

2 REVISTAS  
por apenas

R\$ 1,99

**SEPARAÇÃO** • Quais seus direitos? • Pensão  
alimentícia? • Como ficam os filhos?

15 RESPOSTAS  
da advogada pra você!

# Malu

## 21 SEGREDOS

que você precisa saber para ter

## CABELOS COM MAIS BRILHO



Moda  
básica

Varie seu guarda-roupa  
com a camiseta branca

### Infecção urinária

Previna-se dessa doença  
que pode se tornar grave

### Receitas indianas

Prepare delícias com  
sabor forte e picante

### Empregos

Você pode ser  
avisada sobre  
vagas pelo  
celular



### Filhos superprotegidos

Eles "matam" aula? Mentem?  
Psicóloga mostra as atitudes  
corretas nessas situações

Vera Fischer,  
57 anos, usa  
maquiagem  
que valoriza  
o bronzado



Nova

## DIETA dos VIGILANTES DO PESO

Com ela,  
você seca

4kg rapidinho!

## MAQUIAGEM

Para cada tom  
de pele, CORES e  
produtos certos



# Truques de MESTRES

Especialistas revelam 21 segredos para manter os fios saudáveis

○ Texto de Gisele Peralta

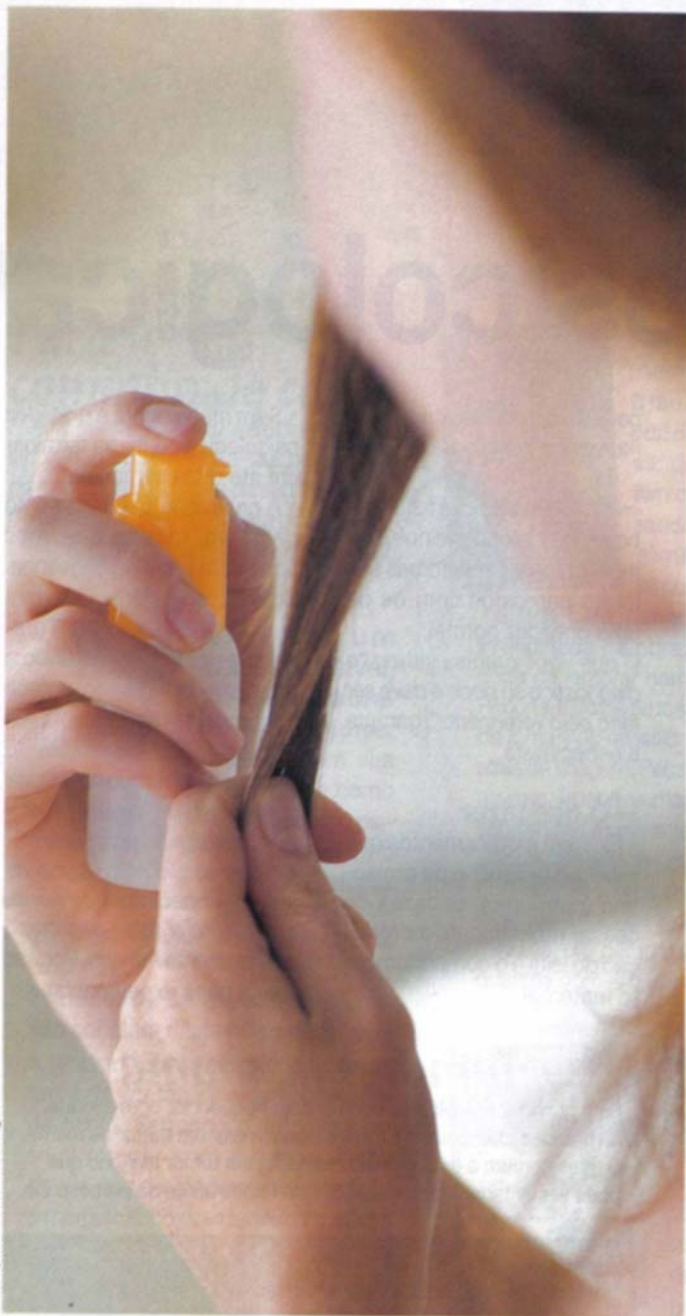


Foto Divulgação

## 1 Fios quebradiços:

a falta de ferro no organismo provoca a queda dos cabelos. E a carência de zinco torna os fios finos, quebradiços e sem brilho. Por isso, capriche na hora das refeições.

## 2 Cabelos murchos:

para melhorar esse visual, passe mousse para modelar os fios e deixá-los mais cheios.

## 3 Opacos e sem vida:

se seus cabelos estão assim, o melhor é fazer uma cauterização ou hidratação profunda num salão de cabeleireiro.

## 4 Hidratação caseira:

aplique, até três vezes por semana, uma máscara de alto poder hidratante para devolver a maciez capilar.

## 5 Xampu certo:

se os fios estão ressecados, use linhas de cosméticos com ativos doadores de brilho e com ingredientes hidratantes (como aminoácidos do leite e do trigo, pantenol) e evite o uso de secador e chapinha.

## 6 Cabelos desbotados:

para recuperar a cor, faça um banho de brilho (processo de coloração suave para dar tonalidade aos fios).

## 7 Cabelos embaraçados:

aplique um creme para pentear. Desembarace as mechas finas com um pente de dentes largos.

Consultoria: hairstylist **Pedro Paulo Marques**. Fone: (0xx21) 2239-4649. Site: [www.salaopedropaulo.com.br](http://www.salaopedropaulo.com.br)

**8 Coloração e hidratação:** sempre que você tingir os cabelos, é essencial hidratá-los. Foi o que aconteceu com a atriz Ana Paula Arósio: ela trocou o preto pelo chocolate da linha de coloração da Advance Techniques, da Avon.

"Escolhemos a cor chocolate porque realçou ainda mais o tom de pele e os olhos azuis da Ana Paula. Foi uma mudança que preservou a naturalidade e a elegância dela", disse o hairstylist oficial da marca, Marco Antonio de Biaggi.

## 9 Nanoqueratinização:

é um método eficiente para fortalecer os cabelos, hidratar e fechar a cutícula. Repõe a queratina dos fios, responsável pela saúde deles.

## 10 Tinturas do verão:

tons de bege são a tendência em louro para o verão. Essa é a aposta de Wanderley Nunes, consultor da Koleston. Ele sugere as tonalidades 70 (Louro Médio), 71 (Louro Cinza Médio), 80 (Louro Claro), 81 (Louro Cinza Claro) e 82 (Louro Mate Claro).

## 11 Coloração em casa:

nenhum produto de coloração clareia cabelos já coloridos. Nesse caso, se deseja mudar a cor e usar uma nuance mais clara, será necessário realizar uma descoloração prévia e só aí aplicar a nova nuance.

[www.revistamalu.com.br](http://www.revistamalu.com.br)



**12 Hora do banho:** evite a água quente (a partir de 36°C é quando você sente o couro cabeludo queimando ou quando sua pele fica vermelha), que estimula a produção das glândulas sebáceas, provocando queda de cabelo.

**13 Lavagem ideal:** lave sempre com duas aplicações do xampu. Enxágüe bem, sem esfregar demasiadamente o couro cabeludo. Use as pontas dos dedos, deixando a espuma agir de 1 a 2 minutos.

**14 Quantidade de condicionador:** não exagere na quantidade do produto, seja ele com ou sem enxágüe. Aplique diretamente nos fios e nunca no couro cabeludo.

**15 Após a lavagem:** para evitar que os fios fiquem quebradiços, deixe-os soltos de 3 a 6 horas após lavá-lo.



Foto: Apobertum/istock/Other Images

Consultoria: **Ana Cristina Fasanella**, dermatologista.  
Site: [www.dermatofasanella.com.br](http://www.dermatofasanella.com.br)

**16 Ressecamento:** nos casos de fios que apresentam ressecamento seguido de enrijecimento, o tratamento é à base de reposição de nutrientes, que vão devolver sua elasticidade normal.

**17 Produto indispensável:** não abra mão de usar leave-in (produto sem enxágüe), que protege os fios de agentes agressores. Existem alguns produtos específicos para quem vai ficar exposto a sol, praia ou piscina.

**18 Pós-exposição ao sol:** use xampu de pH mais equilibrado, que promove a mesma limpeza que os anti-resíduos, mas com a vantagem de tirar equilibradamente a oleosidade dos fios.

Consultoria: **hairstylist Bruno di Maglio**.  
Fone: (0xx11) 3673-2733.  
Site: [www.dimaglio.net](http://www.dimaglio.net)

## Malu responde Papo de salão

**19 Look descolorido:** faça hidratações semanais à base de macadâmia. Use xampu para cabelos loiros ou descoloridos.

**20 Fios sem frizz:** pela manhã, borriفة os fios com água filtrada e passe leave-in. Durante o dia, passe reparador de pontas.

**21 Fim da oleosidade:** lave sempre o couro cabeludo com xampu para cabelos oleosos. Já os fios, lave com xampu para fios normais a secos. Não use condicionador nem máscaras hidratantes na raiz.

Gostou das respostas sobre cabelos?  
Envie sua pergunta para  
[www.revistamalu.com.br](http://www.revistamalu.com.br)



Foto: Divulgação  
**Julinho do Carmo** é cabeleireiro e repórter do programa *A Tarde é Sua*, da Rede TV!.  
Fone: (0xx11) 4992-6462

## Simulações na rede

○ Texto de Érica Nering/Colaboradora

Que tal dar um clique no computador e ter a solução para seus cabelos? Isso já é possível! Confira alguns sites que podem ajudar você nessa maravilhosa tarefa:



[www.henriqueribeirohair.blogspot.com](http://www.henriqueribeirohair.blogspot.com)

Especialista na técnica do visagismo, técnica que busca encontrar a harmonia entre a personalidade da pessoa e o corte do cabelo, o hairdresser Henrique Ribeiro dá dicas imperdíveis sobre cortes, coloração e moda dos cabelos.



[www.elinda.com.br](http://www.elinda.com.br)

O destaque deste site está no link "test drive", onde as novidades em produtos de beleza são testadas e comentadas.



[www.tintanocabelo.blogspot.com](http://www.tintanocabelo.blogspot.com)

Neste site, Bruna escreve suas dicas e impressões sobre as novas tendências das passarelas em cabelo e maquiagem.



[www.cabeloslindos.com.br](http://www.cabeloslindos.com.br)

Quer saber sobre tratamentos, coloração, novas técnicas de alisamento ou tem dúvidas sobre produtos? Lá, você encontra as respostas.



[www.cortesepenteados.com.br](http://www.cortesepenteados.com.br)

O destaque do site são as fotos de cortes, penteados e maquiagem para todos os tipos de cabelo e pele.