

# CONTEXTO

**Cliente:** Clínica Helena Costa

**Veículo:** Ela Digital

**Data:** 31/01/2015

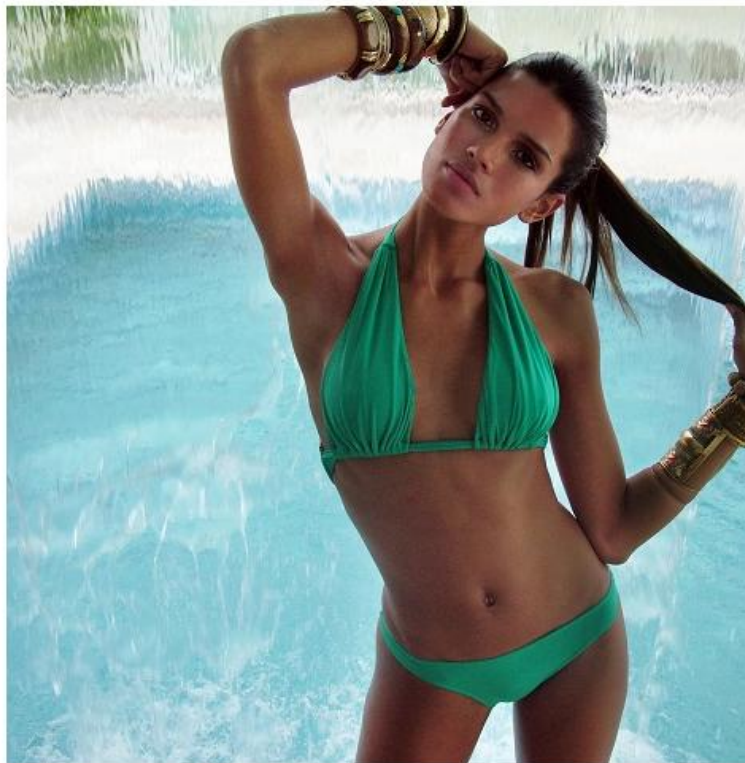
**Colunas/Editoria:** Beleza

**Pág(s):**



## Como cuidar dos fios durante e depois da praia e da piscina

FERNANDA  
BALDIOTI E  
TALITA DUVANEL  
31.01.2015 06h45m



<b>Cliente:</b> Clínica Helena Costa	
<b>Veículo:</b> Ela Digital	<b>Data:</b> 31/01/2015
<b>Colunas/Editoria:</b> Beleza	<b>Pág(s):</b>

É verão. E, após um fim de semana inteiro na praia ou na piscina, os fios pedem socorro. Quer saber o que fazer para reduzir os danos da combinação cloro, sal, sol e vento? Além do protetor solar para cabelos, há dicas preciosas para evitar os malefícios da temporada. Confira abaixo os truques dos especialistas:

- **ÁGUA E LEAVE-IN:** O cabeleireiro Guilherme Guedes, da Ophicina do Cabelo, ensina a molhar o cabelo com água sem cloro durante o tempo em que estiver na praia ou na piscina. "Enxágue o cabelo constantemente em uma ducha. Isso ajuda a prevenir que seu cabelo fique verde. Além disso, borrife leave-in nos cabelos e deixe. Isto também deixa uma camada protetora que previne a saturação em cloro".

- **XAMPU ROXO:** A terapeuta capilar do Visage Coiffeur Dilma Baptista lembra que os xampus roxos também ajudam a evitar o efeito 'cabelo verde'. Se mesmo assim o problema persistir, ela recomenda um tratamento chamado cristalização, que é um processo químico para poder "apagar" o excesso de cloro absorvido pelo cabelo descolorido.

- **ÁGUA TERMAL:** Além da água sem sal, uma outra opção para hidratar os fios é a água termal. Segundo o cabeleireiro Tiago Parente, do TP Beauty Lounge, ela repõe os sais minerais e limpa o sal e o cloro que desidratam os fios. "Por ter oligoelementos, ela ajuda no controle da oleosidade sem ressecar. Indicada para usar na praia e na piscina, a aplicação dela é igual à do protetor solar: antes da exposição ao sol, durante e depois", completa a terapeuta capilar Alexandra Gonçalves, da clínica Les Peaux.

- **ÁGUA TURBINADA:** Leve uma bombinha com água misturada ao condicionador ou creme hidratante. A cada banho de mar, retire a umidade com uma toalha e borrife a mistura antes de enxaguar os fios. Isso ajuda a retirar os resíduos de areia e sal dos fios sem agredir", sugere a dermatologista Renata Domingues.

- **CHAPÉU:** Os lenços coloridos e chapéus, de acordo com Guilherme, são ótimas alternativas para fugir da exposição solar e proteger os fios (sem falar que conferem um estilo ao look de piscina ou praia...). "O processo de aplicação uniforme de produtos para o couro e para os cabelos é muito difícil, por isso o mais recomendado é o uso do chapéu, de preferência com proteção contra os raios UVA e UVB", afirma a dermatologista Helena Costa.

<b>Cliente:</b> Clínica Helena Costa	
<b>Veículo:</b> Ela Digital	<b>Data:</b> 31/01/2015
<b>Colunas/Editoria:</b> Beleza	<b>Pág(s):</b>

- TOUCA: Já quem nada todos os dias não deve abrir mão da touca de mergulho, que ajuda a prevenir o ressecamento e o excesso de cloro no fio.

- XAMPU ANTIRRESÍDUO, MÁSCARA E LEAVE-IN: Em casa, os profissionais recomendam utilizar, uma vez por semana, um xampu antirresíduos para remover o excesso do cloro. "Mas as loiras precisam tomar cuidado pois esses xampus tentem a ressecar mais os fios. Se forem usar, o ideal é passar uma máscara hidratante depois", adverte Alexandra. Dilma sugere ainda máscara (para quem tem fios mais grossos) ou leave-in (para os fios finos) especiais para a noite. "Os tratamentos noturnos são muito indicados durante o verão, pois é a hora que o cabelo "descansa". Esses produtos vão repor as propriedades e vitaminas perdidas durante o dia". "Um tratamento reconstrutor a cada 15 dias também é sempre bem-vindo", lembra Guilherme.

- VINAGRE DE MAÇÃ: "As agressões do verão também contribuem para que o cabelo fique opaco e sem vida. Para devolver o brilho, uma dica que aprendemos com a nossa avó, mas realmente funciona, é colocar três gotinhas de vinagre de maçã no último enxágue durante o banho", propõe a dermatologista Claudia Miki.

*Por Fernanda Baldioti*

<http://ela.oglobo.globo.com/blogs/ela-de-batom/posts/2015/01/31/como-cuidar-dos-fios-durante-depois-da-praia-da-piscina-559597.asp>