

Beleza

Quem não deseja manter a bela aparência do cabelo nos dias seguintes à lavagem e à finalização? Isso é possível com a técnica chamada day after

POR LOANNE GUIMARÃES*

Queridinha entre as cacheadas e as onduladas, a técnica conhecida como day after — que em tradução livre significa “o dia seguinte” — significa o cuidado e a manutenção dos fios no dia seguinte à lavagem e à finalização do cabelo. É essencial para quem deseja manter a beleza dos fios sem precisar lavar e finalizar os fios todos os dias.

A rotina, os produtos utilizados e as técnicas mudam conforme as necessidades individuais e as condições capilares. A primeira etapa para ter cabelos fortes e fios robustos é priorizar a saúde da raiz capilar, que é a porta de entrada para receber os nutrientes do organismo, segundo a médica dermatologista Cristina Salaro. “Todos esses cuidados vão se refletir na facilidade com que você consegue definir os cachos, por exemplo, já que fios quebradiços ou fragilizados sustentam menos a modelagem”, afirma.

Um dos maiores benefícios da técnica é que esse hábito reduz a necessidade de manejo excessivo do cabelo, o que interfere positivamente na saúde capilar, evitando o ressecamento e economizando tempo na rotina diária. A quantidade de day afters varia de acordo com o tipo de cabelo, a finalização e os cuidados diários. O segredo é testar diferentes métodos e encontrar o que funciona melhor para o seu cabelo.

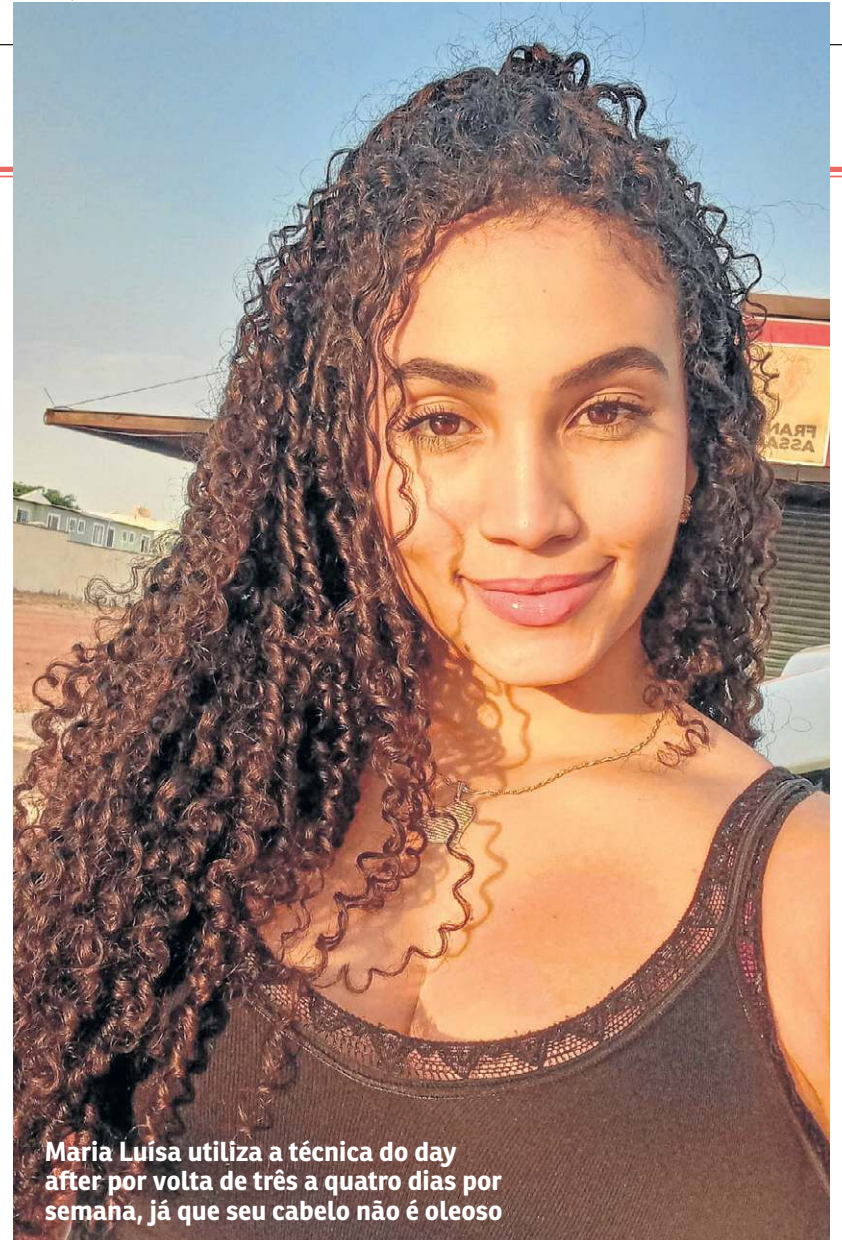
Para todos os tipos

Normalmente, a técnica se encaixa na rotina das pessoas com cabelos crespos, cacheados e ondulados. De acordo com Amanda Araújo, cabeleireira e especialista em cachos do salão Pelle Capelli, cada tipo de fio tem suas peculiaridades e exige cuidados diferentes. “O cabelo liso tende a ficar mais oleoso e sem volume depois de um dia, então o ideal é investir em produtos que aumentem o volume e tonifiquem o brilho excessivo. Já o cabelo ondulado pode perder um pouco das ondas se não for bem cuidado, sendo necessário usar sprays e mousses para dar aquele up nas ondas e no volume”, explica.

A principal sugestão para fios de curvatura é apostar em uma finalização cuidadosa e detalhada.

FINALIZAÇÃO EM DIA!

Maria Luísa utiliza a técnica do day after por volta de três a quatro dias por semana, já que seu cabelo não é oleoso



O cabelo cacheado ou crespo precisa de mais cuidados, pois a definição dos cachos pode se perder facilmente ao longo dos dias. “O segredo é hidratar, usar cremes e ativadores de cachos e, muitas vezes, a técnica de ‘reavivar’ os cachos com um pouco de água e creme”, finaliza a especialista.

Técnicas

O segredo para um day after duradouro começa com as técnicas de finalização e a preparação antes de dormir. Encontrar uma forma de finalizar o cabelo, de maneira funcional e que melhor se adapte ao tipo de fio, é primordial e faz toda a diferença no resultado. Dormir com o cabelo preso, sem apertar excessivamente, com um coque no topo da cabeça ou em uma trança, ajuda a proteger os cachos e as ondas.

Optar por seguir uma mesma linha de produtos pode trazer melhores resultados, assim como ocorre com Maria Luísa Tavares, estudante de engenharia agrônoma, que segue um cronograma capilar.

“Depois de lavar meu cabelo, deixo ele secar uns 80% da água, passo um óleo reparador de pontas e depois faço uma finalização em fitas com um creme próprio para cabelos cacheados, com os dedos mesmo. Após a finalização, uso uma geleia para deixar com menos frizz e com um volume mais controlado, porque eu gosto mais da definição e menos volume.”

Com alguns truques no dia a dia, é possível prolongar o período entre as lavagens e manter a aparência desejada por mais tempo, preservando a definição, o volume e a saúde dos fios sem precisar lavar e modelar tudo novamente. “A forma como eu cuido dele é usando uma touca de cetim, que não amasse meu cabelo. O produto que acho indispensável, para mim, é o óleo, porque ele deixa brilhoso, macio e diminui o meu frizz. Quando eu acordo, os cachos estão bem fechadinhos, assim eu venho com o óleo para finalizar”, conta Maria Luísa.

***Estagiária sob a supervisão de Sibe Negromonte**