pela rua de mãos dadas com o marido, bem mais trôpego do que ela? Quantas vidas existem naquelas duas mãos entrelaçadas? Quantos filhos, netos e bisnetos? Quanta vida, quanta história. Quanta gente aquela mulher de 80 colocou no mundo? E agora lá vai ela, caminhando, sem pressa nenhuma, sabe lá pra onde. Ela e o homem dela. Eternos enquanto duraram.

É, já não se fazem mais mulheres como as de 80. Perdemos a fórmula e esquecemos, quase sempre, que elas existem. Mulher de um só amor, de uma só dedicação.

As mulheres de 80 se dividem basicamente em três categorias: as ainda casadas (como sofreram com seus maridos há algumas décadas), as viúvas (como sofreram com a morte do marido) e as com o mal de Alzheimer (que não sofrem, porque não sabem mais).

O incrível é que a gente olha para uma velhinha e pensa que ela não saca mais nada. Que está apenas sentada ali na porta esperando o

próprio enterro passar. Ledo e lerdo engano. Aquela que faz aniversário, com filhos, netos e bisnetos em volta. Olha ela lá, na dela, sentada na cadeira, olhando o nada. Engana-se, minha filha. Ela está percebendo tudo. Ela sabe o que está rolando na festinha da bisa. Sabe quem trai quem, quem deve pra quem, quem odeia quem, dentro de seus próprios descendentes. Mas ninguém dá bola pra ela.

A mulher de oitenta é a mais sábia das mulheres.

Ela já teve 30, achando que sabia de tudo. Chegou aos 40 pensando: agora é que eu sei. E aí foi indo até chegar ali. Cada vez conhecendo mais o mundo e as pessoas do mundo. Quando vê o Bush dizendo besteira na televisão, ninguém lhe pergunta o que achou. Têm certeza que ela vai dizer bobagem. Mas se ousarem vão ouvir uma frase curta, perfeita, exata. Quase filosófica. As mulheres de 80 filosofam. Infelizmente ninguém as ouve.

Você deve achar que uma velhinha não pensa em sexo. Imagina! Então me diga em que idade ela parou, se sempre pensou cada vez mais, durante os 20, 30, 40 etc. Será que chegou numa idade e ela disse para ela mesma: hoje vou parar de pensar em sexo? Negativo. Pensa, e muito. Tenho uma parente que morreu aos 87 anos se masturbando. Feliz e sem a menor culpa, apesar de ir todo domingo à missa. Sábia, descobriu que o prazer não pode ser pecado. Deve estar no céu, a danadinha. Cantando os anjos com ou sem trombetas.

Quanto àquelas que têm o mal de Alzheimer (antigamente eram apenas caducas. Pioraram o nome e não arrumaram o remédio) não sabem o que está acontecendo no mundo. Sua mente não guarda nada do presente (o que tem lá suas vantagens), mas se lembram do passado como se fosse ontem. Pergunte sobre o baile de debutantes, como foi que ela conheceu o marido dela, daquela famosa quadrilha, das fofocas familiares dos anos 30. Um diário do passado vai invadir a sua cabeça e seus olhos vão ficar brilhando.

Ah, as mulheres de 80 com seus cabelos brancos, seus óculos redondos, seu terço e sua caixinha de remédios. Sábias, filósofas, boas. Gente finíssima.

Fonte: www.marioprataonline.com.br



Você sabia?

Marcos Vitruvius viveu no século 1 (I) a.C. (antes de Cristo) e procurou apresentar a perfeição do corpo humano e suas medidas.



REPRODUÇÃO

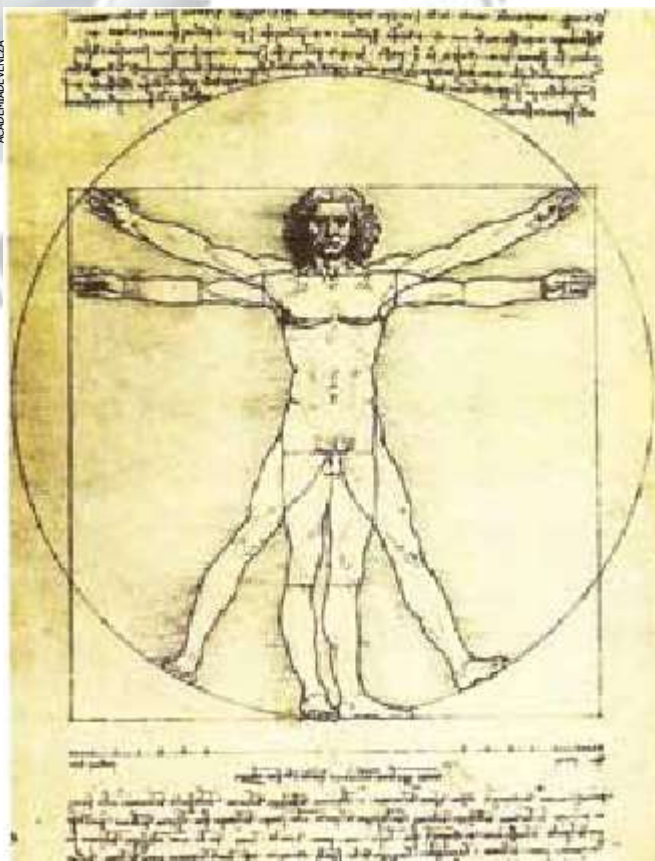
Leonardo da Vinci (1452-1519) é mais conhecido como pintor e escultor, autor de um dos quadros mais famosos da história, a Mona Lisa. Ele é considerado um verdadeiro gênio. Foi também cientista, matemático, engenheiro, inventor, arquiteto, botânico, poeta e músico.

Matemática e visagismo

Você já reparou que a matemática está presente em tudo ao nosso redor, inclusive no corpo humano? Vamos refletir a respeito e decifrar esse enigma.

Por volta de 1490, no século 15 (XV), Leonardo da Vinci desenhou o “homem vitruviano”, um homem com medidas perfeitas baseadas nos estudos do engenheiro, matemático e arquiteto romano Marcos Vitruvius Polião.

Esse homem não existe na realidade. Contudo, tanto o estudo de Vitruvius quanto o desenho de Da Vinci marcaram o início de uma preocupação estética que procura reunir medidas perfeitas e simetria na busca de um ideal de corpo humano.



ACADEMIA DE VENEZA

Para um cabeleireiro, é importante conhecer e analisar as medidas existentes no corpo humano a fim de realizar um trabalho mais harmonioso.

Na década de 1930, surgiu na França um novo conceito na área de beleza. Trata-se do *visagismo*. O termo foi criado pelo cabeleireiro e maquiador francês Fernand Aubry (1907-1976).

O visagismo é a arte de embelezar o rosto. Ele estuda as proporções e os traços pessoais de cada um a fim de decidir a cor apropriada do cabelo em relação à pele e à cor dos olhos, bem como fazer um corte de cabelo de modo a valorizar os traços do cliente.

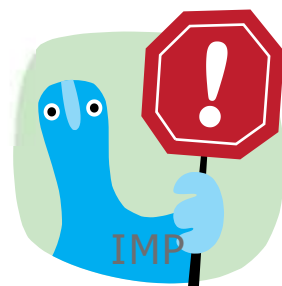
O objetivo do profissional visagista é estudar o rosto das pessoas e mostrar o que fica mais adequado a cada uma delas, respeitando suas características e traços pessoais.



Proporções do corpo e do rosto

O “homem vitruviano” de Leonardo da Vinci traz uma série de medidas baseadas em cálculos matemáticos. Observe novamente o desenho da página anterior. Agora, veja algumas dessas medidas.

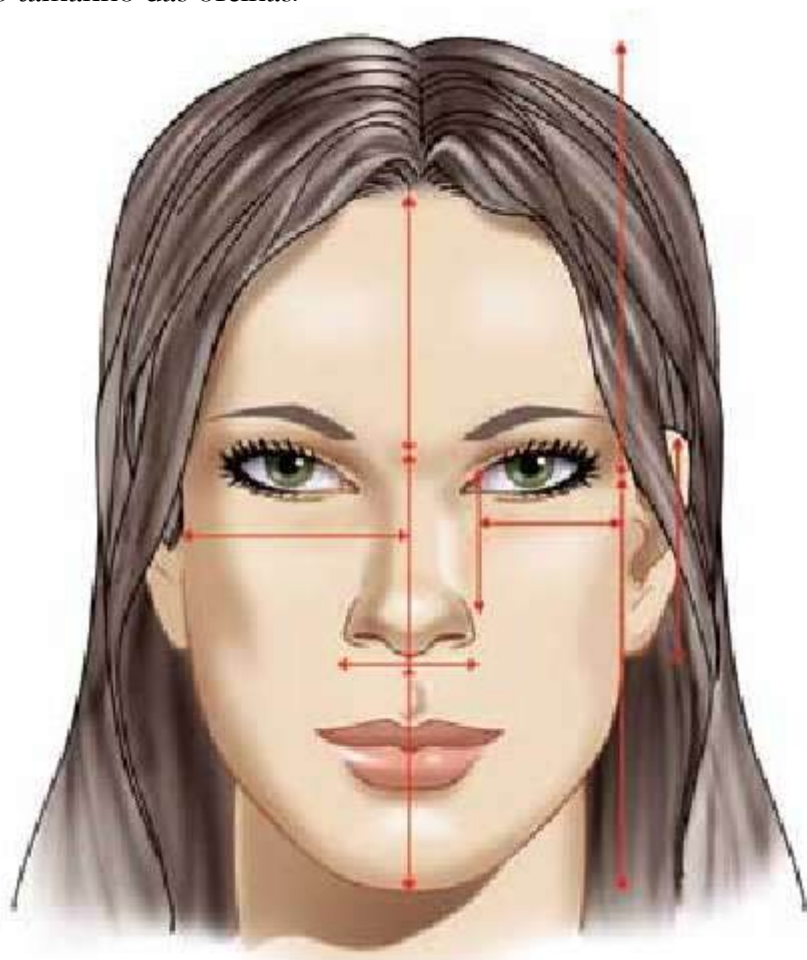
- A distância entre a linha do cabelo e o queixo é $1/10$ da altura do homem.
- A altura da orelha é $1/3$ da **longitude** da face.
- A distância da linha do cabelo até as sobrancelhas é $1/3$ da longitude da face.



O número escrito em forma de fração é conhecido por número racional (p. ex.: $1/3$, $1/10$). Vamos entender esses números? Quando estamos no mercado e pedimos $1/4$ (um quarto) de queijo redondo, temos em mente um queijo cortado em 4 pedaços idênticos, dos quais compraremos apenas um pedaço. Relembre os números racionais em “Fazendo as contas”, no Caderno do Trabalhador 3 – Conteúdos Gerais.

O rosto também possui algumas proporções interessantes. Observe abaixo o desenho de Philip Hallawell (2002). Se nos basearmos só no tamanho da altura do nariz, chegaremos à conclusão de que ele:

- é um pouco menor que o espaço entre a base do nariz e o olho;
- é um pouco maior que a largura do olho;
- é igual ao tamanho da distância entre a base do nariz e o queixo;
- é igual à altura da testa;
- é igual ao tamanho entre o centro e a lateral do rosto, na parte mais larga; e
- é igual ao tamanho das orelhas.



Como vimos, ter noção de matemática é essencial para a nossa vida.

Conhecer proporções o auxiliará, por exemplo, a escolher a melhor maquiagem para o tipo de rosto de seu cliente.

Atividade 2

A PROPORÇÃO NO CORPO HUMANO

1. Procure no dicionário o significado de longitude. O que encontrou e qual dos significados ajuda a compreender as medidas de Vitruvius?

2. Em duplas e com um pedaço de barbante, verifiquem as seguintes proporções.

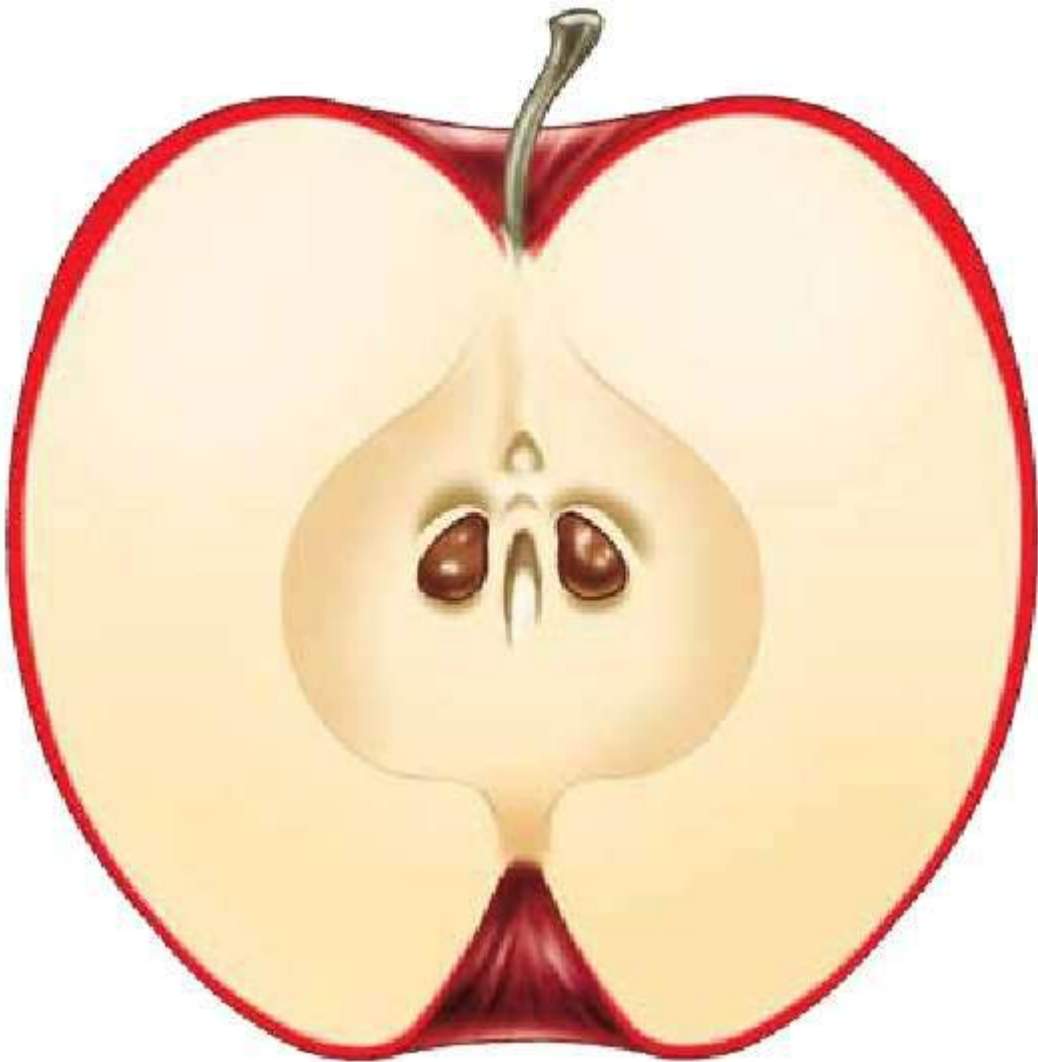
- a) Meça com barbante a distância entre a raiz do cabelo e o queixo de seu colega. Compare-a com a altura dele. Essa distância corresponde a $1/10$ da sua altura? Depois, seu colega repete o procedimento com você.

- b) Meça com um barbante a altura da orelha do colega. Ela representa $1/3$ da longitude da face? A seguir, ele mede a altura de sua orelha.

- c) Repita o procedimento para verificar se a distância desde a linha do cabelo até as sobrancelhas é $1/3$ da longitude da face. O que você encontrou? Por fim, seu colega verifica a mesma medida em seu rosto.

A simetria

Imagine uma maçã cortada ao meio. Ela apresenta dois lados iguais?



A isso chamamos de simetria: a semelhança entre duas metades.

Olhe para um colega e trace uma linha imaginária, vertical, dividindo seu rosto em dois. Observe bem e responda: os dois lados são iguais?

Assim como nosso rosto, o corpo humano é simétrico, isto é, tem dois olhos, um de cada lado; um lado do nariz semelhante ao outro, e assim por diante.

Repare nos seus olhos. O olho direito é igual ao esquerdo?



Você sabia?

Não é só nas formas que encontramos simetria. Ela também está presente nas palavras.

Quando conseguimos ler a mesma frase nos dois sentidos, a chamamos de palíndromo. A palavra é estranha, mas o resultado é divertido. Leia essas frases de trás para frente e veja o que aparece.

SOCORRAM-ME,
SUBI NO ONIBUS
EM MARROCOS

ANOTARAM A
DATA DA MARATONA
A MALA NADA NA LAMA
A TORRE DA DERROTA



Ângulo é a área ou o ponto em que duas semirretas se encontram. Semirreta, por sua vez, é a parte de uma reta que tem como limite um ponto.

Simetria tem a ver com geometria

Relembre o que viu no tema “Arte e cotidiano” no Caderno do Trabalhador 7 – Conteúdos Gerais, que trata sobre a geometria, a parte da matemática que estuda as formas. Preste atenção em especial na Unidade 3, que fala sobre as formas geométricas.

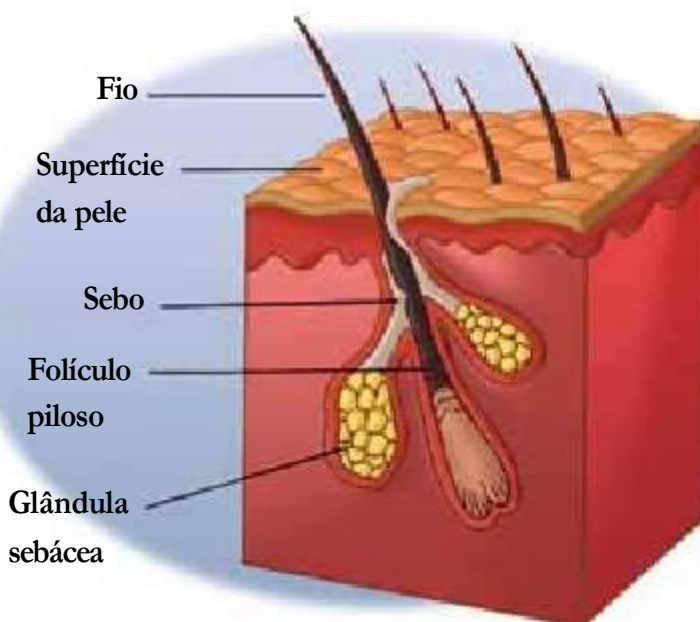
Para os profissionais de imagem e beleza, um conceito importante é o **ângulo**.

A geometria é importante para que o cabeleireiro identifique o formato do rosto, pois, para cada tipo, você deverá usar uma estratégia diferente a fim de valorizar os traços do cliente.

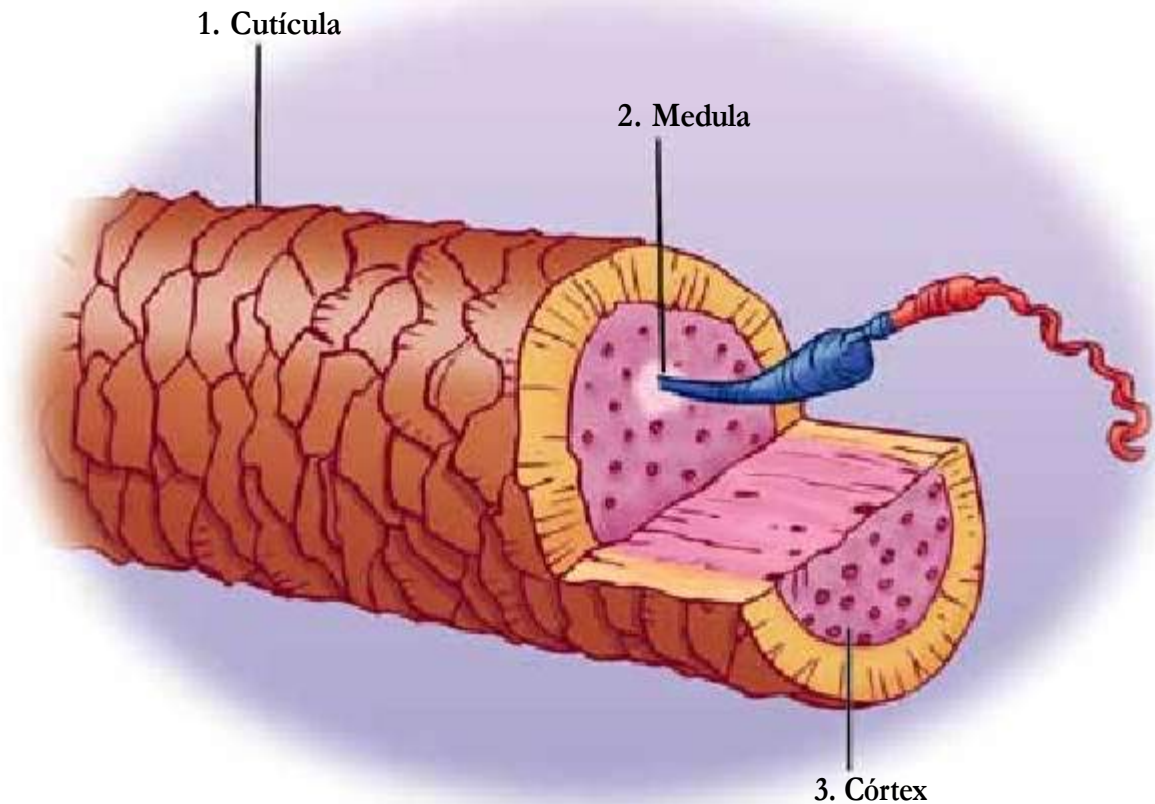
Conhecendo a composição do fio

Se, por um lado, compreendemos os conceitos de cor fria e quente e percebemos qual é a mais adequada para cada tipo de pele, por outro, precisamos acumular conhecimento técnico sobre as tintas e as formas de prepará-las e aplicá-las.

Em primeiro lugar, vamos recorrer ao estudo das ciências a fim de compreender a estrutura do fio do cabelo.



O cabelo é dividido em três partes:



1. Cutícula – Parte externa do fio (como se fosse a “pele” do cabelo). Serve de proteção contra influências externas.

Quando o sol, a poluição e o uso de produtos inadequados maltratam o cabelo, a cutícula faz o fio perder o brilho e a maciez, causa pontas secas e duplas, torna o cabelo quebradiço e provoca a queda dos fios.

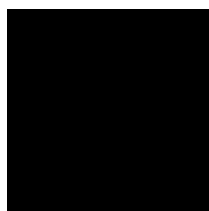
Isso porque ela não é renovada da mesma forma que a pele humana. Para compensar o problema, existem produtos que agem como um protetor solar dos cabelos.

2. Medula – Parte interna do fio que funciona como um eixo central de células. Alguns tipos de cabelo, em especial os crespos, muitas vezes não contêm a medula.



A célula é a menor parte de qualquer organismo vivo (animal e vegetal). Ela é tão pequena, que só pode ser vista com o auxílio de um microscópio – aparelho com lentes que ampliam a imagem de seres e objetos que não conseguimos enxergar com nossos olhos. O ser humano é formado por muitos trilhões de células.

3. CórTEX – Parte do fio onde ficam os pigmentos (eumelanina/azul, feumelanina/amarelo e tricosiderina/vermelho), que determinam a cor natural dos cabelos de acordo com as diferentes proporções das melaninas, indicadas numa escala de 1 a 10:



1. PRETO



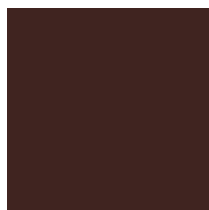
6. LOIRO ESCURO



2. CASTANHO-ESCURÍSSIMO



7. LOIRO MÉDIO



3. CASTANHO-ESCURO



8. LOIRO CLARO



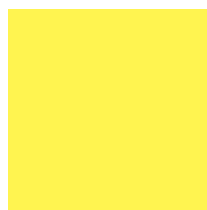
4. CASTANHO-MÉDIO



9. LOIRO MUITO CLARO



5. CASTANHO-CLARO



10. LOIRO CLARÍSSIMO

A pigmentação dos fios pode ser alterada quando recebe a luz solar. Em razão disso, é muito comum alguém voltar da praia dizendo que o cabelo ficou queimado de sol. Os raios alteram a coloração dos fios e, também por isso, é importante que você, como profissional, oriente seus clientes a usar produtos que protejam os cabelos dos raios do sol.

Os cabelos normalmente ficam brancos com o passar do tempo, pois a formação dos pigmentos diminui por causa da interrupção da produção de melanina. Essa característica provavelmente tem origem fisiológica e genética. Os cabelos brancos, em geral, tornam-se grossos e rebeldes porque a melanina é substituída por bolhas de ar.

Colorimetria

Você já ouviu falar de colorimetria? Trata-se da ciência que estuda a composição da cor dos cabelos e os fatores que a alteram.

Esses estudos nos informam também que a percepção da cor é diferente de pessoa para pessoa. Isso explica por que, às vezes, certas pessoas afirmam que tal cor é verde e outras teimam ser azul. Por causa dessas diferenças é que dizemos que a percepção da cor é subjetiva, ou seja, cada um pode ter uma visão diferente da mesma cor.

Se quiser anular uma cor indesejada, seja em mechas, coloração ou descoloração, você precisa ter conhecimentos de colorimetria. Veja, a seguir, uma tabela dos pigmentos contidos em uma coloração.

Coloração	Pigmentos
Dourada	Amarelados
Cobre	Laranjas
Cinza	Azuis
Acaju ou vermelha	Da mesma cor
Roxa ou violeta	Da mesma cor
Verde ou mate	Da mesma cor

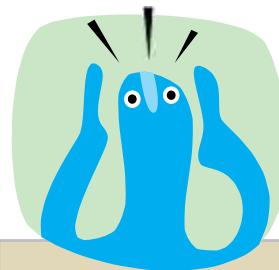
A ciência das cores

A ciência também nos ajuda a saber que cores podemos combinar para obter uma terceira cor.

O ciano, o amarelo e o magenta são chamados de cores **primárias**, pois não são formadas pela mistura de outras (todas as demais cores é que são derivadas delas).

As **secundárias**, por sua vez, resultam da mistura de duas cores primárias. Por exemplo: o laranja tem origem na mistura do amarelo com o magenta, e o verde deriva da soma do ciano com o amarelo.

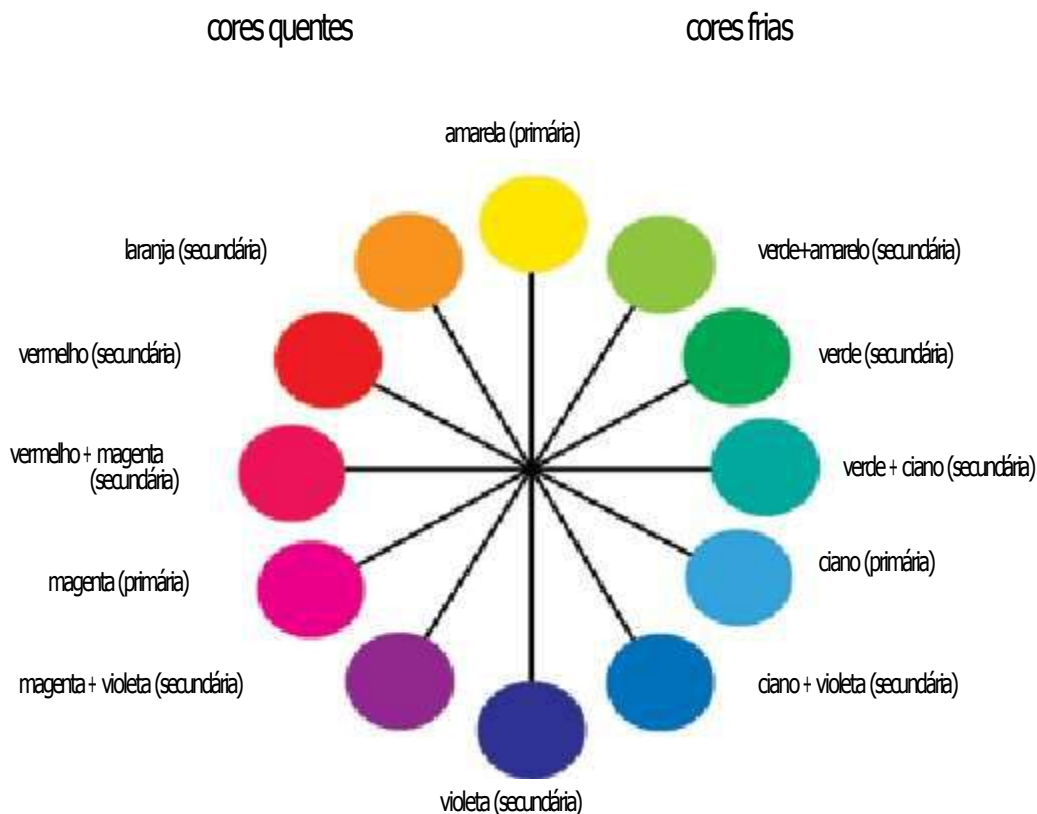
Por fim, as cores **terciárias** são aquelas que surgem da mistura de uma cor primária com uma ou mais cores secundárias.



Você sabia?

A mistura de várias cores terá sempre o preto como resultado.

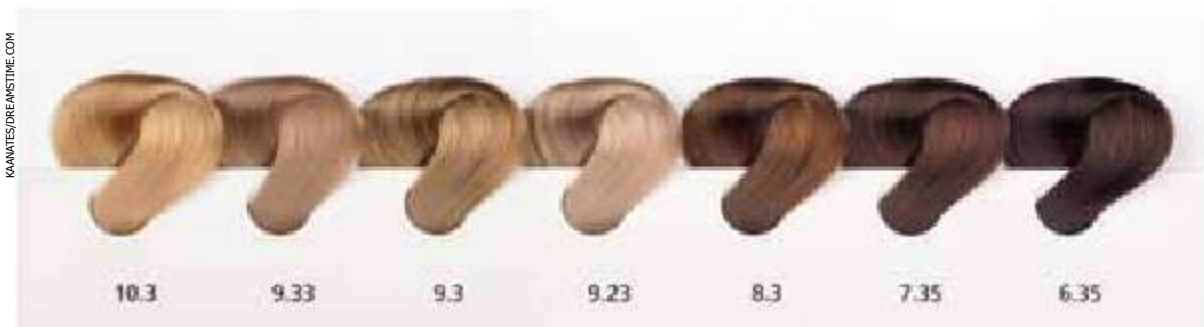
A cor castanha, muito comum em cabelos, é a combinação de amarelo, vermelho e azul.



A leitura das tonalidades da coloração para cabelos

Se você já coloriu seus cabelos ou os de outra pessoa, deve ter percebido que para cada tom de tinta existe um “código” numérico. Essas cores são agrupadas e identificadas por até 3 dígitos.

O primeiro algarismo indica o tom da cor. O grupo dos tons loiros, por exemplo, é o de número 10. O segundo número indica o reflexo principal (o mais visível), e o terceiro informa o reflexo secundário (mais discreto).



Efeitos da tinta: o primeiro algarismo indica o tom da cor e o segundo, o reflexo principal

Veja um exemplo: marrom claro dourado acobreado, código 6.35. Esse número indica que a tonalidade, a cor predominante, é marrom. Os demais dígitos referem-se aos reflexos a partir dessa base.

Atividade 3

PESQUISANDO NA INTERNET

1. Organizados em duplas, você e seus colegas devem acessar os sites de fabricantes de tinturas para cabelos.
2. Pesquisem as cores disponíveis. Com o auxílio do monitor, cada dupla estudará uma tonalidade e seus reflexos primários e secundários.
3. Compartilhem suas descobertas com a turma. O que você e seu parceiro de dupla aprenderam sobre a cor das tinturas?



Capilar: é aquilo que é relativo ao cabelo.

É hora de aplicar a tintura

Vimos a composição física das cores e como cada fabricante lança novas colorações de tempos em tempos.

Agora chegou o momento de conhecermos as técnicas para aplicá-las nos cabelos.

O sucesso da coloração **capilar** depende da condição dos fios. A evolução tecnológica desenvolveu produtos com pigmentos de qualidade aditivados com proteínas e substâncias hidratantes que colorem sem provocar danos aos cabelos e, em alguns casos, até melhorando o estado dos fios.

Faça um diagnóstico dos fios de cabelo e do couro cabeludo do cliente antes de aplicar a tintura. Ou seja, observe bem o cabelo e o couro cabeludo e faça uma análise.

- **Couro cabeludo** – Se apresentar vermelhidão, irritação ou qualquer inflamação, não aplique nenhuma tintura.
- **Espessura dos fios** – Quanto mais grosso o fio, maior deve ser o depósito de coloração sobre ele.
- **Porosidade dos fios** – A porosidade refere-se à condição das cutículas; quando danificadas, elas desbotam mais rapidamente, criando uma cor opaca (especialmente em cabelos avermelhados).

- **Resistência dos fios** – Os cabelos sem resistência não conseguem fixar cor nenhuma e podem até se partir.

Uma vez realizada a análise dos fios, discuta com o cliente a cor desejada.

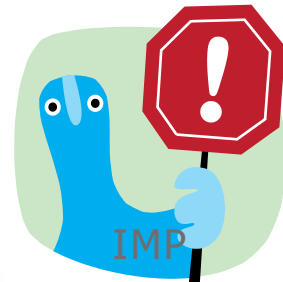
Outro fato que você deve sempre verificar é a quantidade de cabelos brancos existentes, pois isso influenciará a preparação da tinta.

Veja as informações abaixo.

- Se o cliente apresentar 1/3 dos cabelos brancos (30% – imagine o todo do cabelo dividido em 10 partes; destas, 3 são brancas), você poderá utilizar uma cor que tenha um tom mais claro do que os cabelos naturais.



Lembre-se de que você está manuseando substâncias químicas. Por isso, é sempre necessário perguntar se o cliente tem alguma alergia. Teste o produto no punho da pessoa antes de aplicá-lo no couro cabeludo. Essa é a chamada "prova de toque", cujas instruções estão, geralmente, detalhadas na embalagem da tinta. Leia-as com atenção.



Mulheres grávidas são mais sensíveis aos produtos químicos. Os médicos aconselham evitar tinturas durante a gestação. Caso a cliente não tenha essa informação, converse com ela sobre o assunto. É recomendável que ela ouça o médico antes de realizar qualquer procedimento.

- Se mais da metade dos cabelos (em torno de 60%) for branca, escolha uma cor igual ao tom natural.
- Se praticamente todo o cabelo for branco, aplique uma tonalidade mais escura que a cor natural.

Como fazer?



1. Devidamente vestido com luvas de silicone, avental e máscara, prepare a tinta conforme o efeito desejado. Para cada 100 mL de creme colorante, misture 150 mL de emulsão oxidante.
2. Coloque a capa impermeável no cliente.
3. Passe o gel protetor no contorno do couro cabeludo, não esquecendo a nuca e as orelhas.



4. Divida os cabelos em quatro partes. É importante que os fios estejam secos.
5. Prenda os cabelos com cliques grandes ou piranhas.
6. Inicie a aplicação da tinta pela área com maior concentração de cabelos brancos. Depois passe às outras mechas.



7. Aguarde o tempo necessário para que o produto aja (siga as instruções do fabricante). Verifique se a tonalidade corresponde ao efeito desejado. Então, enxágue os fios para tirar os resíduos de tinta.
8. Por fim, realize a lavagem como de costume, dando preferência ao uso de xampu e condicionador para cabelos coloridos.

Para cabelos sem fios brancos

Primeira aplicação	Retoque
<ul style="list-style-type: none"> • Aplique a tinta em mechas finas da raiz em direção às pontas. • Deixe o produto agir conforme as indicações do fabricante. • Verifique a tonalidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lembre-se de que o cabelo já está com tinta aplicada e, portanto, parte dele deverá ficar exposta ao produto por menos tempo. • Aplique a tinta apenas na raiz e deixe-a agir (o tempo necessário pode variar conforme o produto, por isso, siga as instruções do fabricante). • Após esse período, com o auxílio de um pente, “puxe” a tinta em direção às pontas e deixe-a agir obedecendo às indicações da embalagem.

Cabelos e produtos específicos



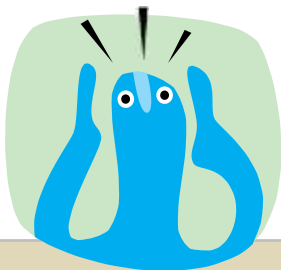
Substantivos são palavras que dão nome às coisas.
 Substantivos simples são aqueles formados por apenas uma palavra, como: cabeleireiro, manicure, maquiador.
 Adjetivos são palavras que caracterizam o substantivo, dão qualidades a ele. Por exemplo: cabelo opaco, visual antiquado, estilo moderno.



Neste ponto de nosso trabalho, vamos mudar um pouco de assunto: o que você acha de conhecer mais sobre biologia e química, por exemplo?

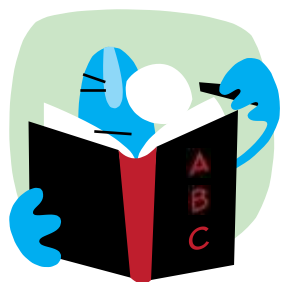
Substantivos simples como hidratação, cor, limpeza, efeito etc., ou acompanhados de **adjetivos**, como intensivo, desbotado, profundo, liso, frio, entre outros, vão passar a fazer parte de seu cotidiano profissional. Esses nomes e expressões vão compor seu novo vocabulário.

Você já deve ter ouvido falar em “economês”, que é como as pessoas passaram a chamar a linguagem típica dos economistas, repleta de termos técnicos de difícil compreensão para quem não é da área. Nesse sentido, temos que começar a pensar cada vez mais em “cabeleirês”.

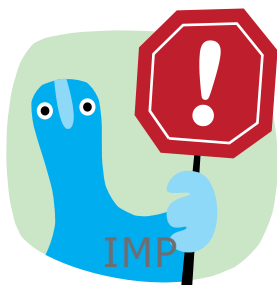


Você sabia?

O xampu é derivado de um detergente alemão criado em 1890. Ele começou a ser vendido depois da Primeira Guerra Mundial. Os cabeleireiros ingleses o produziam aquecendo sabão em água junto com bicarbonato de sódio e ervas, a fim de promover a saúde do cabelo e impregná-lo com aromas. Acredita-se que a origem do nome veio de chhamna, expressão do idioma hindi que significa apertar, massagear ou amassar.



Rinse é um termo francês que significa enxágue.



Há um tipo de condicionador para ser usado com cada xampu. A combinação desses produtos deve ser harmônica, não podendo ser feita de forma aleatória. Deve-se sempre levar em conta cada tipo de cabelo.

Xampus e condicionadores

Mas o que, afinal, é xampu? É o líquido usado na lavagem dos cabelos com a finalidade de limpar, tratar, restaurar e hidratar. Os xampus atuais são bem diferentes dos primeiros, que tinham todos a mesma função.

Hoje, esses cosméticos apresentam-se numa diversidade muito grande, com especificações para os mais diferentes tipos de cabelo e seus respectivos problemas.

Existem dois tipos de xampus especiais:

- **Antirresíduo** – Recomendado para limpezas profundas, pois remove restos de condicionadores, musses e outras substâncias cujo acúmulo ocasiona opacidade e falta de brilho. Ele não deve ser usado em cabelos com escova progressiva. Também não é recomendável usá-lo com muita frequência; no máximo, uma vez por mês.
- **Sem sal** – Suave, indicado para cabelos tratados quimicamente (tingidos, descoloridos, com permanente, com escova progressiva etc.), pois combate o ressecamento.

E os condicionadores? Eles já foram chamados de creme **rinse** e têm como funções básicas a hidratação e a revitalização dos fios. Seu uso traz brilho, maciez e suavidade aos cabelos. Seu ingrediente principal é uma composição de proteínas que tem o objetivo de recuperar a condição normal dos fios expostos ao sol, ao vento, à poluição, à ação de produtos químicos etc.



Atividade 1

CONHECENDO OS TIPOS DE XAMPU E CONDICIONADOR

1. Organizados em grupos de cinco pessoas, você e seus colegas devem pesquisar em supermercados, lojas de cosméticos, na internet e em revistas especializadas quais são os tipos de xampu e condicionador disponíveis para o público consumidor e para os profissionais da área, sem se prender a marcas, mas prestando atenção nas funções de cada produto.
2. Ao final desse levantamento cuidadoso, os grupos vão se reunir na classe e partilhar suas descobertas. Quais e quantos tipos de xampu e condicionador a turma identificou?

O tratamento dos cabelos é feito com produtos cujas fórmulas contêm frutas, ervas e/ou outras substâncias (algumas delas citadas no quadro da página 114).

Então, que tal começarmos a pensar em montar um manual ou um pequeno dicionário enciclopédico que explique, por exemplo, para que serve o abacate em uma fórmula de xampu?

A pesquisa para a confecção desse material também o ajudará a descobrir como agem ou para que servem xampus e condicionadores para cabelos cacheados, modeladores de cachos, iluminadores e protetores de cor para nutrição celular, plástica dos fios, equilibrantes, energizantes, fortificantes, antiequívocos, antirresíduos, antiestresse, antioxidantes, pós-escova progressiva, reconstrutores para criar e manter efeito liso e muitos outros.

Atividade 2

CONSTRUINDO O DICIONÁRIO ENCICLOPÉDICO

1. Organizados em grupos de cinco pessoas, você e seus colegas vão discutir e anotar o que já sabem sobre a finalidade desses produtos ou de seus componentes, e também acerca dos diferentes tipos de xampu e condicionador.
2. Depois, em duplas, façam uma pesquisa na internet e, com base nos dados obtidos, construam uma tabela, anotando os componentes (abacate, banana, leite etc.) e suas finalidades (antirresíduos, equilibrante, nutrição celular etc.).
3. Após a pesquisa na internet, é importante terminar o debate em grupo a fim de montar uma lista que relacione cada componente com sua(s) finalidade(s).



Especialistas afirmam que é errado aplicar o xampu diretamente sobre os cabelos. Isso porque pode ocorrer uma sobrecarga do produto em algum ponto do couro cabeludo, o que, em casos extremos, chegaria a provocar descamação. Assim, é necessário primeiro espalhar o xampu na palma da mão e em seguida aplicá-lo gradativamente sobre todo o cabelo, concentrando o produto na raiz e espalhando-o para as pontas apenas durante o enxágue. Já o condicionador não deve ser aplicado sobre a raiz, e, sim, do meio para as pontas dos fios – pois, na raiz, ele também pode causar descamação e caspas.

Para fazer esse trabalho vocês devem analisar apenas os componentes destacados nos rótulos dos produtos. Por exemplo: ao examinar um xampu de óleo de amêndoa, a equipe vai ver para que serve o óleo de amêndoa.

4. O trabalho final ficará semelhante aos exemplos citados na tabela abaixo.

Componente	Finalidade
Amêndoa	Hidrata os cabelos secos, pois é fonte de vitaminas.
Camomila	Ajuda a realçar os cabelos loiros.

Nutrição e beleza dos cabelos

Agora já conhecemos os principais tipos de xampu e condicionador e sabemos que é necessário avaliar o tipo de cabelo e o estado em que ele se encontra antes de começar a tratá-lo. Também precisamos pensar no efeito que o cliente busca para, só então, pensar nos produtos mais indicados ao tratamento.

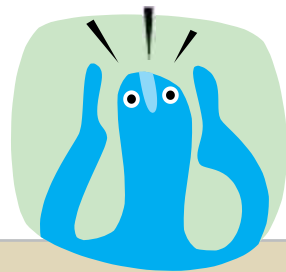
Nesse ponto, teremos de usar outros produtos que auxiliarão na busca da condição ideal dos cabelos: cremes, máscaras revitalizantes, hidratantes, nutrientes, restauradores etc.

A análise dos ingredientes ativos de vários produtos vai ajudá-lo a resolver problemas que surgirão no dia a dia como, por exemplo, tratar cabelos ressecados e quebradiços em consequência da aplicação de sucessivas tinturas em curtos espaços de tempo.

Nas próximas páginas vamos conhecer algumas informações médicas, em especial as relativas à dermatologia (área que cuida dos males da pele, das unhas e dos cabelos) ou, mais especificamente, à tricologia, que analisa clinicamente o cabelo e o couro cabeludo; e também à ginecologia, especialidade que informará à paciente grávida sobre os produtos e tratamentos capilares que ela poderá ou não utilizar.

Se a medicina nos auxilia com conhecimentos sobre os cuidados com o corpo e os cabelos, outra área da saúde também é bastante útil aos cabeleireiros: a nutrição. Afinal, uma alimentação errada pode deixar os cabelos secos ou excessivamente oleosos, quebradiços e “sem vida”.

A alimentação mais adequada é a que conhecemos como balanceada, equilibrada. Para sabermos do que se trata, vamos examinar a composição da pirâmide alimentar. De acordo com o Departamento de Nutrição da Universidade de Brasília, essa pirâmide é formada por 8 grupos de alimentos.



Você sabia?

Os cabelos são formados por anéis de queratina e seu aspecto externo é semelhante às escamas de peixe. Aos anéis de queratina damos o nome de cutícula. Por isso falamos em cabelos com cutículas abertas.



Cabelo com cutículas abertas



Cabelo com cutículas fechadas

Grupo 1 – Fica na base da pirâmide e é formado pelos alimentos que nos dão energia.

Grupo 2 – Formado por alimentos que regulam o funcionamento do organismo, pois são ricos em sais minerais, vitaminas e água.

Grupo 3 – Também cumpre a função reguladora. Composto por frutas igualmente ricas em vitaminas, sais minerais e fibras.

Grupo 4 – Abrange os chamados alimentos construtores, em que há muito ferro, zinco e cálcio. Gorduras e açúcares também fazem parte deste grupo.

Grupo 5 – Também inclui alimentos construtores com elementos químicos como ferro e zinco. Fazem parte desse grupo carnes e ovos, itens geralmente associados ao colesterol nocivo.

Grupo 6 – Mais elementos construtores, com a vantagem de auxiliar na produção do “colesterol bom” pelo organismo.

Grupo 7 – Composto por gorduras que ajudam a conduzir as vitaminas pelo organismo.

Grupo 8 – No topo da pirâmide, inclui alimentos altamente calóricos, que devem ser consumidos em quantidades mínimas: todos os salgadinhos empacotados, balas e chocolates, por exemplo.



O mesmo departamento da UnB recomenda, para uma dieta balanceada, o consumo diário das seguintes porções:

Alimentos	Porções	Calorias
Grupo 1 cereais, pães, raízes e tubérculos	8 porções	150 kcal
Grupo 2 hortaliças e verduras	3 porções	15 kcal
Grupo 3 frutas e sucos de frutas naturais	3 porções	70 kcal
Grupo 4 leite e derivados: queijos, bebidas lácteas etc.	3 porções	120 kcal
Grupo 5 carnes e ovos	2 porções	130 kcal
Grupo 6 leguminosas: feijão, soja, ervilha etc.	1 porções	55 kcal
Grupo 7 óleos e gorduras	2 porções	120 kcal
Grupo 8 açúcares, balas, chocolates, salgadinhos	2 porções	80 kcal

Fonte: Universidade de Brasília

Atividade 3

PESQUISANDO ALIMENTOS

1. Organizados em duplas, você e seus colegas irão a uma biblioteca ou à sala de informática pesquisar os alimentos ricos em substâncias químicas importantes para a saúde dos cabelos – citados na tabela a seguir.

Elemento químico	Função	Alimentos
Magnésio	Essencial na formação de proteínas como a queratina, substância constituinte dos fios.	
Cálcio	Não pode faltar, pois, sem ele, os fios tornam-se finos e quebradiços.	
Sódio	Ajuda no controle da quantidade de água dentro dos fios, além de torná-los brilhantes.	
Potássio	Tem importância para a flexibilidade e a hidratação dos fios.	
Zinco	Proporciona força aos cabelos.	
Silício e enxofre	Fortalecem e estimulam o crescimento dos cabelos.	

Uma boa alimentação, combinada com o uso correto de produtos de beleza adequados e de boa qualidade, contribui para a saúde e o viço dos cabelos. Algumas vitaminas e minerais também exercem um papel importante nesse processo. Entre eles estão:

- **Vitamina B2** – Encontrada nos cereais em grãos, nos bifes de fígado, em sementes de girassol, na couve, no agrião, no leite, em ovos, ervilhas etc.
- **Vitamina B7** – Presente no melão, no levedo, no gérmen de trigo, na laranja, no pólen de flores, na alfafa germinada, no iogurte, em nozes e castanhas etc.
- **Lítio** – Sua ausência provoca queda de cabelo e seborreia. Encontrado na água, no gengibre, em certos tipos de cogumelo, no agrião, na alface e em nozes e castanhas.

2. Debatam a importância, ou não, de um cabeleireiro aconselhar seus clientes sobre a alimentação. Justifiquem suas conclusões e apresentem essa argumentação à turma. Esse pode ser mais um item na construção de seu dicionário enciclopédico.

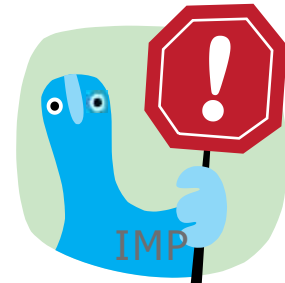
A ciência nos cabelos

Você já deve ter reparado como a ciência está presente em muitos aspectos cotidianos do cabeleireiro. Vimos até aqui como o fio é composto e quais são os alimentos adequados para dar brilho e maciez aos cabelos.

Mas há muito mais ciência nessa profissão.

Repare nos rótulos de cosméticos para cabelos ou mesmo nas propagandas desses produtos.

Você já ouviu falar em pH? É a sigla de “potencial hidrogeniônico”. Embora ele tenha um nome estranho, é essencial conhecer sua função, pois seu efeito tem relação direta com a estrutura dos cabelos. Esse curso não pretende conceituar o termo hidrogeniônico. Basta, por ora, saber que o pH indica quanto uma determinada substância é



A orientação sobre alimentação é baseada no consumo de produtos naturais, e não no consumo de produtos industrializados. Além disso, todo medicamento deve ser receitado somente por médicos.

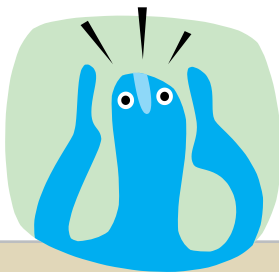


O pH apresenta uma medida que varia entre 1 e 14 e indica o quanto um líquido é ácido ou alcalino (o oposto de ácido).

Se o pH é menor que 7 ($\text{pH} < 7$), significa que a substância é ácida.

Se a substância tiver pH maior que 7 ($\text{pH} > 7$) ela é alcalina.

E quando o pH é igual a 7? Isso quer dizer que a substância é neutra (nem ácida nem alcalina).



Você sabia?

O uso contínuo de formol pode resultar em sérios problemas respiratórios e favorecer o surgimento de tumores. Essa substância é classificada como cancerígena pela OMS – Organização Mundial da Saúde.

alcalina ou ácida. As substâncias alcalinas são opostas às ácidas. Além disso, são capazes de diminuir ou anular a acidez de qualquer substância.

Os cabelos são formados por moléculas que se unem por meio de três tipos de ligações: as *pontes salinas*, as de *dissulfeto* e as ligações de *hidrogênio*. Quando os fios estão molhados, ocorre a quebra das ligações de hidrogênio e, por isso, eles perdem volume. Quando secam, as ligações são recompostas, o que os faz recuperar o volume. Xampus ácidos (com pH semelhante a 1,5) quebram as ligações de hidrogênio assim como as pontes salinas, tornando os cabelos secos e rebeldes. Os xampus com pH elevado (maior ou igual a 8) quebram as pontes de dissulfeto, provocando pontas duplas – pois há a ruptura das pontes localizadas nas extremidades dos fios. Portanto, o xampu ideal deve ter pH moderado (entre 4,0 e 5,0).

Há produtos que modificam a estrutura dos cabelos sem, entretanto, danificá-los. Assim, é possível alisar cabelos cacheados, ondulados, crespos e afros sem recorrer a produtos que os danifiquem e, principalmente, sem usar cosméticos nocivos à saúde, tanto do cliente como a sua – caso do formol, por exemplo.

As escovas progressivas com formol são ilegais no Brasil, já que o uso da substância em tratamentos estéticos está proibido pela Anvisa – Agência Nacional de Vigilância Sanitária – desde 1997.

O índice de formol em cosméticos é de 0,2%, teor insuficiente para produzir o alisamento. Em seu lugar, atualmente, existem produtos cujas fórmulas incluem compostos químicos como hidróxido de sódio, tioglicolato de amônia, guanidina, queratina, metilparabeno e propilparabeno. Esses produtos tornam o cabelo maleável, mais elástico e mais liso, e amolecem a fibra. Mas não podem ser misturados num mesmo tratamento ou numa só técnica.

Reconhecendo os tipos de cabelo

Nossa vivência nos ajuda a identificar se um cabelo é seco ou oleoso, mas um profissional da área precisa conhecer o assunto com mais profundidade.

Para cada tipo de cabelo há produtos diferentes. Se o cabelo é oleoso, o cliente deseja tirar o excesso de óleo. Por isso o xampu e o condicionador não podem ser iguais àqueles usados por quem tem cabelo seco.

O estado em que os cabelos se encontram no momento do tratamento é outro fator que determina quais serão os produtos aplicados. Afinal, os cabelos podem precisar de nutrientes, hidratação, força etc.

Mais um aspecto a ser levado em conta é o efeito desejado. Há produtos indicados para manutenção do efeito liso, modeladores de cachos, protetores da cor, cosméticos que controlam o volume dos fios etc.

Alimente aqui seu dicionário enciclopédico anotando as características de cada tipo de cabelo. Depois de algum tempo, você não utilizará o dicionário com muita frequência, mas no início da carreira ele o ajudará bastante. Assim, o ideal é que, no começo da pesquisa, você monte fichas para consulta.



Cabelos secos

Eles são ressecados em toda a extensão dos fios, diferentemente de outros que podem estar secos nas pontas, mas não perto da raiz. Também não brilham, já que apresentam oleosidade muito baixa. São quase sempre mais volumosos que os outros tipos de cabelo e apresentam mais dificuldade para pentear e desembaraçar. Aliás, em geral, parecem não ter sido penteados corretamente. São quebradiços, ásperos no toque e costumam apresentar pontas duplas. Por isso tudo, podemos dizer que os fios secos são frágeis.

Todas as características citadas acima decorrem da baixa lubrificação do couro cabeludo. Essa falta de lubrificação deixa os cabelos mais expostos a qualquer agente da natureza capaz de causar danos. É esse fator, além da nutrição insuficiente, que torna os cabelos secos mais fracos que os demais.



Baixa lubrificação do couro cabeludo: o problema resseca os fios, que se tornam fracos

KARENSTRUTHERS/DREAMSTIME.COM

Cabelos normais

Não ressecam com facilidade, são macios e brilhantes, têm volume adequado, são fáceis de pentear. Pedem hidratação, em média, a cada 15 dias.



Macios e brilhantes: os cabelos normais são fáceis de pentear e pedem hidratação a cada 15 dias

Cabelos oleosos

A produção das glândulas sebáceas é excessiva, muito maior do que o necessário, fazendo com que a gordura torne os fios mais finos e sem volume. Por isso, esse tipo de cabelo exige lavagens diárias. A hidratação, por outro lado, deve ocorrer somente uma vez por mês.



Excesso de produção das glândulas sebáceas: os cabelos oleosos exigem poucas sessões de hidratação

Cabelos mistos

São oleosos junto ao couro cabeludo, apresentando aspereza nas pontas – que ressecam com frequência. Requerem tratamento com produtos específicos para amenizar a oleosidade da raiz e hidratar as pontas secas. A hidratação deve ser feita quinzenalmente, com foco na área entre o meio e as pontas dos fios.



Cabelos mistos: oleosos junto ao couro cabeludo e ressecados nas pontas, requerem tratamento específico

Atividade 4

IDENTIFICANDO OS TIPOS DE CABELO

1. Organizados em grupos de três pessoas, pesquisem mais profundamente as características dos cabelos a fim de preencher o dicionário de cada um.
2. O segundo passo é associar essas características aos produtos disponíveis no mercado. Que tipo de xampu e condicionador deve ser usado em cada caso?
3. Em seguida, cada equipe vai expor os resultados obtidos e comparar com os dados colhidos pelos demais grupos. Isso permitirá que os dicionários fiquem ainda mais completos.
4. Agora, em duplas, cada aluno vai analisar o tipo de cabelo do parceiro e sugerir o uso cotidiano de produtos específicos.

Tipos de tratamento

Devemos sempre oferecer tratamentos que busquem o equilíbrio dos fios.

Para balancear os cabelos secos, devemos usar produtos nutritivos; já no caso dos oleosos, os produtos devem controlar a produção das glândulas sebáceas; os cabelos mistos necessitam de controle da oleosidade para que haja uniformidade tanto junto às raízes quanto ao longo dos fios. Por fim, os cabelos normais precisam de produtos que apenas mantenham essa condição.

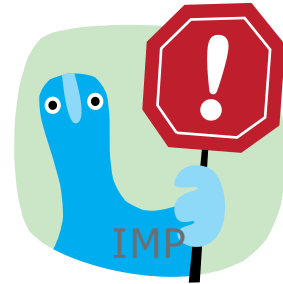


Hidratação

Recomendação: cabelos secos, tingidos e danificados.

Tempo: não caia na armadilha de que “quanto mais tempo durar a aplicação de um produto, melhor será o resultado”. Os processos de hidratação devem seguir as recomendações dos fabricantes – em geral, não se deve ficar mais de uma hora com a máscara nos cabelos.

Cuidados: não aplique o produto na raiz dos cabelos.



Tratamentos oferecidos que garantam bons resultados, como a hidratação, estão entre os serviços mais procurados nos cabeleireiros.



Vale lembrar que cabelos com diferentes estruturas e estados de ressecamento variados pedem tipos diversos de hidratação. Cabe a você, profissional da área, analisar as necessidades de cada caso e determinar o método a ser usado.



O processo deve seguir as recomendações dos fabricantes: nunca aplique o produto na raiz dos cabelos

Cauterização capilar

É um tratamento que cicatriza as cutículas dos cabelos por meio de hidratação profunda, selando as escamas dos fios e suavizando as pontas duplas. Além disso, elimina o aspecto “arrepiaado” e seco.



Hidratação profunda: a cauterização cicatriza as cutículas dos fios, suavizando as pontas duplas

1º passo – Devidamente vestido com luvas de silicone, avental e máscara, lave os cabelos do cliente com xampu antirresíduos até que os fios estejam completamente livres de impurezas.

2º passo – Passe uma máscara reconstrutora à base de queratina ou proteína, massageando todos os fios – separados em pequenas mechas. O sentido da massagem deve ser o mesmo do crescimento dos fios. Deixe o produto agir por cerca de 10 minutos.

3º passo – Enxágue os cabelos, retirando os resíduos de produtos aplicados.

4º passo – Aplique um creme antitérmico para proteger os fios do calor do secador e da chapinha.

5º passo – Separe os cabelos em quatro mechas (na frente, nos lados e atrás).

6º passo – Seque os fios enquanto faz a escova.

7º passo – Volte a dividir os fios em mechas.

8º passo – Separe uma mecha menor e aplique nela a queratina líquida. Em seguida, passe a prancha (chapinha) nessa área. Repita o procedimento até que todo o cabelo esteja cauterizado. Lembre-se de aconselhar o cliente a não lavar os cabelos nas 48 horas seguintes.

Tratamentos naturais e argiloterapia

Oferecer tratamentos naturais pode ser um diferencial em sua relação de serviços. Alguns, como a argiloterapia, remontam à Antiguidade.

A argiloterapia é adstringente, tonificante e estimulante.

Recomendação: fortalecer e recuperar os cabelos, pois inclui sais minerais que promovem uma limpeza profunda. A argila usada nesses tratamentos elimina as células mortas dos fios, revitalizando-os, além de ativar a circulação do sangue no couro cabeludo. Também é eficaz contra caspa, seborreia e queda dos cabelos, tem ação bactericida e regeneradora.

Prefira as argilas preta ou verde. A primeira age na raiz contra a oleosidade excessiva e trata a queda de cabelo. A verde tem ação mais tonificante e é indicada para fios mistos ou normais.

Preparação: misture 2 colheres de sopa de argila com meia xícara de água mineral até formar uma pasta homogênea.



OLGALYUBIN/DREAMSTIME.COM

Aplique essa pasta com um pincel nos cabelos limpos.

Tempo: deixe a mistura agir durante 20 minutos. Diferentemente do que ocorre na hidratação, nesse procedimento você pode (e deve) aplicar o produto também no couro cabeludo.

Retire a mistura com bastante água, lavando os cabelos em seguida com xampu neutro. Se necessário, utilize hidratante ou condicionador.

Atenção: a aplicação da argila é semanal e o tratamento completo deve durar de 6 a 12 semanas, dependendo do tipo de cabelo. É comum que os cabelos adquiram um aspecto ressecado após as primeiras aplicações. É importante que o cliente esteja ciente de que a argiloterapia é um processo e que o efeito surgirá ao longo do tratamento.

Relaxamento, alisamento e recondicionamento térmico

O processo de **relaxamento** dos cabelos consiste em suavizar a ondulação existente, amolecendo a estrutura dos fios. Ele pode ser dividido em três passos.

1º passo – Preparação: usando luvas descartáveis, lave os cabelos do cliente com xampu antirresíduos e separe-os em quatro partes.

2º passo – Aplicação do creme de relaxamento: coloque o produto em uma vasilha não metálica. Com o auxílio de um pincel, inicie a aplicação pela nuca, evitando o contato do creme com o couro cabeludo (mantenha distância de cerca de 1 cm em relação a ele).

Aplique o produto rapidamente, mecha após mecha, sobre todo o comprimento dos fios, tomando o cuidado de não puxá-los. Se os cabelos já foram alisados, passe o creme unicamente na base dos fios, respeitando a já citada distância de 1 cm.

Certifique-se de que o produto seja bem distribuído por todos os fios. Alise-os com os dedos ou com a ajuda de um pente não metálico de dentes largos, assegurando-se de que há creme suficiente sobre os cabelos.

Sem alterar a temperatura ambiente, faça uma pausa para o produto agir. Esse prazo deve ser de aproximadamente 15 minutos para cabelos naturais resistentes e 10 minutos para cabelos coloridos, fragilizados e/ou com mechas. Continue alisando os fios com os dedos ou o pente durante essa pausa.

Enxágue com bastante água morna até a eliminação total do produto. Seque cuidadosamente com uma toalha.

3º passo – Aplique cerca de 80 mL da quantidade de loção fixadora neutralizante sobre os cabelos. Espalhe o produto com delicadeza e deixe-o penetrar em toda a extensão dos fios. Alise regularmente os cabelos durante uma pausa de 5 minutos.

Espalhe mais 40 mL da loção. Alise regularmente os cabelos durante uma pausa de 3 minutos. Enxágue cuidadosamente com água morna por mais 3 minutos.

O **alisamento** implica o uso de produtos mais fortes, pois, além de alargar as ondas, ele as estica por completo. O processo deve obedecer à sequência abaixo.

1º passo – Divida em quatro partes o cabelo previamente relaxado e aplique um produto de pré-tratamento.

2º passo – Mecha após mecha, passe nos fios uma mistura de creme de relaxamento e ativador, começando pelo topo da cabeça e seguindo em direção à nuca.



O uso do creme alisante deve ser obrigatoriamente acompanhado pelo uso de um neutralizante. Esses produtos são desaconselháveis para crianças e gestantes.

3º passo – Com movimentos leves, porém firmes, estique as mechas enquanto espalha a mistura usando as costas de um pente não metálico ou as mãos enluvadas. Aguarde o tempo de pausa especificado pelo fabricante do creme.

4º passo – Depois de conferir se o cabelo está processando a mistura, enxágue-o até remover por completo os produtos aplicados.

5º passo – Aplique um condicionador “normalizante” e distribua-o de forma homogênea enquanto massageia ao longo dos fios. Deixe o produto agir por 3 minutos e enxágue os cabelos.

O **recondicionamento térmico** (também conhecido como alisamento japonês ou escova definitiva) mantém os cabelos lisos por mais tempo. O processo, que pode ser dividido em três etapas, dá-se por meio de uma chapinha térmica especial que redistribui uniformemente a queratina.

1º passo – Preparação: usando luvas descartáveis, lave os cabelos do cliente com xampu antirresíduos e separe-os em quatro partes.

2º passo – Aplicação do creme de relaxamento: coloque o produto em uma vasilha não metálica. Com o auxílio de um pincel, inicie a aplicação pela nuca, evitando o contato do creme com o couro cabeludo (mantenha distância de cerca de 1 cm em relação a ele).

Aplique o produto rapidamente, mecha após mecha, sobre todo o comprimento dos fios, tomando o cuidado de não puxá-los. Se os cabelos já foram alisados, passe o creme unicamente na base dos fios, respeitando a distância de 1 cm citada acima.

Certifique-se de que o produto seja bem distribuído por todos os fios (em cabelos espessos você pode usar um pente não metálico de dentes largos).

Alise os fios com os dedos ou com a ajuda de um pente não metálico de dentes largos, assegurando-se de que há creme suficiente sobre os cabelos.

Faça uma pausa levando em conta o tempo determinado pela mecha-teste e respeitando o tempo máximo de 40 minutos. Evite esticar os cabelos durante a pausa. Acompanhe as condições de elasticidade dos fios.

Quando considerar que a ação do relaxante foi suficiente, passe um pente pelos cabelos com suavidade. Se os fios ficarem estendidos, enxágue-os abundantemente até retirar todo o produto. Caso contrário, deixe que ele continue agindo e depois enxágue. Então, use uma toalha para eliminar cerca de 80% da umidade dos cabelos.

3º passo – Aplique cerca de 80 mL da quantidade de loção fixadora neutralizante sobre os cabelos. Espalhe o produto cuidadosamente e deixe-o penetrar em toda a extensão dos fios. Alise regularmente os cabelos durante uma pausa de 5 minutos.

Espalhe mais 40 mL da loção. Alise regularmente os cabelos durante uma pausa de 3 minutos. Enxágue cuidadosamente com água morna por mais 3 minutos.

A fim de obter um resultado ainda melhor e mais durável, após a escova definitiva passe a chapa nos cabelos separados em mechas finas.

Cuidados a serem tomados

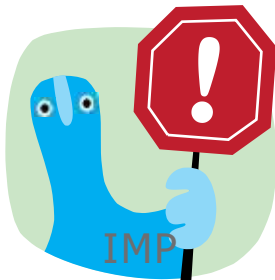
Tanto o alisamento quanto o relaxamento pedem retoques em períodos que variam entre 40 e 60 dias. Esses procedimentos de manutenção devem se limitar às raízes para que não haja ressecamento dos cabelos. Nem o alisamento nem o relaxamento são indicados para quem se submeteu a outros processos químicos.

A técnica de relaxamento térmico não é recomendada para cabelos muito crespos ou descoloridos. O ideal é que os fios não tenham passado por processos químicos por aproximadamente 6 meses.

Cuidado: produtos tóxicos

Utilize produtos de fabricantes reconhecidos no mercado – e com selo de aprovação da Anvisa –, pois estará lidando com substâncias químicas que envolvem riscos. Caso haja erro na aplicação ou na neutralização dos produtos aplicados, os cabelos podem ficar gravemente danificados.

Os cosméticos à base de hidróxido de sódio possuem efeito alisador, mas são altamente tóxicos e podem lesionar o couro cabeludo e, por isso, não devem ser aplicados sobre ele. Guarde sempre uma distância de 1 cm em relação à raiz dos cabelos. Todo cuidado é pouco na proteção dos olhos, pois esses produtos também podem afetar a visão do cliente.



Você deve esperar 15 dias para fazer coloração em clientes que utilizaram cremes de alisamento ou loções fixadoras.

Aconselhe sempre que o cliente faça tratamentos mais naturais, explicando os riscos envolvidos no uso do hidróxido de sódio.

Os produtos à base de tioglicolato de amônia produzem o mesmo efeito e devem ser aplicados sobre os fios umedecidos.

Os cremes de alisamento, por exemplo, contêm amônia e sais de ácido tioglicólico, enquanto as fórmulas das loções fixadoras incluem peróxido de hidrogênio (água oxigenada). Há pessoas sensíveis a esses produtos; além disso, eles não devem ser utilizados em clientes cujo couro cabeludo apresente irritações ou feridas, ou que já tenham sofrido algum tipo de reação alérgica a eles.

Para dar volume

Todo tipo de cabelo, liso ou ondulado, pode ser ralo. Para dar volume a cabelos muito finos e ralos, há produtos capazes de tornar as fibras capilares mais densas e pesadas, pois suas moléculas penetram nas fibras, expandindo-se e solidificando-se em seu interior. Em outras palavras, deixam os cabelos até 66% mais encorpados e resistentes. Esses produtos devem ser usados regularmente, já que não suportam mais que uma dezena de lavagens.

A queratina é ideal para os cabelos lisos que estejam fracos e estáticos (“arrepiaados”), pois restaura as proteínas, os minerais e a água dos fios.

Para os cabelos mais grossos, a reestruturação condiciona os fios, recupera a umidade e fecha as cutículas.

Os produtos à base de ceramidas, por exemplo, reconstruem as pontas danificadas e nutrem os fios sem deixá-los pesados e sem balanço. Esse tratamento também é indicado para cabelos oleosos ou mistos com aparência áspera ou arrepiada.

Produtos finalizadores, como o gel e a musse, ajudam a encorpar os fios. Outro recurso inclui o tipo de secagem

dos cabelos – que pode ocorrer com a cabeça virada para baixo seguida de uso de uma escova redonda, com o jato do secador direcionado à raiz.

Não custa lembrar que o tipo de corte também pode dar volume aos cabelos. O degradê e o desfiado são os mais aconselháveis para esse caso.

Cabelos com caspa

Os clientes que solicitarem tratamento contra caspa ou descamação devem ser aconselhados a buscar ajuda de um dermatologista. O cabeleireiro pode realizar uma hidratação profunda utilizando condicionadores ou máscaras a fim de reparar as cutículas. Os produtos que contêm silicone, aminoácidos e polímeros são os mais indicados para essa situação.

Nesse momento algumas dicas são importantes:

- Sugira que o cliente lave os cabelos com água morna (a água quente dilata os poros e ativa a produção de sebo).
- Proponha que ele passe condicionador somente nas pontas dos fios.
- Ao secar os cabelos (ou fazer escova), ajuste o termostato do secador para a temperatura média e segure o aparelho a uma distância mínima de 15 cm. Diga para o cliente fazer o mesmo em casa.
- Alerta o cliente para o fato de que o uso de tinturas e produtos químicos mais agressivos piora o problema.
- Desaconselhe o uso de géis e musses.
- Lave os pentes e as escovas logo após utilizá-los em alguém que tenha caspa. Recomende que o cliente faça disso um hábito.

UNIDADE 6

Mechas, reflexos, luzes e balayage



Iluminação dos cabelos: há quatro técnicas principais para contrastar fios claros e escuros

Alguém que não seja do ramo pode achar que mechas, reflexos, luzes ou *balayage* são sinônimos, ou seja, palavras com o mesmo significado. No fundo, esse ponto de vista faz sentido, pois as quatro técnicas dizem respeito a um mesmo processo: iluminar os cabelos, ou seja, criar contrastes entre áreas claras e escuras. Porém, cada uma delas apresenta características e maneiras próprias de aplicação.

Reflexos e luzes continuam sendo as técnicas mais usadas, pois, diferentemente do ultraloiro, não apresentam efeitos colaterais.

Antes de discutir que técnicas são essas, é importante partilharmos algumas informações.

Tanto mechas como reflexos, luzes e *balayages* servem para clarear os cabelos ou emprestar a eles uma luminosidade colorida. Uma coisa é certa: o cabeleireiro deve levar em conta, antes de qualquer procedimento, a cor natural dos cabelos do cliente e fazer um simples teste de resistência dos fios.

Se a tonalidade dos cabelos é loiro-escuro, por exemplo, o cabeleireiro pode aplicar uma tinta que deixe alguns fios mais claros, destacando-os. Mas se a cor natural for castanho-claro e a aplicação for muito clara, os cabelos certamente tenderão ao avermelhado. Portanto, todo cuidado é pouco. É importante ter em mente o efeito que o cliente pretende obter, a fim de definir junto com ele a técnica e a tonalidade do clareamento.

Para clarear a cor do fundo dos cabelos sem prejudicar os fios, obtendo um resultado bem natural, você deve criar reflexos com três ou mais tons em degradê.

Outra possibilidade é fazer múltiplos reflexos na cabeça toda usando até cinco tonalidades (que podem variar conforme a cor natural dos fios), distribuídos por mechas bem finas divididas em cerca de 300 papelotes. O resultado é uma suave coloração que contrasta com a cor natural.

As chamadas mechas de cores invertidas – ou inversas – podem ser obtidas por meio de colorações escuras em cabelos muito claros.

As pessoas morenas de cabelos castanho-escuros que buscam mais luminosidade devem recorrer aos tons de bronze e mel usando a técnica *balayage*. Se o fundo for avelã, a melhor opção é o loiro bem claro. Já os fios marrons quentes pedem mechas acobreadas.

Mas quais são as especificidades de cada técnica? Confira a seguir.

Mechas

A quantidade de fios descoloridos e tingidos é maior que nas demais técnicas. As mechas podem ser feitas em qualquer tonalidade de cabelo.

Luzes

São mechas ultrafinas que podem ser feitas na cabeça toda. Dão um efeito mais natural aos cabelos, principalmente se forem apenas alguns tons abaixo da cor natural. O resultado final é o de “cabelo que tomou sol”.

Balayage

Técnica francesa popularmente conhecida no Brasil como balaiagem. As mechas são finas, mas ocupam apenas a parte superior da cabeça.

Reflexos

As mechas são mais claras e largas. Técnica indicada para quem tem cabelos naturalmente bem claros.

Californianas

Mechas claras feitas da altura das orelhas para baixo, ou apenas nas pontas dos cabelos. São mais usadas no verão, pois simulam a ação do sol nos cabelos longos.

Sun kiss

As pontas dos cabelos ficam mais claras que o restante, como se tivesse tomado muito sol. Trata-se de uma técnica mais suave que a californiana.

Mechas invisíveis

São bem finas, vão da raiz até as pontas e parecem se misturar à cor original dos cabelos, resultando em um efeito natural e discreto. A técnica pode ser aplicada tanto em morenas (mechas caramelo e douradas) quanto em loiras (mechas camomila e platinadas). São ideais para quem quer inovar sem “sair do tradicional”.

Para usar um desses recursos é importante examinar, assim como na tintura, a quantidade de fios brancos. Relembre sempre a tabela indicada na Unidade 4 sobre a quantidade de fios brancos, pois ela será um guia para o preparo da tinta, a fim de se obter o efeito desejado.

Existem dois tipos de luzes. O primeiro tipo é obtido com o auxílio de folhas de papel especial, que deixam mechas mais marcadas e definem bem o espaço entre claro e escuro. O segundo tipo, cujo processo envolve o uso de uma touca de silicone (foto da página 136), é ideal para quem deseja ter cabelos mais claros e uniformes.

Como fazer

A touca de silicone é utilizada para fazer luzes. Entretanto, muitos profissionais da área estão aderindo ao plaquete, pois consideram que ele permite um maior controle das ações. Isso porque a touca de silicone é cheia de furos pelos quais os cabelos são puxados com uma agulha de crochê. Segundo muitos cabeleireiros, essa técnica não permite que a coloração se aproxime da raiz, e o resultado é inferior àquele obtido com o uso do plaquete.



AGEFOTOSTOCK/ISTOCK

Touca de silicone: ideal para quem quer ter cabelos mais claros e uniformes



Plaquete: muitos profissionais recorrem a ele para ter maior controle das ações

A técnica do plaquete é simples. Ponha as luvas, vista a capa no cliente e mãos à obra.

1. Separe uma mecha de cabelo com cerca de 5 cm de espessura. Com a ponta do pincel de tintura, faça movimentos como se fosse alinhar a mecha, ou seja, separe alternadamente os fios da mecha.
2. Apoie a mecha no plaquete, aplique a tintura ou o produto oxidante (veja explicação da preparação do produto na página 138) e proteja usando o papel alumínio.
3. Marque o tempo. Tenha sempre em mãos um *timer* – um pequeno relógio que você regula e faz soar um alarme no tempo indicado. Trata-se de uma ótima ferramenta para controlar seu trabalho. No processo de descoloração dos fios cada minuto é precioso. Você precisará organizar bem as atividades para não correr o risco de deixar algum cliente “mais loiro” do que o previsto.
4. Atenção: o descolorante age continuamente até retirar toda a cor dos cabelos. O tempo destinado à descoloração tem relação com a tonalidade da mecha que está sendo pintada. Portanto, siga à risca as instruções do fabricante do produto. Lembre-se de perguntar se o cliente já fez esse procedimento alguma vez e, se for o caso, como foi o processo. Isso porque há diferentes texturas de cabelo – o que altera o tempo de descoloração.

Além disso, a preparação do descolorante requer muita atenção e cuidado.

A matemática, como visto anteriormente, nos ajuda em várias situações. Vamos recorrer ao sistema de medidas e aos conceitos de proporção e porcentagens para preparar o produto certo e empregar a técnica corretamente.

Para preparar o descolorante, você terá que misturar um produto medido em gramas (g) e um líquido medido em mililitros (mL). Ou seja: para 50 g de pó descolorante você usará 100 mL de produto oxidante, mas é preciso checar os volumes desse produto, conforme o efeito desejado. Veja a tabela abaixo.



Quando as mechas ou os reflexos forem feitos em papel alumínio ou plaquete, a mistura deve ser mais consistente, mais densa. Quando a touca for usada, a mistura pode ser menos consistente, no intuito de facilitar a aplicação.

Volumes	Efeito
10 volumes	Fixa a cor usada como tintura.
20 volumes	Abre um tom.
30 volumes	Abre de dois a três tons.
40 volumes	Abre de três a quatro tons.

Mechas feitas com papel alumínio

Corte tiras de papel alumínio no tamanho adequado ao comprimento dos cabelos.

Divida os cabelos em partes, de acordo com seu volume. Inicie pela parte de trás da cabeça, separando os fios com a ajuda de um pente de cabo fino.

Controle a ação do descolorante durante o tempo de pausa, até obter o tom desejado.

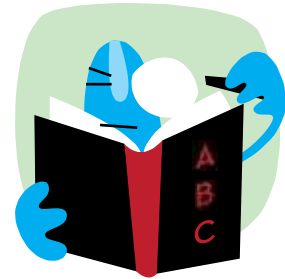
Depois que todas as mechas estiverem prontas, lave os cabelos com xampu e condicionador adequados ao tipo de cabelo.

Mechas feitas com touca

Penteie os cabelos, desembaraçando-os.

Coloque a touca própria para fazer mechas, ajustando-a bem à cabeça. Se necessário, aqueça a touca com o secador a fim de facilitar o ajuste.

Com o auxílio de uma agulha de crochê, retire os fios de cabelo através de cada um dos orifícios da touca.



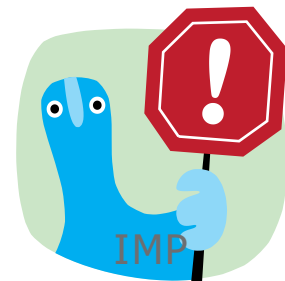
E se o cabelo ficar amarelado?

A indústria química vem desenvolvendo uma série de produtos que ajudam o cabeleireiro a corrigir imperfeições ou tonalidades que desagradam o cliente.

A **neutralização** é uma ferramenta importante no processo de coloração dos cabelos e pode ser feita com tonalizantes ou tinta.

Repare que a imagem abaixo não contém o nome das cores. Isso é proposital. A intenção aqui é aproximar a cor desejada da cor alcançada. Em primeiro lugar, vamos compreender o significado do desenho: a neutralização acontece por meio da cor complementar, ou seja, aquela que está no sentido oposto da cor alcançada. Por exemplo: se os cabelos ficaram amarelo-ouro, você precisa usar o neutralizador roxo; se ficaram vermelhos, precisa usar o verde, e assim por diante.

A palavra neutralizar é utilizada para indicar uma anulação. Ou também para apontar que alguém toma uma posição de neutralidade.



Você não pode usar qualquer cor nesse processo, sob o risco de pôr tudo a perder.



Atividade 1

OFICINA DE CABELOS

Com o auxílio do monitor e no laboratório apropriado, vocês irão preparar a tintura, o produto descolorante e fazer mechas, reflexos ou *balayages* em um manequim.

Esta é a hora de pôr suas dúvidas para fora e esclarecê-las com o monitor. Assim você terá mais segurança para iniciar sua atividade profissional.

Cor de cabelos e efeitos luminosos

Castanho-escuro

Não aplique coloração loira. Prefira tons cobres ou amendoados.

Castanho-claro

Apenas alguns tons abaixo da cor natural são suficientes para dar luminosidade a essa cor de cabelo. O caramelo e o dourado são as melhores opções para harmonizar com esse tom natural.

Ruivo

Dar transparência aos fios já é o bastante para garantir um efeito luminoso. Prefira castanho-ruivo veneziano.

Loiro escuro

Pode ficar mais luminoso por meio da técnica da *balayage* com tons de mel e dourado.

Loiro

Pode ser realçado com fios ainda mais platinados.

Pretos

Se a personalidade for mais exótica, o tom caramelo é uma boa combinação. Para pessoas modernas que querem mudar o visual, luzes avermelhadas iluminam o rosto.

A cor da pele é elemento fundamental na hora de escolher a cor do cabelo.

- Pele negra: opte por tons acobreados, acajus e vermelhos.
- Pele morena: escolha tons vermelhos, marrons e acobreados.
- Pele amarelada: prefira tons de chocolate, marrons e escuros em geral.
- Pele clara: escolha tons de champanhe, dourados e acobreados.

Outro aspecto que deve ser levado em conta é a quantidade de cabelo do cliente. Se ele tem pouco, não se deve abusar das mechas: pode-se fazer algumas poucas ou aplicar reflexos mais finos. Já quem tem bastante cabelo pode usar mechas ou reflexos mais largos.

Os três principais erros que você não pode cometer

1. Aplicar *balayage* em cabelos curtos. Essa técnica exige certo comprimento dos cabelos para obter o efeito que se espera dela.
2. Cabelos escuros e mechas claras. Essa combinação não traz leveza ao visual.
3. Mesclar mais de três cores na *balayage*. Esse é o limite e, ainda assim, você precisa ter em mente que a diferença entre elas deve ser sutil, quase imperceptível. O uso de mais cores ou cores contrastantes não resulta em um bom visual.



No intuito de aperfeiçoar a organização do seu trabalho, preencha sempre a ficha de seus clientes contendo nome, endereço e telefones e anote os procedimentos realizados, sempre acompanhados da data. No caso de tintura, é importante anotar a cor utilizada e, caso tenha adicionado outros tons à mistura, indique a proporção que utilizou de cada cor.

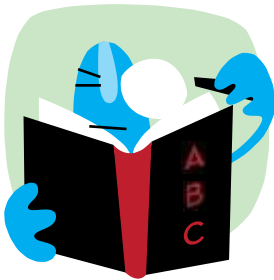
Atividade 2

ANTES E DEPOIS

1. Organizados em grupos de cinco pessoas, você e seus colegas vão analisar os cabelos de todos os integrantes da equipe usando os conhecimentos adquiridos até aqui. Depois, registrem os seguintes dados referentes a cada pessoa:
 - a) o tipo de cabelo;
 - b) a cor da pele e dos olhos;
 - c) o tipo de beleza; e
 - d) a melhor tintura e também a técnica mais recomendada para o cabelo.
2. Debatam com a turma os resultados obtidos.

Cuidados após a tintura

Um bom profissional deve recomendar aos clientes o uso de produtos específicos para cabelos que passaram por um processo de tintura ou clareamento.



Leave-in é um creme pós-lavagem que tem como função o tratamento de fios. Ele também pode amenizar o efeito frizz (enrolado) em cabelos lisos ou até modelar os cachos. Além de queratina (proteína que compõe o cabelo), muitos deles contêm produtos naturais e até filtro solar.

1. Sugira o uso de xampus para cabelos tingidos, em particular aqueles que têm pH ácido, pois produtos com pH alcalino desbotam a cor aplicada.
2. Proponha sessões semanais de hidratação, no salão ou em casa.
3. Aconselhe o uso de *leave-in*, o protetor solar dos cabelos.
4. Desaconselhe o uso simultâneo de duas técnicas que agredem os cabelos (a coloração e a permanente ou a coloração e a escova inteligente, por exemplo).

Vamos encerrar esta unidade apreciando uma canção que tem tudo a ver com o tema deste curso.

Cabelo

Jorge Benjor e Arnaldo Antunes

Cabelo, cabeleira

Cabeluda, descabelada

Cabelo, cabeleira

Cabeluda, descabelada

Quem disse que o cabelo

Não sente

Quem disse que o cabelo

Não gosta de pente

Cabelo quando cresce é tempo

Cabelo embaraçado é vento

Cabelo vem lá de dentro

Cabelo é como pensamento

Quem pensa que cabelo é mato

Quem pensa que cabelo é pasto

Cabelo com orgulho é crina

Cilindros de espessura fina



Cabelo quer ficar pra cima

Laquê, fixador, gomalina

Cabelo, cabeleira

Cabeluda, descabelada

Cabelo, cabeleira

Cabeluda, descabelada

Quem quer a força de Sansão

Quem quer a juba de leão

Cabelo pode ser cortado

Cabelo pode ser comprido

Cabelo pode ser trançado

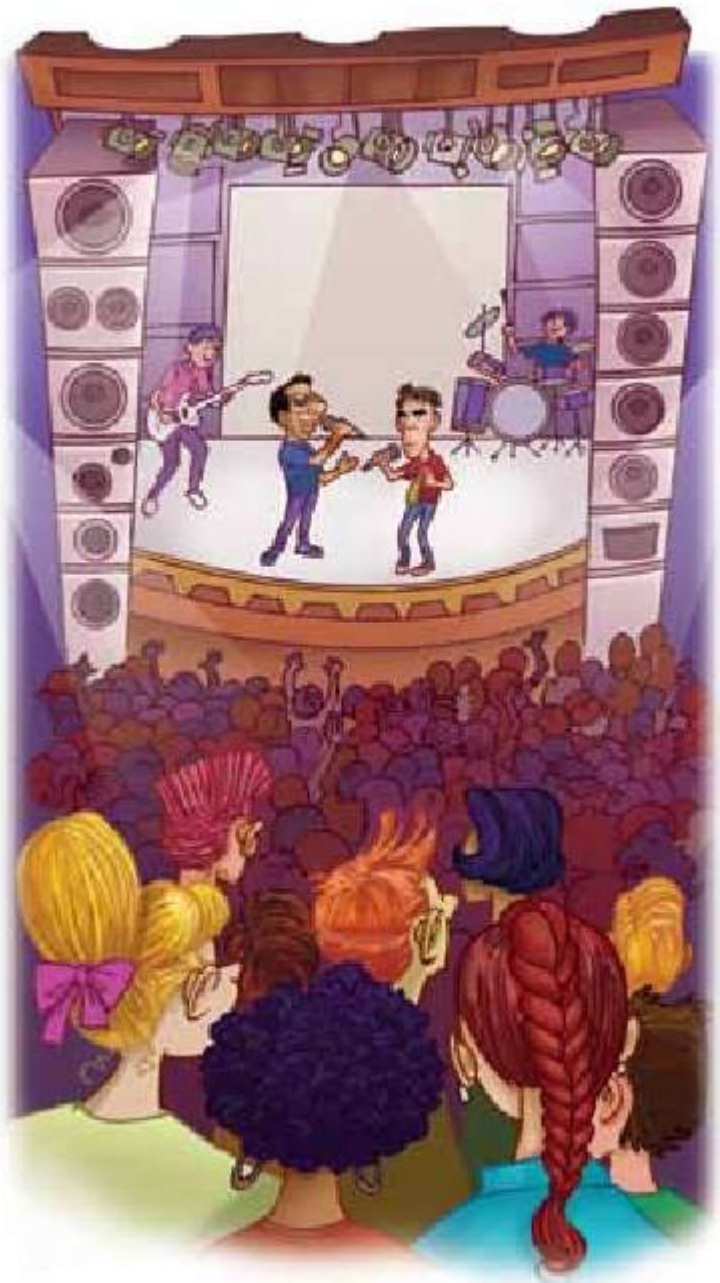
Cabelo pode ser tingido

Aparado ou escovado

Descolorido, descabelado

Cabelo pode ser bonito

Cruzado, seco ou molhado



© 1989 by Universal Music Publishing Ltda / Rosa Celeste
Empreendimentos Artísticos Ltda.