

## Para o cabelo

Os óleos também são poderosos aliados para a saúde do couro cabeludo e dos fios. Eles podem auxiliar na hidratação, especialmente para quem sofre com descamação e caspa (dermatite seborreica), com os vegetais, que têm ação anti-inflamatória. Regina ressaltta que eles nutrem, fortalecem e protegem os fios, além de ajudar a reduzir o frizz e o ressecamento. “No couro cabeludo, alguns óleos têm ação calmante e estimulante, podendo contribuir para um ambiente saudável para o crescimento capilar”, detalha.

Esse produto também pode ser usado para potencializar a eficácia de cremes de tratamento, e auxiliar na proteção térmica, para quem tem costume de usar fontes de calor, apesar de não serem recomendados como protetor térmico sozinho, apenas como adição.

Para tratamentos específicos, como queda, caspa ou ressecamento, alguns óleos se destacam. O de alicriim é o mais conhecido para auxiliar no tratamento da queda de cabelo, com estudos que chegam a compará-lo com o efeito do minoxidil a 2%. Óleos como o de rícino e de hortelã-pimenta também podem ser utilizados. Para a caspa, o óleo de melaleuca (tea tree) se sobressai por sua ação anti-inflamatória e antifúngica. Já para hidratação, os óleos de argan, de abacate e de rícino são excelentes opções.

Assim como na pele, o uso frequente de óleos no cabelo, sem a limpeza adequada, pode causar acúmulo de produto no couro cabeludo, piorando a oleosidade e a caspa, além de deixar o fio com

menos balanço e mais enrijecido. “O ideal é sempre usar em quantidade moderada e fazer a limpeza adequada do couro cabeludo”, orienta Paola.

Diversas marcas têm investido em óleos como complemento de linhas capilares, buscando por inovações no tratamento e manutenção dos fios. A Eudora, por exemplo, já conta com diversos óleos com funções e fórmulas diferentes. O lançamento mais recente, a linha Nutri Acid. Complex, contém uma combinação de blend de ácidos e óleos vegetais. O óleo finalizador da linha é um creme para ser aplicado e deixar agir durante a noite.

O cabeleireiro Alan Vivian, conhecido nas redes sociais como Cabeleireiro Calvo, acredita que cosméticos no geral são uma experiência sensorial, sendo necessário testar para descobrir o que se adequa melhor aos fios. “Sempre procuro por óleos com silicones em suas fórmulas, que é um dos melhores ingredientes que temos para proteger, evitar frizz e amaciar a fibra capilar”, diz.

O momento da aplicação dos óleos capilares pode variar de acordo com o objetivo. Paola sugere o uso antes da lavagem como um pré-xampu, especialmente para proteger as pontas do ressecamento causado por xampus mais agressivos, como os antirresíduo e anticaspa. Após a lavagem, os óleos podem ser usados para hidratação, controle do frizz e nutrição, permanecendo mais tempo nos fios.

A frequência de uso também depende do tipo de cabelo e do óleo. Os de hidratação mais leves podem ser aplicados nas pontas diariamente, enquanto os mais fortes ou terapêuticos, três vezes por semana.

como demaquilantes, emolientes para amolecer comedões em limpezas de pele, e para reforçar a barreira cutânea, promovendo hidratação intensa, especialmente em peles secas ou sensibilizadas.

Em tratamentos anti-idade, os óleos naturais são valiosos por serem ricos em antioxidantes como vitamina E e A, presentes na rosa mosqueta e na semente de uva. Eles combatem o envelhecimento precoce, melhoram a elasticidade da pele, promovem a regeneração celular e estimulam a produção de colágeno. A eficácia, contudo, depende da qualidade e pureza do óleo.

**\*Estagiária sob supervisão de Sibe Negromonte**

## Para tratamentos estéticos

Cíntia Persegona, esteticista, cosmetóloga e professora universitária, destaca os óleos como excelentes opções para massagens corporais. Os leves, como os de amêndoas doces, semente de uva, coco fracionado e girassol, são ideais por sua boa espalhabilidade, nutrição da pele e auxílio no deslizamento das manobras sem causar irritações. É fundamental realizar um teste de alergia antes da aplicação.

Na estética, os óleos otimizam tratamentos faciais em diversas etapas. Podem ser usados



**Demaquilante  
Cleansing Oil  
Eudora Niina  
Secrets Skin -  
100ml (R\$74,99)**



**Óleo em Creme  
Finalizador  
Siage Nutri Acid.  
Complex – 100 ml  
(R\$ 67,99)**



**Dove Óleo  
de Banho  
Hidratação  
Intensa - 240ml  
(R\$39,90)**

**Óleo Hidratante  
Corporal Nativa  
Spa Ameixa Negra  
- 200ml (R\$89,90)**



**Elseve Óleo  
Finalizador Óleo  
Extraordinário -  
100ml (R\$35,00)**

