

# Depilação



## **Introdução à Depilação**

A depilação consiste na extração intencional de pelos e/ou cabelos do corpo de forma definitiva ou temporária.

Há tempos, pessoas em diversas sociedades procuram eliminar o excesso de pelos e lanugens, para fins estéticos (...) e para higiene pessoal. A história nos revela que em 1500 a.C. os homens já removiam os pelos com um depilador feito de sangue de diversos animais, gordura de hipopótamo, carcaça de tartaruga e trissulfeto de antimônio.

Os romanos também se referem a composições depiladoras, algumas das quais continham soda cáustica como destacado ingrediente. Cleópatratirava seus tão indesejáveis pelos com faixas de tecidos finos banhados em cera quente. Embora os depilatórios químicos sejam considerados uma invenção contemporânea, o processo para remoção dos pelos através de decomposição química surgiu na Antiguidade.

Na realidade, durante séculos, seu desenvolvimento ficou adormecido e diversas outras alternativas foram introduzidas. Existem vários tipos de depilação: a seguir, você verá as principais e mais eficientes.

### **Depilação temporária**

#### **Threading (Depilação com Linha)**

Consiste em retirar os pelos com uma linha de algodão, apenas entrelaçando-a e deslizando sobre a pele, retirando os pelos pela raiz. Esta técnica já muito antiga, é oriunda do Sul Asiático e Médio Oriente. É aconselhável a pessoas que possuam uma pele mais sensível, pois não corta, não queima, não provoca reacções alérgicas, é menos dolorosa, e não cria borbulhas nem irritações após a depilação. Ao contrário da cera, que dilata o músculo fazendo-o descair. Podemos ainda beneficiar-nos com o Threading do retardamento notável do crescimento do pelo após as 3 primeiras sessões, ajudando ainda a desencravar pelos, uma vez que a linha, ao deslizar sobre a pele, promove o efeito de esfoliação, aclarando a pele e deixando-a muito suave. Para sobrancelhas, a técnica é muito mais delineadora, oferecendo um resultado perfeito.

Esta técnica conta actualmente com um enorme sucesso, principalmente em países como Inglaterra, Estados Unidos e Brasil.

Em Portugal, foi introduzida recentemente pela empresa especialista em Threading e styling de sobrancelhas, a WINK.

### **Cera**

Consiste em grudar uma cera especial na pele e puxar, retirando, assim, os pelos. A cera pode tanto ser comprada em perfumarias e farmácias como pode ser feita em casa com ingredientes como mel e limão. Existem 2 tipos de cera. A cera fria é mais prática, porém, não tão eficaz. Basta a pessoa esquentá-la com as mãos por 10 segundos, grudar nos pelos e retirá-la.

A cera quente dá um pouco mais de trabalho, porém é o melhor de todos os métodos existentes para a retirada de pelos. Deve-se pegar a cera e colocá-la num recipiente onde se possa esquentá-la bastante. Em seguida, ainda bem quente, coloca-se-a no local e retiram-se os pelos.

Não pode ser usada fria pois, assim, perde completamente a sua eficácia. Também não é recomendado que se reutilize a cera depois de esquentada. Apesar de ser o melhor método de depilação, tanto a cera quente como a fria irritam muito a pele, devendo-se sempre consultar um dermatologista antes de usá-las. Em ambos os casos, os pelos são retirados pela raiz. Sendo assim, a cada vez que você faz a depilação, os pelos nascem mais fracos e finos, porém essa diminuição só pode ser considerada significativa depois de muitos anos de depilação.

O ideal é fazer uma esfoliação na pele dias antes da depilação, devendo, com isso, facilitar a remoção dos pelos encravados. Após a depilação, é necessário massagear a pele com um gel calmante para aliviar o vermelhão desta. Essa irritação deverá desaparecer em alguns minutos. Se persistir, é porque deve ter ocorrido reação alérgica: neste caso, aconselha-se procurar um dermatologista.

### **Creme Depilatório**

Consiste num creme com composições químicas que deixa o pelo "mole", ficando, assim, fácil a retirada. Deve-se pegar o creme e passar de forma generosa por todo o local onde deseja-se retirar os pelos. Depois disso,

aguardar cerca de 10 minutos e tirar com uma espátula, esponja ou toalha úmida. Deve-se, antes, fazer um teste em uma pequena área para saber se sua pele é sensível ao produto. A não ser que sua pele seja extremamente sensível ou tenha alergia a algum componente do produto, este é o único método em que não há irritação na pele.

Apesar de não haver irritação, este é o pior método de depilação, pois os pelos não são tirados da raiz e, sendo assim, crescem bem mais depressa que os outros métodos e não diminuem os pelos. É o único método em que não há dor na retirada dos pelos.

### **Depilador elétrico**

Consiste em retirar os pelos em um aparelho que é formado por diversas pinças metálicas. Ele retira os pelos pela raiz e é tão eficaz quanto a cera quente ou a fria. Não irrita tanto a pele como a cera, porém, dói muito.

### **Depilação duradoura**

Quanto à depilação definitiva, os dois únicos processos comprovadamente eficientes são a depilação a laser e a queima do pelo por um processo denominado eletrólise, além do método mais recente, da depilação à luz pulsada.

### **Depilação a laser**

### **Depilação a luz pulsada**

Método desenvolvido na década de 2000, consiste na exposição à luz intensa pulsada por um aparelho que emite vários tipos de luzes, de comprimentos e ondas diferentes.

### **Epilação**

A epilação, diversas vezes confundida com a depilação, difere desta última pelo facto de ocorrer quando o pelo é extraído completamente (por inteiro), incluindo a parte que se encontra abaixo da superfície da pele, denominado folículo piloso.

A Remoção dos pelos pubianos, ou depilação íntima, ou depilação pubiana, comumente chamada de "depilação biquini", é a depilação dos pelos do corpo e em torno da região pubiana, mais comumente em mulheres, pelo uso de cera. Com o tamanho decrescente dos biquinis das mulheres, os pelos pubianos, que podem tornar-se visíveis em torno da área da virilha de um maiô, o que é amplamente e culturalmente reprovado e geralmente considerado anti-estético, indesejável e embaraçoso, às vezes é removido. No entanto, algumas pessoas também removem pelos pubianos, que não está exposto, por razões estéticas.

A linha do biquíni é uma linha imaginária na região do púbis de uma mulher que delinea a parte que normalmente seria abrangida pela parte de baixo de um maiô. No contexto da depilação, é geralmente aceite para descrever qualquer pelos pubianos visível para além das fronteiras de um maiô. A depilação também é geralmente realizado na parte superior da perna.

Os pelos púbicos podem ser removidos de várias maneiras, incluindo cera, lâminas ou usando cremes depilatórios químicos. O pelo que não é removido pode ser aparado. Apesar de ser associado principalmente com as mulheres, os homens às vezes também removem os pelos pubianos

### **Body grooming**

Body Grooming, também chamado de Depilação Masculina é o ato de raspar, arrancar ou aparar os pêlos do corpo masculino, sendo diferente do ato de se barbear, que só elimina os pêlos do rosto. Se estende por todo o corpo, sendo muito depilados os braços, axilas, pernas, peito, costas e a virilha.

### **Body Grooming na prática**

Vários são os motivos pelos quais os homens se depilam, entre eles a prática de esportes, higiene, estética e preferência das mulheres.

### Métodos que arrancam os pêlos pela raiz

Nesse tipo de depilação o pêlo é totalmente retirado, inclusive a raiz, o que torna o método mais duradouro e dolorido.

#### Cera

A mais conhecida é a cera quente ou fria, que é aplicada na pele e depois puxada, arrancando, assim, os pêlos. Dura até 20 dias mas é dolorida, por isso muitos a evitam.

#### Laser

É definitiva e feita por profissionais, pode doer um pouco. O principal problema é o preço alto.

### Métodos que não arrancam os pelos pela raiz

Nesse método o pêlo é parcialmente removido, como sobra a raiz a durabilidade desse tipo de depilação é pequena.

#### Lâmina

É o mais usado, tanto para o Body Grooming como para o barbaer. Corta o pêlo rente a raiz, de modo rápido e indolor, mas voltam a crescer muito rápido. Ao contrário do que se pensa, não engrossa o pelo.

#### Cremes depilatórios

Derretem o pelo, de modo indolor, mas dura o mesmo que a lâmina e pode causar alergias e irritações.

## **A Depilação**

A depilação é um processo que se leva a cabo para eliminar o pêlo que recobre a pele. Por hábito, é feito em certas regiões corporais que, por motivos estéticos, sociais ou higiênicos, se pretendem manter sem pelo.

Ao depilar-se, por conseguinte, o ser humano procurar tirar o pêlo que não deseja que cobra o seu corpo. As zonas a depilar variam segundo cada cultura e dependem do género, embora também estejam digam respeito às intenções e às predilecções de cada pessoa.

Depilar a axila, por exemplo, pode ser algo quotidiano para uma mulher latino-americana, pouco habitual para uma europeia e quase inexistente no caso dos homens.

É possível fazer depilação através de diversas técnicas e fazendo uso de diversos instrumentos. Uma opção é recorrer a uma máquina de depilar que, graças às suas lâminas, permite arrancar o pêlo das pernas e de outras regiões.

Outra alternativa é depilar-se com cera ou cremes que se colocam sobre o pêlo que se queira eliminar. Nos últimos anos, por outro lado, a depilação a laser.

Cabe destacar que, quando se trata de eliminar o pêlo do rosto (isto é, o bigode e a barba), não se costuma usar o conceito de depilação. Fala-se antes em desfazer a barba ou barbear-se. Menos ainda se chama depilação à acção de cortar ou remover o cabelo que cobre a cabeça.

Isto permite-nos afirmar que, em geral, os homens não se depilam: barbeiam-se. Ainda são poucos aqueles que se depilam o peito ou as costas por motivos estéticos, uma prática mais associada aos nadadores e a outros desportistas por questões de rendimento.

A depilação é um dos procedimentos estéticos mais procurados na prática clínica. Além da questão estética, a remoção dos pelos envolve, ainda, critérios de higiene pessoal, adequação aos costumes coletivos atuais e o tratamento de disfunções relacionadas à unidade pilossebácea, como a hipertricose e o hirsutismo, por exemplo.

Por conta disso, com o passar dos anos, diversas técnicas depilatórias foram sendo desenvolvidas. São processos com diferentes graus de eficiência, equipamentos ou produtos adaptados a cada necessidade, tipo de pele e de pelo e para cada região do corpo.

Cada vez mais, homens e mulheres têm buscado técnicas mais eficazes e rápidas e menos dolorosas para a remoção dos pelos.

A remoção de pelos pode ser realizada por dois modos: a depilação e a epilação.

A depilação é a remoção de pelos rente à superfície da pele, não atingindo as porções internas dos folículos pilosos. Os pelos são apenas aparados ou cortados. São tratamentos temporários, geralmente indolores, e que fazem a remoção física dos pelos: raspagem com lâmina ou navalha, cremes depilatórios, aparelhos elétricos, depilação com linha ou fio.

A epilação realiza a remoção por extração dos pelos inteiros incluindo as porções abaixo da pele, como parte do bulbo piloso. Proporciona a remoção de toda a haste do pelo e tem maior durabilidade: ceras quentes e frias, pinças, aparelhos elétricos que arrancam os pelos, eletrólise, luz intensa pulsada e laser.

Contudo, em nosso país por costume o termo depilação é usado para todo procedimento de arrancar, retirar, remover os pelos.

Os métodos de depilação temporária não são milagrosos e todos têm vantagens e desvantagens. Uns agredem menos a pele, mas a ausência de pelos não dura mais que três dias. Outros procedimentos são mais doloridos e duradouros, mas tendem a facilitar o aparecimento do desconfortável pelo encravado. Entretanto, de modo geral, qualquer tipo de depilação pode favorecer a foliculite, o processo inflamatório que deixa a pele com bolinhas vermelhas. O importante é variar as alternativas desta remoção, tomando alguns cuidados com higiene e manuseio.

## Lâmina

O aparelho de barbear mais comum dos homens diminui as chances de os pelos encravarem porque eles permanecem com a raiz. Ao contrário do que muita gente pensa, a lâmina não faz os fios engrossarem, mas não é indicada para a depilação do buço. Além de barato, raspar os pelos no chuveiro é muito prático, especialmente quando não há tempo de esperá-los crescer.

O método é o menos agressivo, desde que se tenha o cuidado de evitar passar a lâmina no sentido contrário ao do crescimento dos pelos. Assim, impede que eles encravem. Aplique creme de barbear ou produtos próprios para depilação e espere mais três minutos para os fios amolecerem.

Evite sabonete, hidratante e condicionador, que não tem esta finalidade e podem provocar alergia. Rápida e indolor, esta depilação corta os pelos rente à pele, por isso, eles crescem em um ou dois dias.

### **Cremes depilatórios**

Têm praticamente o mesmo efeito das lâminas, pois dissolvem o pelo e não eliminam a raiz. O tioglicolato da fórmula, uma substância química utilizada no alisamento de cabelos, quebra a estrutura do fio até que ele seja destruído, deixando a superfície da pele lisinha. Este químico também pode inibir um pouco a velocidade de crescimento do pelo, o que pode aumentar seu intervalo de reaparecimento para até cinco dias após o uso. Os cremes ainda costumam possuir ativos hidratantes, como óleos e manteigas, além da vitamina E, que combatem o ressecamento do corpo ao mesmo tempo.

São práticos e indolores, mas é sempre recomendado que se faça um teste antes de usar esse tipo de produto (repita o procedimento toda vez que trocar de marca). Aplique um pouco do creme na parte de trás do braço e espere 24 horas para ver se aparece alguma reação. Para fazer a depilação, é só seguir as instruções do fabricante. É importante controlar o tempo de aplicação à risca. Deixar o cosmético em contato com a pele por mais tempo não melhora o resultado, pelo contrário, pode causar danos graves à pele. E, apesar das fórmulas estarem mais modernas, não são indicadas para regiões íntimas, pois o cheiro e o composto químico ainda é muito forte. Peles sensíveis também exigem atenção redobrada.

### **Ceras**

O procedimento é mais dolorido, demorado e há o risco de os pelos encravarem. Em compensação, o resultado é duradouro: até 20 dias, mas é preciso esperar que os fios estejam com um certo comprimento para que possam ser removidos. O ideal é que tenham mais de 0,5 centímetros, para que colem na cera e saiam mais facilmente, com menos puxadas e agressões. Entretanto, "muitas fórmulas disponíveis no mercado, tanto de quente como de fria, possuem ativos fitoterápicos que acalmam a pele sensível, como camomila, aloe vera e algas marinhas.

Com o tempo, os pelos começam a nascer mais finos e a raiz tende a enfraquecer, diminuindo a quantidade. A facilidade para o surgimento de pelo encravado se deve a este enfraquecimento ou ao descuido na hora de puxar a

cera na direção contrária ao nascimento da raiz. Para ajudar, use um esfoliante corporal um ou dois dias antes da depilação. Remover as células mortas ajuda a liberar os pelos que ainda estão com dificuldade para sair.

- Cera fria: Vem em folhas prontas para a depilação, que dói bastante, mas reduz a chance de os pelos encravarem. "Funciona melhor em áreas maiores do corpo, como braços, tórax e pernas, tendo um resultado mais eficiente na depilação masculina.

- Cera quente: É a opção da maioria das mulheres. O calor dilata os poros, facilita a saída do pelo e diminui a dor, entretanto, pode estimular o escurecimento da axila ou virilha, especialmente em mulheres morenas e negras. A cera é aplicada com uma espátula ou com um aparelho do tipo roll-on e não deve estar muito quente para não dilatar os vasos. A pele deve estar limpa sem nenhum tipo de creme ou hidratante.

### **Aparelhos elétricos**

Diferentemente dos aparelhos de barbear masculinos, essas máquinas não cortam o pelo como uma lâmina. Graças a um rolamento no cabeçote, os fios são arrancados pela raiz sem afetar as camadas de proteção da pele, o que é higiênico.

Por arrancar os fios pela raiz, a opção pode durar até 25 dias e é ótima para onde os pelos crescem em diversas direções, como nas axilas. As desvantagens dos aparelhos elétricos são o desconforto (parecem arrancar fio por fio), além de aumentarem a chance de encravar os pelos. Por isso, evite-os se quer eliminar fios mais grossos como os da virilha ou em regiões sensíveis como o buço. Casos de beliscões e hematomas não são raros, portanto, nunca faça a depilação íntima.

### **Depilação com Linha**

A depilação com linha, também conhecida por depilação com fio ou depilação egípcia é uma técnica muito eficaz para eliminar todos os pelos de qualquer região do corpo, como rosto ou virilha, sem deixar a pele irritada, machucada

ou vermelha, que é comum acontecer com o uso de outras técnicas como a cera ou lâmina, além de retardar o crescimento do pelo.

Esta técnica de depilação que pode ser realizada pela própria pessoa, é muito prática e barata, pois é apenas necessário linha de costura, talco, creme hidratante e um espelho.

O primeiro passo para realizar esta técnica é cortar a linha de algodão ou polyester e para isso, é preciso:

Medir a linha desde o pulso até ao ombro, que pode variar entre cerca de 20 a 40 cm;

Unir as pontas da linha, dando 2 ou 3 nós, para a linha ficar bem firme;

Formar um retângulo com a linha, colocando três dedos de cada lado da linha;

Torcer a linha, cruzando-a no meio cerca de 5 vezes para formar um oito.

A linha deve ser sempre de algodão ou polyester para evitar lesões na pele e preferencialmente de cor branca para se ver bem o pelo.

As regiões do corpo que podem ser depiladas com linha são o rosto: sobrancelhas, buço e lateral do rosto, barba, e também as axilas, pernas e virilha.

Depois de preparar a linha deve-se escolher uma posição confortável e iniciar a remoção do pelo. Assim, é necessário:

Passar talco na pele para absorver a oleosidade da pele, facilitar o movimento da linha, e ajudar a tornar os pelos mais visíveis;

Esticar a pele para facilitar a remoção do pelo e diminuir a dor. Por exemplo: para tirar o canto do buço deve-se colocar a língua contra a bochecha, e para remover a parte central do buço deve pressionar o lábio inferior contra o superior, e no caso da parte inferior da sobrancelha pode-se fechar o olho, puxando a pálpebra para cima;

Colocar a parte da linha torcida sobre a parte do corpo que se quer remover o pelo;

Abrir e fechar os dedos de apenas 1 mão, como se estivesse usando uma tesoura. Lembre-se que o pelo tem que ficar dentro da parte maior da abertura da linha para que possa ser removido. Esse passo é o mais demorado, e deve ser repetido até eliminar completamente os pelos de toda região desejada.

Pode-se usar uma luva de latex para não machucar a pele durante a depilação.

Após a depilação é importante cuidar da pele passando um creme hidratante, com ação calmante.

#### Benefícios da depilação com linha

A depilação com o fio de algodão é indicado para todos os tipos de pele, incluindo as peles mais sensíveis e tem várias vantagens, como:

É uma técnica muito higiênica;

Não provoca flacidez na região do corpo depilada;

Não deixa a pele manchada, inchada ou vermelha, por muito tempo, no máximo 15 minutos;

A técnica pode ser usada quando os pelos ainda estão muito curtos ou são muito fininhos;

Retarda o tempo de crescimento do pelo, tornando-o cada vez mais fraco;

Não provoca alergia, porque não é usado qualquer tipo de produto químico;

Não provoca o aparecimento de borbulhas, cortes ou queimaduras na pele.

Esta técnica é muito barata caso seja feita em casa ou salão, e o preço varia entre 12 a 60 reais dependendo da área que vai depilar.

### **Depilação íntima feminina**

Para fazer depilação íntima corretamente, deve-se escolher o melhor método de depilação, que pode ser com lâmina, cera ou creme depilatório, assim como adotar certos cuidados pra evitar infecções. A depilação íntima total pode ser prejudicial e é desaconselhada porque os pelos nessa região funcionam como protetores, evitando infecções e doenças vaginais.

Para fazer a depilação íntima, a cera quente é a recomendada, pois o calor dilata os poros, facilitando a saída dos pelos. Por outro lado, a depilação com lâmina é o método menos indicado porque pode provocar alergia, coceira ou cortes na pele, além do pelo crescer rapidamente.

A depilação da região íntima com creme depilatório também é uma opção, porém é preciso ter certeza de que ele pode ser usado nesta região, o que geralmente vem indicado na embalagem.

## **Depilação íntima com cera quente**

Para fazer a depilação íntima com cera quente, sozinha, é necessário ter alguns cuidados como fazer uma esfoliação nas virilhas, cerca de 3 dias antes, para evitar os pelos encravados e preparar a região para a depilação e ter cuidado com a temperatura a que está a cera.

Os passos a seguir devem ser os seguintes:

Começar a depilação na região íntima de fora para dentro e de cima para baixo;

Colocar a cera no sentido do crescimento dos pelos;

Retirar a cera no sentido contrário ao crescimento dos pelos;

Jogar fora a cera e não reutilizá-la, para evitar infecção;

Passar um creme calmante pós-depilação na região;

Evitar a exposição ao sol 24 h após a depilação da região íntima.

Estas medidas servem para evitar infecções, irritação, manchas na pele, queimaduras e pelos encravados.

## **Depilação íntima com lâmina**

Para fazer a depilação íntima com lâmina, sozinha, existem também certos cuidados importantes. Para realizar o procedimento corretamente, devem-se seguir os passos:

Aparar os pelos da região íntima com uma tesoura, com o cuidado de não cortar a pele;

Limpar bem a região íntima. Saiba quais as regras para fazer a higiene íntima e evitar doenças;

No banho, deixar a água quente escorrer na região durante 2 minutos para dilatar os poros;

Evitar usar sabonete, hidratante e condicionador, pois podem provocar alergia;

Aplicar creme de barbear ou outro produto próprio na região e esperar mais 2 minutos para amolecer os pelos;

Passar a lâmina no sentido do crescimento dos pelos;

Lavar a lâmina após cada vez que se passar na pele.

Durante o período menstrual, a depilação íntima tende a ser mais dolorosa e a área fica mais sensível a infecções e por isso é mais indicado fazer a depilação antes ou após o período menstrual.

### **Depilação íntima com creme depilatório**

A depilação com creme depilatório é prática e não tem os mesmos inconvenientes que as lâminas, como cortes ou pelos encravados. Os passos para este tipo de depilação são:

Limpar a região com água e sabão, para eliminar o suor, a oleosidade e as células mortas;

Aparar os pelos para que fiquem curtos, com uma tesoura ou um barbeador elétrico, já que se estiverem comprimidos podem ser mais difíceis de remover;

Aplicar o creme na região desejada, formando uma fina película em uma quantidade suficiente para cobrir a raiz, evitando o contato com áreas sensíveis, como os pequenos lábios ou a mucosa vaginal;

Esperar o produto agir por cerca de 5 minutos, ou conforme a indicação do fabricante na embalagem do creme;

Enxaguar bem, removendo todo o produto;

Usar um hidratante para evitar que a pele fique inflamada ou irritada após o contato com o produto.

Antes de usar o produto, é recomendado fazer um teste em uma pequena região, pois pode haver o risco de desenvolver alergias.

### **Depilação masculina**

Existem várias técnicas de depilação, como cera, cremes depilatórios, laser, lâmina e até máquinas depiladora, sendo que cada técnica possui suas

vantagens e desvantagens, dependendo do tempo que se espera que depilação dure, por exemplo, e do local a depilar.

## **Cera**

Este é um método bastante eficaz, no qual os pêlos são removidos através de uma fina camada de cera derretida, que é aplicada morna na pele e que vai esfriando enquanto gruda em todos os pêlos. Depois, essa camada é retirada rapidamente para que os pêlos sejam completamente removidos.

Principais vantagens: remove completamente os pêlos da raiz e, por isso, a depilação dura mais tempo, podendo manter-se por 2 a 4 semanas. Quando esta depilação é feita frequentemente, os pêlos parecem demorar ainda mais tempo para crescer.

Desvantagens: é um método doloroso, que pode causar irritação da pele e que não deve ser usados em áreas mais sensíveis, como a região íntima.

Onde pode ser usada: normalmente é usado no peito, barriga, costas, braços e pernas, mas também pode ser usada com cuidado no rosto.

Para garantir um melhor resultado com a cera, deve-se aparar o pêlo com uma máquina de barbear antes de passar a cera, por exemplo, assim como tomar banho de água morna, para abrir os poros e retirar qualquer tipo de creme que se tenha no corpo, pois pode dificultar que a cera grude no corpo.

## **Creme depilatório**

Os cremes depilatórios são bastante fáceis de utilizar e, por isso, são utilizados com muita frequência. Este tipo de creme funciona como uma lâmina química, pois contém um conjunto de substâncias que tornam o pêlo mais fino e destroem a sua base, fazendo com que possam cair, em poucos minutos.

Geralmente, estes cremes devem ser aplicados na pele por 5 a 10 minutos, de acordo com as indicações da embalagem e, depois, são removidos com a ajuda de uma pequena espátula que garante uma melhor quebra do pêlo. Após a retirada do pêlo, deve-se lavar a pele com água morna e um sabão de pH neutro.

Principais vantagens: o creme é fácil de utilizar e não causa qualquer tipo de desconforto, pois não arrancam os pêlos pela raiz.

Desvantagens: por não retirarem o pêlo pela raiz provocam um efeito mais curto e, por isso, o pêlo pode voltar a surgir em 1 a 2 semanas. Além disso, se deixado na pele por mais tempo do que o indicado na embalagem, pode causar irritação da pele.

Onde pode ser usado: geralmente é indicado para fazer a depilação no peito, barriga, costas, braços e pernas e, por isso, também não deve ser usado na região íntima.

Existem diferentes tipos de cremes depilatórios, especialmente para peles normais ou sensíveis e, por isso, o ideal é escolher um creme e aplicar numa pequena região, antes de usar em uma área grande do corpo, para observar se surge algum tipo de irritação.

## **Lâmina**

A lâmina é uma das técnicas mais antigas para a remoção do pêlo e, por isso, também é utilizada frequentemente, especialmente quando se tem pouco tempo para fazer a depilação. No entanto, com este método existe uma maior risco de cortes na pele, que podem resultar em infecções, por exemplo.

Na maior parte das vezes, a lâmina está indicada para quem tem poucos pêlos, ou para quando se pretende depilar regiões mais sensíveis, como a região íntima, já que permite regular a intensidade da depilação, desde que feita com cuidado e suavemente.

Principais vantagens: não causa dor, é um método rápido e pode ser usado em quase todas as partes do corpo.

Desvantagens: existe maior risco de cortes na pele e de pêlos encravados, já que o pêlo não é removido pela raiz, nem é enfraquecido como acontece com o creme depilatório.

Onde pode ser usada: em quase todas as partes do corpo, podendo até ser a melhor técnica para fazer a depilação íntima, já que permite regular a intensidade.

A lâmina não deve ser passada na pele seca, pois causa maior atrito, aumentando o risco de cortes, irritação da pele e pêlos encravados. Idealmente, deve-se utilizar um creme próprio para lâmina, como os cremes de barbear, por exemplo, mas também é possível usar o gel de banho.

## **Depilação a laser**

A depilação com laser é uma boa opção para fazer a depilação e pode, até, resultar em uma depilação definitiva. Nesta técnica, é usado um tipo de laser, que pode ser de diodo ou alexandrite, que dispara uma grande quantidade de energia para o pêlo, de forma a destruir a raiz, eliminando o pêlo e diminuindo as chances de que volte a crescer.

Este tipo de depilação pode causar alguma dor e, por isso, deve sempre ser feito em clínicas especializadas em depilação a laser para evitar complicações como queimaduras na pele ou até feridas. Normalmente, é preciso fazer entre 4 a 6 sessões para que o pêlo deixe de crescer em uma determinada região, mas isso pode variar de homem para homem, de acordo com a cor da pele, por exemplo.

**Principais vantagens:** é um método que destóis a raiz do pêlo e por isso seu resultado dura por muito tempo, podendo até tornar-se definitivo.

**Desvantagens:** pode ser bastante doloroso, geralmente deixa a pele bastante irritada após o tratamento e não funciona da melhor forma em peles mais escuras ou em pêlos muito claros.

**Onde pode ser usada:** pode ser feito em quase todas as partes do corpo, incluindo a região da virilha.

## **Máquina depiladora**

A máquina depiladora, também conhecida como depilador elétrico, é um pequeno aparelho que arranca o pêlo pela raiz, funcionando de forma semelhante que a cera. Normalmente, este tipo de aparelho pode ser usado com a pele seca ou molhada e, dessa forma, pode ser usado durante o banho, por exemplo.

**Principais vantagens:** é fácil de utilizar e seu resultado dura tanto como a cera, por até 4 semanas.

**Desvantagens:** causa algum desconforto ao arrancar os pêlos da pele e pode deixar a pele irritada.

**Onde pode ser usada:** normalmente está indicada para barriga, peito, costas, braços e pernas.

Para obter um melhor resultado, deve-se aparar o pêlo com um barbeador antes de usar o depilador elétrico, pois o pêlo comprido pode dificultar o funcionamento do aparelho. Embora estas máquinas possam ser usadas durante o banho, a depilação geralmente é mais fácil com a pele seca, já que o pêlo fica menos grudado na pele, sendo mais facilmente agarrado pelo depilador.

### **Passo a Passo da Depilação com Cera Fria**

Para fazer depilação com cera fria sozinha siga os seguintes passos:

#### **Passo 1**

Aqueça a cera esfregando ligeiramente as folhas entre as mãos ou contra a parte de cima da perna, durante 10 a 15 segundos, separando em seguida as folhas.

#### **Passo 2**

Aplique a folha da depilação na direção do crescimento dos pelos, repetindo este processo para todas as regiões a depilar e reutilizando a folha até que perca a aderência.

Se acontecer os pelos crescerem para ambos os lados, deve aplicar a folha 1 vez de cima para baixo e depois de baixo para cima, trocando o sentido para garantir que remove todos os pelos.

#### **Passo 3**

Para remover a folha, esta deve ser puxada de forma rápida e no sentido oposto ao crescimento do pelo, tão paralelamente e tão próximo da pele quanto possível.

### **Depilação da virilha**

Antes de passar a cera, pense no design que você quer dar aos pelos pubianos e, se achar necessário, faça um desenho sobre a pele para não errar. Use uma caneta dermográfica para não causar alergia ou teste 24 horas antes uma hidrocolor em outra área do corpo.

Aplique a cera no sentido do crescimento dos pelos. Você pode colocar folhas para depilação sobre a cera para facilitar a puxada ou puxar a própria cera. Espere alguns segundos até que a cera fique um pouco mais sólida e fria.

Antes da depilação, é fundamental que a pele esteja higienizada, sem resíduos de cremes ou óleos corporais e sem nenhum tipo de lesão - para evitar a contaminação por fungos e bactérias. "Também não se deve fazer a depilação quando a pele está sensível. Aconselho ainda que a pele seja preparada para a depilação um ou dois dias antes do procedimento, com uma esfoliação leve que não cause irritação ou manchas no local.

-Use sempre as ceras industrializadas, que são avaliadas e testadas antes de serem colocadas à venda.

- Toda pessoa que tem alergia a uma substância específica deve ser orientada pelo seu dermatologista sobre o tipo de produto que pode ser usado.
- Ter uma pele sensível não significa que você não apresentará irritação com o uso de uma cera hipoalérgica.
- Não reutilize a cera mesmo que ela seja aquecida em altas temperaturas - isso não é suficiente para eliminar as bactérias mais resistentes.

Todo o material, como espátulas, luvas e plásticos, usado para fazer depilação deve ser descartável e utilizado apenas uma vez, o que garante que o material que chega ao consumidor seja também esterilizado

As especialistas recomendam: a cera dever aplicada na direção do crescimento dos pelos para as pontas, respeitando o sentido em que nascem. Essa regra vale para todas as regiões do corpo. Se numa mesma área, como as axilas, os pelos crescem para ambos os lados, você terá cuidar para fazer aplicações diferentes priorizando os dois sentidos.

### **Área íntima, virilha e rosto**

O ideal é utilizar ceras que provoquem menos dor, como a cera branca e a de jojoba

Sempre indico o uso de protetor solar na face após a depilação, para diminuir a chance de manchar a pele, e pomadas anti-inflamatórias na virilha e região íntima para diminuir a chance de formar a indesejável foliculite

Depois da depilação, o ideal é passar um gel à base de substâncias calmantes, como a camomila, a sálvia e a calêndula. Também é importante não agredir a pele, que estará sensibilizada, com calças apertadas e de tecidos ásperos, tampouco se expor ao sol. Mas vale destacar também que uma pele bem cuidada e hidratada corre menos risco de sofrer com irritação e pelos encravados. Tenha o hábito de hidratar a pele diariamente, os hidratantes mais recomendados são as loções pós-banho que são menos gordurosas.

Uma vez que a região íntima é uma área extremamente sensível, o ideal é apenas aparar os pêlos, utilizando uma tesoura ou um barbeador, por exemplo. No entanto, caso se pretenda remover completamente o pêlo e deixar a pele lisa, uma das melhores opções é fazer a depilação com lâmina.

Para fazer a depilação com a lâmina, deve-se ter muito cuidado para evitar cortes na pele, especialmente na região do escroto e anal. Os cremes, embora possam ser facilmente aplicados nesta região, podem causar muita irritação, mesmo quando são próprios para peles sensíveis e, por isso, também devem ser evitados.

A cera pode ser utilizada para remover pêlos da região da virilha ou púbis, entretanto não é recomendado para a utilização em região mais sensíveis. Além disso, muito homens também têm recorrido à depilação definitiva, como a com laser, para diminuir os pêlos da região e facilitar a higiene, no entanto, este método é bastante mais doloroso e fica limitado apenas para a região da virilha também.

### **Antes da depilação**

Aparar o pêlo quando está maior do que 1 cm, usando um barbeador;

Fazer esfoliação da pele 2 a 3 dias antes da depilação;

Tomar banho com água morna para retirar qualquer tipo de creme ou produto da pele e abrir os poros;

Manter uma hidratação adequada da pele, passando creme hidratante todos os dias.

### **Depois da depilação**

Aplicar um creme hidratante na pele, mas evitar óleos hidratantes;

Evitar sair no sol ou ficar tomando sol por muito tempo;

Não usar roupa muito apertada, especialmente calças;

Evitar nadar em piscinas ou entrar em jacuzzis, devido à presença de cloro;

Além disso, cerca de 2 a 3 dias após a depilação também é aconselhado fazer uma esfoliação da pele para remover os restos de pelo e células mortas. Esta esfoliação pode ser suave e pode ser feita até aos 10 primeiros dias após a depilação.

## **Preparação para Depilação**

Para que o resultado fique perfeito, é importante seguir algumas dicas:

Faça uma esfoliação antes da depilação para retirar as células mortas.

Depile-se com a pele limpa. Isto ajudará a prevenir infecções ou inchaços.

Utilize água quente ou depile-se após o banho. O vapor aumenta a elasticidade da pele e amolece o pelo. O pelo úmido é mais fácil de ser depilado.

Aplique creme, espuma ou gel para depilação. Uma vez que seus pelos estejam umedecidos, o aparelho deslizará mais facilmente sobre a pele, evitando cortes.

Evite expor-se ao sol logo após a depilação feita com cera. O risco de manchas é quase certo.

Evite passar hidratantes em seguida, espere pelo menos uma hora. Eles podem obstruir os poros, causando irritação e pelos encravados.

## **Tipos de Depilação**

### **Depilação com Lâmina**

É mais indicada para quem tem poucos pelos. É a forma mais prática e rápida de depilação, porém em poucos dias os pelos nascem novamente. A depilação com lâmina é também a maior causadora de pelos encravados, irritações e manchas em áreas como virilha e axilas.

## Cremes Depilatórios

Os cremes depilatórios agem superficialmente e dissolvem o pelo. O resultado é semelhante ao da lâmina. Eles pedem uma prova para verificar se a pele aceita a química e ao aplicá-los, deve-se seguir a risca as instruções do fabricante para evitar irritações.

## Aparelhos Eletrônicos

Permite a remoção dos pelos desde a raiz e é indicado para a região das pernas. Se você possui o aparelho este é um método prático e barato, ,porém pode provocar os famosos pelos encravados. Esse método costuma ser dolorido.

## Cera Quente

Indicada para áreas pouco sensíveis. Apesar de ser um método barato, é um método agressivo à pele (além de a temperatura nem sempre estar no grau adequado).

Propicia resultados duradouros. É prático e higiênico, mas pode gerar irritações nas áreas já anteriormente depiladas. O preço é bem acessível, e em qualquer salão se encontra uma depiladora.

A cera quente requer tempo para ser feita. Ela pode manchar peles muito sensíveis ou queimar a pele se o profissional aplicando-a não for ágil o suficiente.

## Depilação Definitiva

Para quem não quer se preocupar com isso, uma boa opção é apelar para a depilação definitiva. Aí não tem muito jeito, as sessões são caras e não oferecem garantia total de que os pelos nunca mais irão voltar. É necessário passar por uma consulta no dermatologista antes de fazer qualquer procedimento. Escolha o profissional mais adequado para ajudar a escolher a técnica mais indicada para você. Conheça as duas mais conhecidas:

## Depilação a Laser



Para quem quer se livrar para sempre do incômodo de arrancar os pelos, a alternativa é a depilação definitiva a laser. A depilação a laser é menos invasiva e diminui o volume dos pelos, pois age diretamente na raiz. É segura por não usar agulhas e menos dolorosa que outros métodos.

Feito em locais especializados, é realizado em sessões para que os pelos sejam gradativamente removidos. Se os aparelhos para esse tipo de depilação forem modernos, a depilação é praticamente indolor. É o método mais caro. É também contra-indicado para gestantes.

## Luz Pulsada

A luz pulsada é muito semelhante ao laser, havendo apenas algumas distinções técnicas como o tipo de energia utilizada e a forma como esta é aplicada. Mas o princípio de destruição do pelo através da luz captada pela melanina é semelhante em ambas as técnicas, com a diferença que a luz pulsada requer menos energia do que o laser, sendo também menos eficaz.

Tal como no laser, a depilação à luz pulsada também pode provocar queimaduras e manchas se não for utilizada corretamente.

### **Depilação a Laser X Depilação com luz pulsada**

A fotodepilação com luz intensa pulsada (LIP) é menos agressivo para a retirada dos pelos e, de acordo com tipo de pele, da espessura do pelo e da tonalidade do fio é possível graduar a intensidade do espectro de luz. Em contrapartida, o laser emite energia específica para o pelo, portanto não atinge a pele e podem ser usadas energias mais altas e mais eficientes na destruição do pelo.

### **Diferenças entre depilação e epilação**

A remoção de pêlos pode ser realizada por dois modos: a Epilação e a Depilação.

Epilação é quando ocorre a remoção por extração dos pêlos inteiros incluindo as porções abaixo da pele, como parte do bulbo piloso. Ex: pinças, ceras, aparelhos elétricos que arrancam os pêlos, laser, luz intensa pulsada, eletrólise.

Depilação é a remoção de pêlos rente à superfície da pele não sendo atingido as porções internas dos folículos pilosos.

Os pêlos são anexos da pele, existentes em todos os seres humanos normais, com distribuição típica em cada gênero (masculino e feminino) e com funções específicas: proteção e sensitiva.

Há dois tipos de pêlos: o pelo fino, claro e pouco desenvolvido, o velus no adulto e denominado lanugo quando no feto humano; e o pelo terminal, que corresponde ao pelo espesso e pigmentado, que compreende os cabelos, a barba, a pilosidade pubiana e axilar.

Processo Epilatório:

Pré-tratamento:

Limpar a área a ser tratada.

O handpiece deve estar limpo e desinfetado antes de cada tratamento. Usar proteção de olho para o paciente, o operador e qualquer pessoa que esteja no local do tratamento, de acordo com o aparelho de laser que será usado.

Fotografar a região.

Tratamento:

Aparar e limpar os pêlos densos da área tratada.

Usar gel resfriado, dependendo do aparelho a ser usado.

Aplicar o laser com programa de energia mais baixo em pele escura.

Ao usar o Active/Record são recomendadas duas ou três passagens na mesma área para evitar áreas sem tratamentos.

Pós-tratamento:

Limpar a área.

Aplicar creme refrescante ou antiinflamatório.

Na face, aplicar protetor solar.

Podem ocorrer discreta ardência e eritema (vermelhidão) que desaparecerão até duas horas depois de tratamento. Usar compressas geladas.

Efeitos sobre o pêlo:

O princípio clínico sobre o qual se baseia a ação do laser, é chamado fototermólise:

FOTO = LUZ  
TERMO = CALOR  
LISE = DESTRUIÇÃO

A luz emitida pelo aparelho, graças a sua potência e ao tempo de impulsos particularmente altos, tem uma elevada capacidade de penetração na pele. A luz atinge o bulbo piloso e é transformada em calor pela melanina aí presente.

Este considerável e repentino aumento de temperatura permite a destruição do bulbo, da bainha epitelial e de pequenos vasos capilares que o nutre.

A característica inovadora do laser é a de emitir uma luz de elevada potência e particularmente seletiva; portanto, a alta energia transmitida é direcionada exclusivamente ao pêlo sem danificar a pele que o circunda. Esta ação é chamada de fototermólise seletiva.

Os pêlos só são eliminados na fase Anágena, quando existe uma maior concentração de melanina e maior contato com as estruturas do folículo piloso o que permite a sua destruição.

Por esse motivo são necessárias várias aplicações em intervalos distintos para cada região. A cada aplicação uma parte dos pêlos e da capacidade de produção de novos pêlos é eliminada. Nas sessões subseqüentes, é conseguido um resultado cada vez melhor.

### **Tipos de depilação**

A depilação a laser é uma das melhores opções para essa parte do corpo. O laser atinge somente os pelos, o que acaba com as chances de se machucar ou fazer um corte, por exemplo. Além disso, o fato de ser um procedimento de longa duração é outra grande vantagem.

Como a região é pequena, as sessões são, geralmente, mais rápidas se comparadas à depilação com cera.

É importante tomar alguns cuidados especiais, pois a região íntima é mais sensível e mais propensa a problemas pós-depilação. Mas, se cuidar direitinho, a chance de ter qualquer problema é praticamente nula.

Antes da depilação, é preciso aparar os pelos que estiverem muito grandes, principalmente na virilha.

Esse é um assunto que divide opiniões, mas, no geral, pode-se dizer que a depilação não favorece nem prejudica a higiene local. Alguns médicos são contra esse tipo de procedimento, pois dizem os pelos podem ajudar a proteger a região de bactérias. Ao mesmo tempo, a falta de pelos pode facilitar na hora da lavagem e higienização.

Lâmina

Assim como nas outras partes do corpo, a lâmina pode ser usada para a depilação íntima, mas é um método recomendado apenas para os momentos de urgência. Apesar da praticidade, esse tipo de depilação pode causar cortes, machucados e pelos encravados.

### Cera

A cera oferece resultados mais duradouros que a lâmina e possui um preço mais acessível que o laser, mas também pode causar ferimentos, devido ao grande contato com a pele. Além disso, a cera pode causar queimaduras se estiver muito quente.

### Laser

Pensando no custo-benefício, o laser é a melhor opção. As chances de causar ferimentos são muito menores, já que o laser atinge apenas os pelos e não a pele.

Claro que, para um bom resultado, é preciso encontrar uma clínica especializada em depilação a laser e com profissionais que tenham bastante experiência nesse procedimento.

Fazer depilação perianal ou na virilha não deve ser visto como algo constrangedor, mas como mais uma maneira de garantir seu bem-estar.

Em qualquer clínica de estética, se ler com atenção os serviços oferecidos, encontrará certamente depilação. Feminina ou masculina, a verdade é que qualquer clínica de estética tem este serviço. No entanto, será que o termo depilação é o mais correto? Apesar de tradicionalmente se utilizar a palavra depilação para o tratamento que retira os pelos pela raiz, na realidade o termo usado por praticamente todas as clínicas de estética é errado. Conheça de seguida o que significa depilação e epilação.

#### – Depilação

Depilação é, por definição, um processo de corte dos pelos. Ou seja, quando entra numa clínica de estética e está escrito depilação com cera, esse termo está errado. A depilação é assim uma palavra que diz respeito ao corte dos pelos, como por exemplo os métodos com lâmina ou com creme depilatório.

#### – Epilação

Já qualquer método que tenha por base a retirada do pelo pela raiz, como a cera, as máquinas depilatórias, ou até mesmo o laser ou a luz pulsada, são corretamente designadas por epilação. Contudo, é natural que hoje em dia se continue a usar o termo depilação, devido à sua popularidade.

A maioria das profissionais de estética conhece a diferença entre os dois termos, contudo, devido à aceitação do termo depilação como geral para todos os métodos que digam respeito à retirada de pelos, qualquer clínica de estética continua a utilizar esta palavra.

## **Processos Epilatórios**

A epilação, como referimos em cima, pode ser realizada através de vários métodos: cera, máquina depilatória ou com laser e luz pulsada.

Na epilação com cera, o pelo é arrancado pela raiz com ajuda da cera. Este é o método mais popular, sendo o mais procurado numa clínica de estética.

A epilação com a máquina depilatória é um método na qual a máquina agarra o pelo e puxa-o, de modo a sair pela raiz. Este é um dos métodos caseiros mais habituais.

Por fim, há a epilação com laser ou luz pulsada, cada vez mais popular em qualquer clínica de estética, onde é usada a temperatura da luz para destruir a raiz do pelo.

Uma dos temas mais polêmicos da intimidade feminina é a depilação íntima. Dúvidas como se a retirada dos pelos é uma questão de higiene ou estética e se faz bem ou mal para saúde ginecológica sempre surgem quando o assunto é abordado, juntamente com diversos mitos sobre ele.

Muitas mulheres consideram a depilação apenas como uma prática estética. Optam pela remoção completa ou por algum formato diferenciado, deixando apenas um filete de pelos. Esse é um costume típico da brasileiras, e que ficou conhecido no exterior como “brazilian wax” (depilação brasileira). Mas, mais do que beleza, é preciso estar atenta à saúde da região íntima.

Segundo o Guia Prático de Condutas: Higiene Genital Feminina da Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo), a depilação é um hábito de higiene, que impede o corpo de acumular fungos e bactérias causadoras de infecções, mau cheiro e irritação. Por outro lado, os

pelos da virilha não devem ser totalmente retirados, pois têm papel fundamental na proteção da região.

A pele da área genital é mais sensível que as demais, por isso é preciso ter cuidado com a escolha da técnica de depilação, pois pode ferir o tecido, expondo-o a infecções. A lâmina pode ser mais prática, mas há o risco do corte, que aumenta as chances do pelo encravar e inflamar. A cera quente, apesar de retirar os pelos com eficiência, machuca a região e escurece a pele por causa alta temperatura. Já a cera fria não tem o problema da temperatura, mas a dor ao depilar é maior do que com a cera quente, justamente por ser fria. Cremes depilatórios podem ser uma boa opção para quem quer evitar a dor, mas é preciso fazer o teste de alergia antes de utilizar o produto.

Os cuidados não terminam quando os pelos saem, já que até 24 horas após a depilação os poros ainda estão mais abertos do que o normal e expostos a bactérias que podem irritar a pele. Nesse período evite sabonetes perfumados, preferindo utilizar os neutros ou próprios para higiene íntima. Evite calcinhas apertadas e de tecido sintético que podem irritar a região.

## **Técnicas de depilação**

A depilação com cera fria é uma das mais fáceis e comuns, sendo a mais recomendada como alternativa caseira. A utilização da cera fria é indicada para pelos finos e regiões menos doloridas. Por isso, é usada para depilar as pernas. Ela é aplicada com papel próprio ou celofane. Existem receitas sofisticadas e até domésticas, cujo resultado dependerá especificamente das características da área a ser depilada, assim como do volume e da consistência do pelo.

Esse processo possui a vantagem de arrancar o pelo da raiz, deixando a pele lisa, o que garante um período de 20 a 30 dias sem a sua presença. Por outro lado, para poder ser feita nova depilação, é necessário deixar crescer os pelos, pelo menos, por algum tempo, até adquirir tamanho suficiente para a remoção. Outra vantagem é a economia, pois rende muito mais do que a cera quente, e, por isso, obtém-se maior lucro.

Existem vários tipos de cera: ceras específicas para pelos mais finos, como aqueles que encontramos nos braços e no corpo; e para pelos mais grossos, como os da virilha, axilas, pernas e certos tipos de barbas. Mas, se a cliente tiver problemas de má circulação, varizes ou extrema sensibilidade capilar, você não deve utilizar qualquer cera.

Para a depilação com cera fria, basta espalhar a cera na superfície de um plástico ou de papel celofane apropriado para isso. Existem também folhas já prontas com cera, para aplicação imediata que são as bandas de cera fria.

Uma vez escolhida a área de depilação, desinfete o local com um algodão embebido em álcool ou loção antisséptica para evitar riscos de infecção. Da mesma forma, é indispensável secar a área antes da depilação. Caso contrário, a cera não terá aderência e os pelos não serão removidos. Por isso, diga ao cliente para que evite passar óleos ou cremes hidratantes horas antes da depilação.

Em seguida, coloque o papel com cera e puxe-o, de uma só vez, no sentido contrário ao do crescimento dos pelos. Após a retirada de todos os pelos da região, retire o excesso de cera com oremovedor de cera.

A depilação é uma questão de beleza e higiene. Sabemos que o pelo é uma proteção da pele. Mas, dentro dos conceitos de beleza e por morarmos em um país tropical, a mulher quer ter a pele lisa e macia, sem pelos. Por isso é que existem as várias técnicas de depilação para resolver esse problema. Entretanto, apesar da existência tão difundida das clínicas de estética e das profissionais especializadas, muitas mulheres adotam o procedimento depilatório em casa, seja por uma questão de tempo ou pela ideia de economia. As pessoas devem se conscientizar da seriedade da depilação. Ela não é apenas um tratamento estético, mas implica principalmente saúde.

“Para evitar pelos encravados, é muito importante fazer esfoliação, a cada quinze dias, e também utilizar sabonetes líquidos, livres de óleo mineral ou derivados de petróleo”

#### Pelos encravados

Os pelos encravados são muito comuns em pessoas que fazem depilação, procedimento em que os pelos, quando retirados, renascem. Em alguns casos, os poros por onde saíam os pelos ficam obstruídos por peles mortas, impurezas eliminadas pelo corpo com o suor, ou até mesmo impurezas da poluição ambiental.

O problema se agrava apenas se o pelo, ao crescer, não conseguir romper essa obstrução e crescer em sentido contrário ao esperado, ocasionando uma inflamação caracterizada por uma vermelhidão e inchaço no local.

Para serem extraídos, os pelos devem estar na medida certa para facilitar a depilação e diminuir as possibilidades de adesão de pelos encravados. Em geral, o tamanho ideal é de 0,3 a 0,5 cm.

A depilação com cera quente pode queimar a pele e deixar manchas, se não estiver na temperatura correta. Por isso, é perigoso fazer uma depilação com cera quente em casa.

Antes de iniciar qualquer procedimento depilatório, é recomendado que, pelo menos um dia antes, a cliente faça uma esfoliação na pele.

### Esfoliação

Esfoliação é a maneira de realizar um “peeling” mecânico, onde se retiram todas as células mortas, que se formam diariamente e impedem a pele de apresentar aparência sedosa, limpa e viçosa. A esfoliação é considerada uma bênção para quem sofre com pelos encravados. Deve ser adotada sempre antes de depilar. Depois, não é recomendada, porque será um período no qual a pele se encontrará vulnerável e poderá sofrer irritações desnecessárias.

As axilas são muito sensíveis, com pelos muito fortes. Deve-se aplicar a cera quente e esta aplicação poderá ser feita duas vezes no mesmo local. Não se esqueça de trocar a espátula ou o palito de picolé que está na cera, a cada região do corpo a ser depilada.

Aplique a loção antisséptica no local. Para aplicar a cera quente, é preciso dividir a axila na metade, pois os pelos nascem da metade para baixo e da metade para cima.

Não se esqueça de experimentar a cera no pulso, para ver se a temperatura não está alta demais. Aplique, então, a cera no sentido do crescimento dos pelos, primeiro em uma metade e depois na outra metade.

A camada de cera não pode ser fina, caso contrário, ela se quebra e dificulta a sua retirada. Deixe esfriar um pouco, mas não a sobre devido às bactérias da boca, que poderão contaminá-la.

Puxe, no sentido contrário aos pelos, e coloque a mão sobre o local para amenizar um pouco a dor. Repita no mesmo local, se for necessário.

Aplique, na outra metade da axila, e retire quando esfriar um pouco, puxando fortemente no sentido contrário.

A sobrancelha bem feita é uma das maneiras mais fáceis de valorizar e equilibrar as formas do rosto e também a primeira etapa para uma maquiagem

irretocável. No entanto, é imprescindível que o profissional depilador tenha as mãos hábeis, pois basta um pequeno erro para todo o visual ir por água abaixo.

Uma limpeza básica faz diferença até quando se tem poucos pelos, pois evidencia e aproxima os fios que já existem. O maior risco de estragar o desenho original é afinar demais. Assim, a moderação é a base da boa modelagem.

#### Como depilar com cera quente

A cera quente deverá ser aplicada somente no centro e acima das sobrancelhas. Nas pálpebras não se aplica. Os pelos das pálpebras devem ser retirados com pinça.

Coloque a touca descartável para proteger os cabelos da cliente. Higienize bem a região a ser depilada com a solução antisséptica no algodão. Essa higienização é muito importante porque retira a oleosidade da pele, o que atrapalharia a ação da cera.

Aplique a cera quente, na parte superior, indo do centro para a ponta da sobrancelha. Os pelos crescem do centro para fora. Você deve aplicar a cera, no sentido dos pelos, e depois retirá-la no sentido contrário aos pelos.

Encoste o dedo com luva na ponta da cera aplicada para ela se soltar da pele. Puxe de uma só vez, no sentido contrário do pelo. Aplique a cera quente no centro, de baixo para cima. Puxe a cera de cima para baixo.

Assim que puxar a cera com força, coloque a mão sobre a região, para acalmar a pele e aliviar a dor. Você não pode aplicar a cera mais de duas vezes na mesma área, caso contrário, pode causar irritação na pele. Os pelos que sobrarem dessa operação devem ser retirados com a pinça.

Vire o óleo removedor de cera no algodão. Passe por cima de toda a sobrancelha. Passando o óleo, além de retirar os resíduos da cera, você ainda amacia os pelos que vão ser retirados com a pinça. Retire, então, os pelos que sobrarem com a pinça.

Para manusear a pinça, com destreza, pegue no centro dela. Retire os pelos que estão sobrando na pálpebra. Lembre-se de esticar a pele com a outra mão, para facilitar o trabalho e diminuir a dor.

Penteie os pelos da sobrancelha para cima com a escovinha própria. Corte com a tesoura reta os pelos que estiverem maiores que os restantes, acompanhando o formato da sobrancelha.

Como depilar com cera morna?

Deixe o refil para sobrancelhas e buço aquecer no aparelho por, no mínimo 25 min, antes de atender a cliente. Coloque, no refil, o bico próprio com a rodinha na ponta. Passe o refil na pele acima da sobrancelha. Só use direto na pele, se o refil pertencer à cliente.

Se não for da cliente, passe a rodinha do refil em uma tira fina do papel próprio para depilar para só depois usar na pele da cliente.

Coloque uma tira fina do papel próprio por cima da cera que está na pele. Alise bem com os dedos, e puxe no sentido contrário ao nascimento dos pelos. Passe também no meio entre as sobrancelhas para retirar o excesso.

Passe o óleo removedor de cera para limpar e amaciá os pelos. Retire os pelos excedentes da pálpebra com a pinça, mas lembre de não desenhar a sobrancelha.

### **Cremes depilatórios**

Esses cremes agem no nível da haste do pelo e promovem a sua desintegração, fazendo com que o pelo assuma o aspecto de uma massa gelatinosa, facilmente removida sem afetar a raiz. Deve-se seguir rigorosamente as instruções. É bastante fácil de usar e indolor.

Dentre a grande variedade de produtos disponíveis no mercado, alguns podem retirar a umidade natural da pele, deixando-a áspera e seca. Além disso, é muito importante fazer um teste alérgico antes de escolher qualquer produto ou marca de creme depilatório. Observe a reação da pele após 15 min. Se não houver sinais de irritação ou alergia, não haverá problemas com a marca.

Esses produtos são aplicados com espátula sobre a área escolhida. Como alternativa, poderá utilizar um pau de picolé ou algo similar. Respeite o tempo

em que o produto deve ficar sobre a pele, pois estes produtos contêm substâncias muito alcalinas que podem causar irritações e reações alérgicas.

Uma vez removido o creme com os pelos, lave abundantemente a região com água corrente e desinfete. Posteriormente, se os pelos começarem a encravar, opte por outro processo.

Esse tipo de depilação não interrompe o crescimento dos pelos nem atrasa significativamente o seu crescimento. Pelo contrário, faz com que apareçam mais fortes e duros.

Dependendo da grossura dos pelos, o creme terá mais ou menos dificuldade em removê-los, devendo permanecer por mais tempo em contato com a pele, no caso de pelos mais grossos, o que provoca uma maior irritação desta. Esse processo é mais eficiente em regiões de pelos fracos e finos.

#### Inibidores de crescimento

Existem também substâncias que podem ser aplicadas para inibir o crescimento dos pelos e prolongar o tempo de sua ausência. Esses inibidores de crescimento atuam diretamente sobre as células germinativas no momento exato em que é extraído o pelo. Retardam o processo natural do crescimento e, com o uso frequente, enfraquecem a sua estrutura inibindo o surgimento de novos pelos.

É importante salientar que este é um processo complementar às depilações que retiram o pelo da raiz, e que não resulta em uma depilação definitiva. Esses produtos devem ser aplicados após a depilação com cera, eletrólise ou pinça.

A depilação definitiva é o sonho de todas as mulheres e homens que se debatem com os pelos “a mais”. Existem várias técnicas que prometem eliminá-los.

Este método altamente eficaz para reduzir os pelos, também conhecido como fotodepilação, funciona através da incidência de raios laser, sob a forma de luz, no folículo piloso. O laser é atraído pela melanina (a substância que dá cor ao

pelo) e destrói o folículo piloso impedindo que se desenvolva um novo pelo. Só é, por isso, eficaz em pelos escuros.

Para que se verifique a destruição definitiva dos pelos, é preciso que o laser atinja o pelo na sua fase de crescimento e esta pode durar entre três e seis anos. É por isso que será mais correto falar-se em redução da quantidade de pelos pois, mesmo que um tratamento dure apenas algumas sessões, é necessário fazer manutenção.

Não se pode precisar quanto tempo será preciso fazer manutenção mas, uma vez que o tratamento torna os pelos cada vez mais finos e raros, na maioria dos casos bastam duas a três sessões de manutenção por ano.

Geralmente os tratamentos são indolores. Pode surgir alguma vermelhidão na pele como quando se expõe ao sol sem proteção, mas desaparece no decorrer de algumas horas.

Os cuidados a ter quando se faz depilação a laser são fundamentais mas muito simples:

Não expor a pele ao sol nas 24 horas anteriores e posteriores à sessão;

Não fazer depilação com cera ou sistemas por electrólise nas seis semanas anteriores à sessão;

Evitar, nas 24 a 48 horas depois, a exposição a outras fontes de calor como aquecedores, vapor, etc. É recomendável a aplicação de um creme ou loção com efeito calmante e de regeneração da pele.

Não deve fazer depilação a cera nas seis semanas anteriores nem durante o tratamento pois isso vai anular o efeito do laser na destruição do folículo. No dia, ou na véspera da sessão, corte os pelos com lâmina para que fiquem no seu comprimento mínimo e o laser chegue à raiz.

Curiosamente, as pessoas que pertencem aos fototipos V (pele morena, olhos e cabelos escuros; que nunca sofrem “escaldões” e se bronzeiam muito facilmente) e VI (pele negra) são as que correm mais risco de queimaduras com a fotodepilação. As suas peles, por terem mais melanina, absorvem a luz do laser, o que pode danificar os tecidos.

Se pretende fazer depilação a laser nas zonas mais extensas do corpo opte por começar a sua série de sessões no outono. Chegará ao verão com resultados visíveis, evitando expor-se ao sol.

### **Depilação com cera quente**

Cuidar da aparência é fundamental, e a cada dia as pessoas vêm se preocupando mais com isso e querendo ficar cada vez mais bonitas e a depilação está entre uns principais itens de estética e beleza que as pessoas se preocupam. Sendo que a depilação com cera quente é uma das mais utilizadas.

A depilação com cera quente é um dos métodos mais utilizados quando o assunto é depilação, sendo que ela pode ser realizada em casa ou em locais especializados e pode ser feita através de uma cera comprada em farmácia ou de uma cera natural.

A cera possui a finalidade de remover os pelos de modo semi-permanente, pois ela remove os pelos diretamente da raiz, fazendo com que eles demorem mais tempo para crescer.

Em geral uma depilação com cera quente dura de 20 a 30 dias, conforme a intensidade de crescimento dos pelos de cada pessoa.

A depilação com cera quente proporciona muitos benefícios aos seus usuários, dentre os quais podemos destacar:

**Pele lisa:** um dos maiores benefícios da depilação com cera quente é que ela faz com que a pele fique lisinha, pois como os pelos são retirados desde a raiz, não ficam pontudos como em outros tipos de depilação.

**Não escurece a pele:** alguns métodos para depilar acabar fazendo com que a pele fique mais escura e aparentemente feia, contudo, ao se depilar com a cera quente isso não é notado.

**É rápida:** a depilação com cera quente é uma das menos demoradas, pois ela arranca muitos pelos de uma só vez.

**Pelos custam a crescer:** alguns métodos fazem com que os pelos cresçam poucos dias após a retirada, porém a cera quente proporciona dias de pele limpa, aproximadamente 20 dias sem o aparecimento de novos pelos.

**Pelos mais finos:** quem faz uso frequente da depilação com cera possui os pelos mais finos e fracos a cada nova depilação, proporcionando menos dor a cada vez.

Uma das grandes dúvidas sobre a depilação com cera quente é se ela dói, e não existe uma única resposta para isso, pois sim, esse procedimento é um pouco doloroso quando comparado a lâmina, laser, luz pulsada etc., porém ele vai se tornando menos doloroso a cada depilação.

Na primeira depilação com cera quente os pelos estão grossos e por isso irá doer na hora de sua remoção, porém a cada nova depilação eles irão crescer mais ralos, e por isso serão mais fáceis de serem removidos e causaram menos dor.

Mas é claro que a intensidade da dor irá variar conforme a sensibilidade da pele.

Cuidados

Evite a exposição ao sol após depilar

Use cremes para hidratar a região

Tome banho em água morna

Use roupas leves e que não aperte a região

Evite esfoliar a pele

Use gel pós-depilatório

Passo a passo da depilação com cera quente – Sabemos que a cera quente é uma das técnicas mais populares da depilação, mas exige cuidados maiores do que costuma-se tomar. O primeiro passo é escolher bem o local onde fará a depilação, levando em consideração um fator determinante: higiene. Caso não conheça alguma clínica ou salão de confiança, dê preferência a indicação de alguma amiga e certifique-se que o material utilizado é descartável, para, assim, prevenir-se de doenças contagiosas, como a hepatite.

## **Pós depilação**

Após a depilação, chegou a hora de saber o que não se deve fazer e o que se pode fazer em caso de inflamação ou vermelhidão. Mesmo sendo um hábito comum das depiladoras, rejeite o talco após a retirada dos pelos. Isto porque ele obstrui os folículos e pode provocar um pelo encravado. Ao chegar em casa, tome banho novamente.

Para evitar que o pelo encrave, a melhor opção é esfoliar a pele. Recomenda-se também passar filtro solar após a depilação, já que, com a pele mais sensível, a exposição à luminosidade pode fazer com que a área depilada escoreça. Já para evitar a coceira, a dica é simples: mantenha a pele hidratada com algum produto específico, já que este incômodo é provocado pela pele seca.

É natural que, inicialmente, a pele fique vermelha após a depilação. No entanto, se a vermelhidão não desaparecer após o segundo dia, faça uma compressa com chá de camomila. Persistindo, procure um dermatologista.

A virilha foi o local mais dolorido. A pele da região é naturalmente mais sensível e, no meu caso, que tenho o pêlo grosso, precisava ter raspado com a gilete de forma mais rente. Mas sobrevivi e deu tudo certo, risos.

Na perna, a esteticista passa um gel bem geladinho antes de começar a usar o laser, para que o aparelho deslize sobre a região. A aplicação do laser aí é diferente em relação às outras áreas: enquanto, nos demais locais, ela tira e coloca o laser, nesta, ela desliza direto, do começo da perna até o final.

Eu nem posso dizer que dói: o máximo que você sente são umas formigadinhas. Totalmente suportável - e levem em conta que eu sou mega medrosa com dor.

Depois de passar o laser na frente e na parte posterior da meia perna, o resultado é esse que vocês conferem na foto abaixo. Perna lisinha, sem um fio aparente.

#### Antes da depilação: indicações

- Evitar bronzeamento 2 semanas antes do tratamento, porque o procedimento não pode ser realizado na pele bronzeada;
- Não depilar as áreas tratadas com cera de depilação ou pinças no período de 30 dias antecedentes ao tratamento. Se desejar, utilize outros métodos de depilação (lâminas de barbear, por exemplo), que não retiram o pêlo pela raiz;
- Não aplique produtos de auto-bronzeamento no período de uma semana antecedente ao tratamento;
- Não descolorir a área do tratamento no período de quinze dias antes da aplicação;
- Não utilizar maquiagem, no dia do tratamento, na região a ser tratada;
- Não utilize cosméticos que tenham Ácido Glicólico, nem Ácido Retinóico no período de três dias antes do tratamento (para o caso de usar laser no rosto);
- O tratamento é contra-indicado em pessoas que tenham se submetido ao uso oral de Roacutan, Tigasona, Neotigasona ou qualquer tratamento com

Isotretinoína nos últimos seis meses, bem como em pessoas que nos últimos seis meses tenham submetido o local a ser depilado a algum tratamento a laser com Co2, Érbio Yag ou dermoabrasão;

- Antes do procedimento, a região a ser tratada deverá estar limpa e sem pêlos. Raspar os pêlos no dia anterior do tratamento ou conforme orientação da fisioterapeuta responsável pela aplicação;
- Usar protetor solar em áreas expostas à luz do Sol (isto não significa que você precisa passar protetor para ir ao mercado, por exemplo. No inverno, o Sol é mais ameno, e você pode dispensar o uso se seu tempo de permanência exposta for curto. Já no verão, o cuidado precisa ser maior).

#### Depois da depilação a laser: recomendações

- É normal o aparecimento de efeitos secundários ocasionados pela depilação a laser, tais como: leve vermelhidão e/ou inflamação, hipopigmentação (manchas brancas), hiperpigmentação (manchas escuras) e pequenas erupções na região tratada, pelo prazo máximo de 72 horas. Isto varia de acordo com a textura do pêlo e do tom de pele;

- Raramente podem ocorrer escoriações (casquinhas na pele) que desprendem-se posteriormente, deixando a pele com hipopigmentação. Neste caso, a região levará um tempo maior para recuperar sua pigmentação normal.
- o que só ocorrerá com exposição à luz solar;
- Após o procedimento, os pelos irão crescer normalmente e, entre 15 e 20 dias, sairão facilmente de seus folículos (ou seja, ocorrerá uma queda, algo que é normal);
- A exposição ao Sol depois da aplicação só poderá ocorrer quando a pele estiver íntegra ou após 15 dias;
- Caso o paciente tenha alguma reação ao procedimento que perdure após as 72 horas, procurar a clínica.

O creme depilatório é uma alternativa prática para eliminar os pelos de forma indolor. Pode ser utilizado em pelos bem curtos e proporciona uma pele macia por até uma semana. Pernas, braços, axilas e virilha são áreas do corpo que podem ser depiladas com o produto. Também é possível fazer a depilação do

buço com o creme depilatório, mas é importante utilizar uma versão indicada especialmente para uso facial.

Antes de utilizar o creme depilatório, é importante realizar o teste de sensibilidade em uma pequena área da região a ser depilada, aplicando o produto de acordo com as instruções de uso. Se após 24 horas não surgir nenhuma reação adversa, você pode realizar a depilação com segurança.

Aplique o creme na área a ser depilada e espalhe com a espátula para cobrir totalmente os pelos. Deixe o creme agir pelo tempo recomendado no rótulo do produto, que costuma variar de 3 a 6 minutos, conforme o tipo de pele.

Em seguida, utilize a espátula para remover o creme de uma pequena área da região a ser depilada. Se os pelos saírem facilmente, remova o restante do produto com a espátula. Se não, deixe agir mais um pouco. Não ultrapasse o tempo máximo de ação de 6 minutos para peles normais, pois sua pele pode ficar machucada!

Por último, enxágue bem a pele com água, para remover o creme depilatório completamente.

### **Como fazer depilação com cera fria**

A depilação com cera fria tem a vantagem de poder ser realizada em pelos mais curtos, a partir de 1,5mm. Para quem não tem prática, ela também é mais fácil de ser utilizada. A Cera Fria vem no formato de folhas depilatórias prontas para o uso com abas EasyGrip, que ajudam no movimento perfeito de remoção dos pelos.

Antes de utilizar a cera fria, lembre-se de realizar o teste de sensibilidade com 24 horas de antecedência em uma pequena área da região a ser depilada, seguindo as instruções do rótulo do produto. Se após esse período a pele não apresentar vermelhidão, coceira ou irritação, você pode utilizar o produto com segurança.

Comece limpando a pele com água e sabonete neutro. Seque bem com uma toalha macia. Pegue uma folha dupla de Cera Fria e esfregue-a entre as mãos, para que as folhas se separem facilmente. Separe cuidadosamente as folhas pelas abas arredondadas EasyGrip. Aplique a folha sobre a pele com a aba EasyGrip voltada para o sentido do crescimento dos pelos. Passe a mão sobre a folha aplicada sobre a pele várias vezes, no mesmo sentido.

Estique bem a pele com uma mão e com a outra puxe a folha depilatória rapidamente pela aba, no sentido contrário ao crescimento dos

pelos. Quanto mais rápido você puxar a folha e paralelamente próximo da pele, mais eficaz será a sua depilação.

Repita o procedimento no restante da região, até que os pelos sejam todos removidos. Mas evite aplicar a cera mais de uma vez numa mesma área para não irritar a pele.

Depilação com cera fria é a melhor opção para mulheres sem tempo de ir às clínicas de estética ou salões de beleza, mas que querem a cútis lisinha.

Depilação com cera fria é a melhor opção para mulheres sem tempo de ir às clínicas de estética ou salões de beleza, mas que querem a cútis lisinha

antes de aplicar a cera fria sobre o papel depilatório, é importante colocar talco nas mãos. Ele impede que o produto grude enquanto é aplicado sobre a folha depilatória para aplicar a cera sobre o papel depilatório, é preciso utilizar uma espátula de madeira. Ela impede o contato da cera fria diretamente com as mãos quer saber se a quantidade de cera colocada sobre a folha depilatória está correta? Dobre o papel para depilação ao meio e veja se o produto fica retido, sem sair pelas laterais antes de puxar, é preciso friccionar o papel depilatório, que já está com a cera fria, sobre a pele. O objetivo é que o material fique um pouco mais líquido e retire os pelos por completo é preciso ficar atenta ao sentido em que o pelo nasce para retirá-lo. O certo é puxar a cera no sentido contrário. Assim, você evita a foliculite (encravamento dos pelos), além de facilitar sua remoção ao final do método, deve-se aplicar apenas o removedor de cera. O produto pode ser encontrado em perfumarias e drogarias em todo o País, sendo especialmente recomendados para o método

Compre uma cera de qualidade. Você pode até encontrar ceras depilatórias em supermercados e farmácias, mas a variedade nas perfumarias é maior.

Vale experimentar um aparelho elétrico roll-on como o DepiRoll. O aplicador roll-on permite que você espalhe uma camada uniforme sobre a pele.

Corte as tiras depilatórias em pedaços menores. Elas podem ser compradas (ou vir junto com a cera) ou feitas em casa. O melhor é ter tiras de diversos tamanhos (variando entre 2,5 e 5 cm).

Caso decida fazer suas próprias tiras, procure uma camiseta velha ou um pano de algodão. Corte em tiras como você faria com qualquer outro material.

A vantagem das tiras caseiras é que, se bem lavadas e usadas com uma cera solúvel em água, elas podem ser reaproveitadas.

Limpe a área da virilha para remover qualquer resíduo que esteja cobrindo os pelos. Esse passo é essencial para que a cera grude bem nos pelos.

Apare os pelos para que fiquem com 0,5 a 1 centímetro de comprimento.

Passe talco para bebê nas áreas a serem depiladas. O talco faz com que a cera grude nos pelos, e não na pele, o que ajuda bastante a diminuir a dor.

Caso comece a sentir mais dor, passe mais talco. Principalmente se estiver em um lugar quente.

Limpe qualquer resto de cera que ficar grudado nas suas mãos. Para tanto, ter papel toalha ou um pano por perto sempre ajuda. Para ceras solúveis em água, um pano úmido é tudo de bom.

Se preferir, você pode ainda umedecer bolas de algodão com óleo para bebê. Além de remover o excesso de cera, sua pele ficará mais suave.

Comece na região perto do umbigo e vá descendo. Passe a cera em faixas finas no sentido do crescimento dos pelos.

Com uma das mãos, estique bem a pele. Use papel-toalha para não deixar a pele escapar.

Com a outra mão, puxe a tira no sentido contrário ao crescimento dos pelos. Ao seguir essas regras você sente menos dor e consegue um resultado melhor.

Evite passar cera demais, pois assim as tiras vão acabar sem grudar nos pelos.

Coloque um espelho no meio das pernas para enxergar as partes que normalmente não ficam visíveis. Um espelho pequeno é o suficiente.

Continue a depilação até ter removido a maioria dos pelos ou até ficar satisfeita com o resultado. Devido ao fato da virilha ser uma área bastante sensível, é provável que você tenha que fazer mais do que uma sessão para depilar todos os pelos.

Os pelos de uma área vão sair mais facilmente do que de outra. Isso acontece porque a espessura dos pelos varia dependendo da região. Pode ser

necessário interromper a depilação caso a área fique irritada demais e recomeçar apenas quando a pele não estiver mais tão vermelha.

Ao invés de passar a cera várias vezes no mesmo lugar, use uma pinça para arrancar os pelinhos mais teimosos.

Lave a área. Você pode ficar com restos de cera um pouco mais difíceis de remover.

Use água morna e uma loção calmante.

A vermelhidão é normal e vai passar.

## **Depilação Egípcia**

A depilação egípcia é um procedimento de remoção de pelo mais natural, já que utiliza apenas fios para remover os pelos pela raiz. Para que a raiz do pelo seja removida completamente, é preciso usar uma linha de 100% algodão.

O procedimento pode ser executado tanto pela própria pessoa, ou por uma terceira, e tudo vai depender da capacidade e da habilidade de cada um em lidar com os fios.

Para realizar a depilação egípcia é preciso amarrar as duas pontas de um fio até que se forme um círculo e enrolar. A parte enrolada forma uma espécie de tesoura que vai removendo os pelos por completo.

A grande vantagem da depilação egípcia é o fato de ser natural e também de não danificar tanto a pele, por isso é extremamente indicada para as pessoas com peles sensíveis.

Além disso, ela apresenta um resultado maior com até 30 dias e, a cada depilação, os pelos vão ficando mais finos.

Um outro ponto bastante positivo é que esse procedimento consegue remover até mesmo penugem, por isso pode ser aplicado para depilar o rosto por inteiro.

O fato de não criar rugas, não gerar flacidez, não cortar e não queimar a pele também é vantajoso. Ou seja, com essa depilação mais natural não há reações alérgicas ou qualquer irritação após a depilação.

Algumas pessoas sentem mais dor com esse tipo de depilação. Mas isso é algo bem pessoal e variável. Outra desvantagem é que esse processo é focado para o rosto, incluindo sobrancelhas, buço, bochechas, maçãs do rosto, testa e queixo. Ou seja, não é muito aplicado em outras partes do corpo.

Irá precisar

1 espelho

Linha branca 100% algodão

Tesoura

Creme pós depilação

Talco

Primeiro passo - preparar a linha

Medir a linha com 20 a 40 cm, unir as pontas dando de 2 a 3 nós. Forme um retângulo colocando três dedos de cada lado. Torça a linha cruzando ao meio de 5 a 10 vezes para formar um 8.

Segundo passo - fazer a depilação

Coloque a parte da linha torcida sobre a região do rosto que quer remover o pelo. Movimente a linha como se ela fosse uma tesoura abrindo e fechando os dedos. Vá removendo todos os pelos.

A técnica exige, como em qualquer outra prática, treino e tempo de experiência para se ir se aperfeiçoando e melhorando cada vez mais.

Antes da depilação, você pode passar o talco para que os pelos se destaquem e isso facilita a depilação.

Durante a depilação, você deve esticar a pele para que os pelos fiquem mais fáceis de serem removidos.

Depois da depilação, você pode passar um creme pós-depilatório para evitar qualquer vermelhidão e dar refrescância para pele. Invista nos cremes com aloe vera ou, melhor ainda, no próprio gel da babosa.

Não deixe os pelos crescerem muito antes de fazer a depilação

Evite se depilar quando estiver menstruada

Faça sempre a depilação com a pele limpa, usando antes uma água micelar por exemplo.

Depile na posição oposta ao crescimento do pelo

Treine bastante pois é uma técnica que precisa de agilidade e posicionamento correto da linha

Se for fazer em uma outra pessoa, use sempre luvas

### **Depilação com lâmina**

A depilação com lâmina é muito popular devido à sua praticidade e rapidez em relação à outros métodos de remoção de pelos. Porém, para tirar o melhor proveito dessa depilação e usar o método de forma segura, é importante seguir algumas dicas e cuidados.

E a atenção já começa antes mesmo da depilação em si, no mercado ou na farmácia – onde você for adquirir a sua lâmina para depilação. Ao escolher o aparelho, especialistas recomendam os de lâmina descartável. É preferível ainda optar pelas lâminas que contém uma linha lubrificante para facilitar a depilação.

Depois de escolher seu aparelho para fazer a depilação com lâmina, siga o passo-a-passo para remover os pelos sem complicações e com segurança:

Passo 1: Faça uma esfoliação leve na pele onde você fará a depilação. Prefira um esfoliante com propriedades hidratantes. Você pode usar um esfoliante pronto ou fazer o seu próprio esfoliante caseiro.

Passo 2 : Após a esfoliação, o ideal é hidratar a pele. Você pode usar uma loção oil-free se sua pele for oleosa, ou um creme ou óleo hidratante se ela for seca. Esse passo é importante para evitar lesões e cortes na pele.

Passo 3 : Escolha um produto para facilitar o processo de depilação. Entre os sugeridos pelos especialistas estão creme, gel ou até mesmo espuma do sabonete. O importante é não fazer a depilação com a pele seca.

Cuidados que você deve tomar

Recomenda-se utilizar água morna na hora da depilação, pois isso facilita a remoção dos pelos. Isto acontece porque a temperatura um pouco mais alta da água dilata os poros.

Ao passar a lâmina, remova os pelos na direção contrária ao seu nascimento para garantir que eles sejam cortados rente à raiz.

Na hora de depilar áreas mais sensíveis e regiões com mucosas, como a virilha, é importante redobrar o cuidado.

Se acontecer um acidente e você se cortar com a lâmina, passe um adstringente na região para parar o sangramento. Se for um corte mais grave, procure ajuda médica.

Quanto ao armazenamento das lâminas e do aparelho, ele deve ser feito em local seco e arejado. Nunca deixe-os no banheiro, muito menos no box, porque a umidade pode favorecer o surgimento de fungos e bactérias.

### **Sala de Depilação**

Fazer uma lista de todos os itens necessários

O primeiro passo de como montar uma sala de depilação é fazer uma lista de todos os itens necessários para o início das atividades. Feita essa lista, é preciso enviá-la para pelo menos 3 empresas especializadas no ramo de equipamentos e produtos de estética e solicitar um orçamento.

Os principais itens necessários são:

É necessário verificar o nível de resistência da maca, tamanho e conforto que ela oferece aos clientes. Uma dica é pesquisar no Google quais são as melhores macas disponíveis no mercado;

Esse equipamento serve para aquecer a cera;

Folhas plásticas para higienização da termocera;

Ceras;

Cadeira;

Telefone;

Notebook (pode ser o pessoal). Ele servirá para cuidar da parte administrativa e de divulgação do negócio;

Produtos para limpeza da pele;

Carrinho de produtos. Ele facilita para que você sempre fique perto da maca durante o atendimento e não perca tempo circulando pela sala;

Cremes hidratantes ou que aliviam a sensação de ardência na pele após a depilação;

Toalhas (que diariamente deverão ser higienizadas);

Espelhos;

Armário médio com gavetas;

Suportes para papel toalha, sabonete e álcool gel;

Luvas descartáveis.

Depois de definir todos os itens necessários, o próximo passo de como montar uma sala de depilação é pesquisar um local interessante, ou seja, que seja favorável ao fluxo de potenciais clientes, de fácil acesso e que seja seguro. Verifique quais regiões da sua cidade ou bairro possuem salas menores que possam oferecer a segurança para trabalhar com privacidade e ao mesmo tempo facilmente conhecida pelos clientes.

Definidos os melhores locais conforme a região, segurança e fácil acesso, é preciso analisar se a área interna desse local atende suas necessidades com relação a espaço, presença de banheiro, conservação elétrica, hidráulica etc. Um diferencial muito importante é a existência de ar condicionado, já que este é um item fundamental para a sala de depilação. A presença de janelas também é um diferencial, já que a sala precisa ser arejada.

Depois de obtidas as autorizações e feito o contrato de compra ou locação, você poderá contratar um arquiteto iniciante para fazer um projeto simples (com valores acessíveis) para sua sala de depilação. O projeto deixará o ambiente com uma estética mais agradável, confortável e receptivo aos clientes (o que fará toda diferença para que eles voltem sempre).

Depois do espaço pronto, o próximo passo de como montar uma sala de depilação é colocar todos os itens para o início das atividades. Vale ressaltar que o ambiente precisa estar sempre bem higienizado e com um aroma agradável e relaxante.

Utilize todo potencial do Facebook e Instagram para divulgação do negócio, publicando fotos bem elaboradas, pequenos textos e utilizando hashtags (#) que tenham relação com o negócio. Essas postagens devem ser feitas no mínimo 2 vezes por semana;

Divulgue seu espaço nos grupos de WhatsApp, entre amigos, familiares, ex-colegas de trabalho etc.;

Faça parcerias com outros profissionais que também atuam no ramo de estética, tais como maquiadores, cabeleireiros etc. Eles poderão indicar seu trabalho assim como você poderá indicá-los aos seus clientes;

Outra dica de como montar uma sala de depilação e divulgar o negócio é criar um nome interessante, desenvolver uma logo e fortalecer cada vez mais a marca, transformando-a numa das principais referências na cidade que você atua.

A busca por beleza e saúde está cada vez mais constante entre homens e mulheres, sendo perceptível o grande crescimento do mercado nessa área. Dessa forma, cabe ao profissional do setor o aperfeiçoamento e o aprimoramento de suas técnicas.

**Cera quente:** É o tipo de cera mais utilizado no mundo inteiro. Ela é a mais indicada para as menores áreas do corpo e onde os pelos são mais grossos e fortes (como nas axilas e na virilha). A cera quente causa um efeito mais positivo por conseguir dilatar os poros da pele, por causa do calor, o que deixa o processo de retirada de pelos mais fácil e prático, além de que a dor é inibida;

**Cera fria:** A cera fria é recomendada para quem tem hipersensibilidade ao calor, ou quem possui varizes (já que ela não provoca a dilatação dos vasos sanguíneos). É o tipo de cera recomendado para quem irá fazer viagens, pois é fácil de armazenar e transportar. A cera fria tem ação benéfica na retirada dos pelos mais fracos (como os dos braços e das costas) e das regiões mais extensas do corpo.

**Primeiro passo:** Você precisa aquecer a cera com o auxílio da termocera. Quando ela estiver no estado quase líquido, é necessário testar a sua textura adicionando umas gotas em cima do papel. Caso esteja na textura correta você precisa aplicar um pouco da cera na região que será depilada. De primeira escolha uma área pequena para que teste se a temperatura e a textura da cera estão corretas;

Segundo passo: Caso o ponto esteja correto e a temperatura esteja agradável para utilização, aplique a cera na região do corpo que será depilada utilizando uma espátula ou o roll-on. É importante aplicar a cera na direção onde os pelos crescem;

Terceiro passo: Em cima da cera aplique uma folha e puxe no sentido oposto do crescimento dos pelos, de forma rápida e o mais próximo e paralelo da pele que puder. Caso os pelos não tenham sido todos removidos você pode aplicar novamente a cera e repetir todo o processo ou retirar os pelos restantes com uma pinça.

Primeiro passo: A primeira coisa que você precisa fazer é aquecer a cera singelamente, esfregando suas folhas entre suas mãos ou por cima da perna. Um período de 10 a 15 segundos é suficiente para aquecê-las e separá-las em seguida;

Segundo passo: Após a separação, aplique as folhas nas áreas que serão depiladas. É muito importante que a aplicação da folha da cera seja feita na direção do crescimento dos pelos. No caso da região ter pelos crescendo de ambos os sentidos, coloque a folha a primeira vez de cima para baixo e depois de baixo para cima. É possível reutilizar a folha até que ela perca totalmente a aderência;

Terceiro passo: A parte de remoção da folha é muito importante! Você precisa puxá-la de forma rápida no sentido oposto do crescimento do pelo. Quanto mais paralelamente e próximo da pele, melhor.

Obs.: Caso não tenham sido removidos todos os pelos, você poderá repetir o processo com uma nova folha de cera, ou se preferir, retirar o que restou com o auxílio de uma pinça. Esse tipo de cera só pode ser utilizada quando os pelos estiverem mais longos. Se ela for mal aplicada ela pode não ser eficiente na retirada dos pelos desde a raiz, partindo-os.

### Cera de mel

Essa é a cera mais utilizada. Como ela tem ativos naturais pode ser aplicada em qualquer tipo de pele. Essa cera, porém, não é a mais recomendada, visto que ela açucara muito rápido e gruda muito na pele deixando resíduos. Se for utilizá-la é preciso ser muito rápido.

### Cera de chocolate e mel

Ela também é indicada para todos os tipos de pele. Como tem propriedade anti-inflamatória, essa cera causa menos dor e ainda hidrata a pele assim que

o pelo é arrancado. Ela é mais recomendada para ser utilizada em áreas como braços, costas e pernas. É mais cara que as outras ceras.

#### Cera azuleno

A cera mais recomendada para quem tem pele sensível e delicada. Ela possui efeito calmante e suavizante.

#### Cera negra

É a cera que mais tem elasticidade, por isso dificilmente quebra quando é puxada. É mais recomendada para pessoas que possuem pelo mais grosso. É mais utilizada na depilação de homens.

#### Cera de algas

É a melhor cera para depilação em regiões mais sensíveis como buço e virilha. Ela tem efeito refrescante e anestésico.

#### Cera de canela e óleo de amêndoas doces

Também é uma cera indicada para quem tem pelos mais grossos e tem ótima elasticidade.

#### Cera de rosas

Essa cera tem o princípio ativo de rosa mosqueta. Ela agride menos a pele do que as outras ceras. Utilizando essa cera não é necessário retirar os resíduos depois, porque ela não “meleca” tanto quanto as outras.

Uma coisa que você precisa ficar ciente é que a depilação com cera dói! Por isso é necessário fazer algumas coisas que inibam essa dor e ajudem antes, durante e depois do processo da depilação. Algo que é recomendado por profissionais é a utilização de talco em pó em cima da pele antes de colocar a cera. Isso ajudará a inibir a dor e vai reduzir a aderência da cera na pele.

Depois de fazer a depilação com cera é importante passar um pouco de óleo de bebê para ajudar a remover os resíduos que ficaram da cera. Depois do óleo lave a região e finalize massageando com um creme hidratante.

Após a depilação é comum que a pele fique irritada e vermelha, por isso é importante continuar utilizando o hidratante e em muitas vezes uma compressa de água fria para aliviar.