

2 revistas por apenas  
R\$ 2,99

a semana em

# Anamaria

anamaria.uol.com.br

*O cabelo fica lindo!*

## ÓLEO DE PEQUI

- ✓ TIRA O FRIZZ
- ✓ DÁ BRILHO E MACIEZ

## Com quem vou deixar o bebê?

Pontos pra pensar antes do fim da licença-maternidade

## PLANTAS DENTRO DE CASA

Espécies lindas e fáceis de cuidar

## "ELE QUE COMEÇOU, MÃE!"

O que fazer quando seus filhos vivem brigando

ARTESANATO  
Transforme a louça do dia a dia em peças exclusivas



*Líliá Cabral*

"Luto pelas coisas que quero com elegância!"

**7 SUCOS  
7 DETOX  
QUE SECAM  
6 KG em  
1 mês**



## O CERTO E ERRADO DA CALÇA COLORIDA

Ela alegra o visual e está na moda

## Cardápio anticâncer

Os superalimentos que previnem – e os "perigos" que devem sumir do seu prato

## NOVIDADES NA TV



Tudo sobre a novela turca *Sila, Prisioneira do Amor*

*E mais* Crônica da Xênia: o que esperar da nova fase de *Velho Chico*

# 6 razões para usar óleo

Ele controla o frizz, acaba com o arrepiado, potencializa o brilho, deixa os fios com mais movimento... **Júlia Arbex**

**C**aracterístico do cerrado brasileiro, pequi é um fruto bastante utilizado na culinária goiana e no norte de Minas Gerais, principalmente como óleo de cozinha e na preparação de pratos e bebidas. Amarelo e com cheiro, possui sabor forte e propriedades que favorecem nossa saúde. “Dele pode ser extraído um óleo que tem efeito anti-inflamatório e auxilia na prevenção de doenças cardiovas-

culares”, explica a dermatologista Natália Cymrot. De acordo com o dermatologista da Sociedade Brasileira de Dermatologia **Claudio Wulkan**, o pequi também é um belo antioxidante, prevenindo o aparecimento de doenças e o envelhecimento precoce. Que fruta mágica, hein? Pois além desses benefícios, os profissionais garantem que ela ainda faz um bem danado para o cabelo. Saiba por quê!

## As vantagens do fruto do cerrado

- 1 “Rico em vitaminas A e E e antioxidantes, ele deixa os fios hidratados e sem frizz”, diz Natália.
- 2 **Claudio** explica que, por possuir ácidos graxos, como o ácido palmítico, o óleo de pequi agiliza e potencializa o resultado do condicionador. “Os fios ficam ainda mais maleáveis depois de usá-lo.”
- 3 Natália também garante que seu uso regenera a fibra capilar. “O cabelo fica mais brilhante e gostoso de tocar.” Maravilha, ainda mais tratando-se de um produto natural, sem químicas para o cabelo.
- 4 De acordo com a dermatologista, o óleo do fruto forma uma película que protege o fio das agressões externas como sol, frio e vento.
- 5 “O óleo de pequi é uma alternativa interessante para as mulheres que têm cabelo cacheado ou crespo e querem diminuir o volume, pois domam os fios.”
- 6 O óleo é perfeito para quem possui cabelo seco. Seus fios são mais oleosos? Melhor fazer um teste antes de colocar o produto na rotina porque, dependendo do caso, pode ativar ainda mais a oleosidade.



100% puro e natural para fazer receitas caseiras: óleo de pequi, Mundo dos Óleos, R\$ 25,90



Ideal usar antes de fazer chapinha ou secar o cabelo. Deixa os fios mais macios e brilhantes. Óleos do Brasil, da Mutari, R\$ 89



Com óleo de pequi na fórmula, a máscara hidrata profundamente os cabelos secos, ressecados e sem vida. EveryDay Óleos do Brasil, da Mutari, R\$ 26

Sem frizz, o cabelo fica mais sedoso

# de pequi no seu cabelo



## 3 maneiras de usar pequi

Você pode comprar cosméticos prontos que possuem o óleo na solução ou, então, o produto 100% puro – em lojas naturais e em farmácias de manipulação – e fazer o tratamento em casa. Confira algumas receitas e adote a técnica você também:

### TRATAMENTO NOTURNO

De acordo com a dermatologista, você pode aplicar o óleo de pequi no cabelo seco ou úmido, uma hora antes de lavá-lo – ou, se preferir, na hora de ir dormir. Aí é só deixar para lavar na manhã seguinte. Os fios ficarão supermacios.

### CONDICIONADOR TURBINADO

- ✓ Misture dez gotas do óleo com uma colher (sopa) do seu condicionador.
- ✓ Depois de passar o xampu, aplique a solução no cabelo molhado.
- ✓ Massageie mecha por mecha por cerca de cinco minutos.
- ✓ Feito isso, enxágue e passe o condicionador sem o óleo normalmente.

### MÁSCARA CASEIRA

- ✓ Misture uma colher (sopa) do óleo com duas colheres (sopa) do seu creme de hidratação.
- ✓ Aplique a solução mecha por mecha, no cabelo seco ou úmido, massageando bem.
- ✓ Deixe descansar por 30 minutos para fazer o efeito.
- ✓ Por fim, enxágue e passe condicionador normalmente.

## Quando devo usá-lo?

Os profissionais acreditam que passar de duas a três vezes por semana, em dias alternados, dá o resultado esperado, especialmente se seus fios estiverem secos ou danificados. “Caso o cabelo seja oleoso, o ideal é aplicar o produto quinzenal ou até mesmo mensalmente”, recomenda Natália.