

Como cuidar dos cabelos crespos no verão.

How to care for curly hair in summer.

Prof. Dr. Valcinir Bedin

Faculdades BWS

Sociedade Brasileira do Cabelo – SBC

Brasil



Quando falamos sobre cabelos crespos, precisamos antes lembrar como se dá a forma dos fios naturalmente.

Antes de tudo convém lembrar que o formato dos fios é uma característica hereditária e genética, isto é, recebemos a informação para ter cabelos desta ou daquela maneira dos nossos antepassados. E, como tudo na genética, isso se dá ao acaso, podendo ter mais uma inclinação para o tipo de cabelos do pai ou dos parentes dele, ou da mãe e dos parentes dela.

O que faz a forma dos fios serem lisos, cacheados ou crespos é a distribuição da queratina, proteína formada por aminoácidos, vitaminas e sais minerais, que dão a curvatura dos fios. A queratina é encontrada também na pele, sendo produzida por uma célula chamada queratinócito. Ela é responsável pela qualidade de resistência da pele e impede que a água que está dentro da pele saia e evapore facilmente.

Mas, como dizíamos, a distribuição da queratina é que dá a forma aos fios. Se ela for distribuída equilibradamente, o fio vai ser grosso e liso, como nos asiáticos. Quando esta distribuição é mais de um lado que do outro o fio fica cacheado, e finalmente, quando a queratina se localiza quase que totalmente de um lado e nada do outro, o fio ganha uma curvatura maior, ficando crespo, o que é mais comum na raça negra.

Outra estrutura importante tanto para a pele quanto para os cabelos é o manto hidro lipídico. Poucas vezes facilmente visível ele é composto pelos produtos da glândula sudorípara, o suor, e o produto da glândula sebácea, o sebo. O nome tenta resumir a composição deste que é considerado um cosmético natural do

corpo. A parte hidro, significa água e a parte lipídico diz respeito aos ácidos graxos, os lipídeos, a gordura, da glândula sebácea. Lembrando que estas glândulas ficam na pele e no couro cabeludo.

A mistura destes dois elementos faz sobre a pele e os cabelos um filme protetor, que, por conta da sua composição, faz com que a perda de água seja diminuída funcionando, desta forma, como um hidratante, além de ser um umectante para os fios.

Levando em consideração o que foi dito anteriormente fica fácil de entender que os cabelos lisos têm mais uso deste manto hidro lipídico do que os cacheados e mais ainda do que os crespos, que, devido a sua curvatura, tem mais dificuldade de espalhar o produto natural homogeneamente!

Por isso, mesmo pessoas que tem a pele oleosa, mas cabelos crespos vão experimentar fios mais ressecados, especialmente no verão.

A frequência de lavagem dos cabelos deve ser dia sim, dia não, independente do tipo de cabelos que se tenha. A temperatura ideal da água deve ficar ao redor dos 24 °C (fria!). Isso tudo para que não se retire o manto hidro lipídico dos fios com a temperatura mais alta. Claro, sempre com produtos de boa qualidade, de origem conhecida e adequados ao tipo de cabelos.

Mas como devolver aos fios aquela necessidade de hidratação e umectação que já estão diminuídas pelo formato em curvatura! Aí entram as máscaras e os banhos de óleo, especialmente os óleos vegetais como os de argan, abacate, etc. Não devemos usar máscaras de queratina, uma vez que não queremos que os fios fiquem mais endurecidos.

Outra recomendação é evitar o uso de shampoo anti-resíduos, pois estes produtos são especiais para retirar mais profundamente o manto hidro lipídico, deixando os fios ainda mais ressecados.

Por último vale lembrar que a boa hidratação se dá também por dentro. Tomar dois litros de água por dia tem que ser um hábito adquirido não só para o verão, mas para todas as estações. Não esqueça que um corpo saudável vai ter um cabelo saudável também!