



Reprodução/FreePik

cabelo. Letícia explica que para cabelos finos e sensíveis, é preferível os secadores de cerâmica ou turmalina, em uma temperatura média e jato frio no final. Em cabelos grossos e volumosos, o secador de titânio ou iônico aceleram e facilitam o processo de secagem, enquanto em cabelos cacheados, o difusor ajuda a evitar o frizz. Já quem tem mais oleosidade deve dar preferência a aparelhos com potência moderada, evitando o calor excessivo no couro cabeludo.

“Cabelos finos, descoloridos ou quimicamente tratados são mais vulneráveis, pois têm menor espessura e resistência”, alerta a médica. Geovanne complementa:

“Cabelos cacheados e crespos também são mais sensíveis ao calor, pois tendem a ser mais secos por natureza e precisam de proteção redobrada”.

Manutenção e prevenção

A frequência de lavagem do cabelo também importa. Lavar demais pode remover a barreira lipídica, causando



Secador Taiff, Style 333, Preto, Pequeno — 2000w 127v (R\$197,10)



Secador de cabelo Dyson Supersonic Edição profissional — 220v (R\$ 5.499,99)



GA.MA ITALY Secador de Cabelo Gama Eleganza Plus Ceramic Ion — 2100W 220v (R\$ 153,76)

ressecamento. Para quem usa o secador diariamente, é importante alternar entre xampus suaves e tratamentos nutritivos, evitando lavar mais de uma vez por dia.

Para repor o que o calor leva embora, o cronograma capilar é o segredo, segundo Diogo. “É ideal intercalar hidratação uma vez por semana, nutrição uma vez a cada 10 dias e reconstrução uma vez a cada 15 dias ou mês, dependendo da saúde dos fios.” Regina complementa explicando que esses tratamentos ajudam a restaurar a integridade do fio, mas devem ser aliados ao cuidado com o couro cabeludo — as máscaras com pH balanceado são uma boa escolha para isso.

Não se esqueça do ar frio! Ele ajuda a selar as cutículas, reduzindo o frizz e mantendo o brilho. Deve ser usado no final da secagem para finalizar e ‘fechar’ o fio, além disso, evita o superaquecimento do couro cabeludo e pode ser uma boa alternativa para peles mais sensíveis.

A manutenção do secador também é um cuidado crucial. Letícia Figueiredo recomenda: “Limpe a grade traseira regularmente, pois ela retém pó, fios e resíduos que podem prejudicar o fluxo de ar e sobrecarregar o motor”. Ela também sugere verificar periodicamente se não há barulhos estranhos, mau cheiro ou superaquecimento, que indicam necessidade de manutenção profissional.

Na hora de investir em um secador, Letícia destaca os critérios mais importantes: “Potência (profissional: 2500W a 3100W, doméstico: 1800W a 2200W), tecnologias (ião, cerâmica, titânio), ergonomia e peso, comprimento do cabo e níveis de temperatura e velocidade.”

Apesar de todos os cuidados, pode ser que você precise de uma ajuda especializada. “Quando há sinais como queda intensa, descamação, coceira persistente, dor no couro cabeludo ou mudanças bruscas na textura dos fios, é hora de procurar um tricologista”, orienta Regina Buffma.

***Estagiária sob supervisão de Sibebe Negromonte**



50%
DE REDUÇÃO PARA
ESTUDANTES
ATÉ 26 ANOS
*Planos presenciais
Não cumulativo

*Se a sua respiração é profunda,
sua concentração também será.*

clube **40%**
DE DESCONTO*

Meditação, respiração e movimento | Aulas presenciais e online

Aceitamos GymPass/WellHub e TotalPass

Escola DeRose Sudoeste | WhatsApp 61 99632-4350 | www.sudoeste.derosemethod.org

**DeRose
Method**