

Exercícios Complementares

Cabeleireiro Profissional Cortes e Penteados

Osmar Gomes Pinho



**editora
VIENA**

1ª Edição
Bauru/SP
Editora Viena
2017

Capítulo 1

1. De que material eram feitos os primeiros utensílios de cabeleireiro?
 - a) **Osso e pedra;**
 - b) Ferro;
 - c) Aço;
 - d) Nenhum acima;

2. Cite algumas dicas para quem acabou de se formar.
 - * Inicie a sua própria carteira de cliente.
 - * Comece cortando o cabelo dos parentes e amigos.
 - * Pratique em casa, essa é a melhor maneira de adquirir confiança.
 - * No início nunca corte demais o cabelo, vá cortando aos poucos para que consiga respeitar o gosto do cliente quanto ao comprimento.
 - * Assim que conseguir clientes, eles mesmo farão propaganda boca a boca.
 - * Nunca, jamais, pare de se especializar.

3. Marque com V(verdadeiro) e F (falso).
 - (F) Encante cliente. Além de atingir as expectativas do cliente, você não deve ser único e coerente. Não se preocupe, não precisa ser considerado caro, deve sempre ter algum mimo para seus clientes. Preste atenção nos detalhes. Seja único, consistente e verdadeiro consigo e com o salão.
 - (F) Liderança é fundamental. O principal erro do salão é a falta de liderança e responsabilidade. Deveres precisam ser cumpridos por cada um dos clientes. Não se esqueça que colaboradores também tem que seguir algumas ordens, como, por exemplo, comparecer na hora marcada.
 - (V) Forme a melhor equipe. Como empregado, colaborador ou freelancer, todos devem estar com a autoestima alta, caso contrário, contaminarão o ambiente. Isso inclui até mesmo o dono do estabelecimento. Faça reuniões para que todos estejam interagidos e unidos.
 - (V) Controle o estresse. O trabalho no salão pode ser estressante, mas nunca deixe de ser profissional. Não misture seus assuntos particulares com os assuntos do cliente. Não demonstre sentimentos perante a um cliente que chega atrasado ou adiantado.
 - (F) Faça sempre o marketing de seu salão, cursos de especialização, produtos novos. Misture sua rede social com a do trabalho, mas se souber usá-la, pode ser um bom canal de divulgação. Um bom portfólio também ajuda. Faça um cartão de visita bem elaborado.

Capítulo 2

1. Quais são os tipos mais comuns de cortes masculinos?

- * Social;
- * Militar;
- * Moicano;
- * Asa Delta;
- * Rock Billy;
- * Executivo;
- * Tigelinha ou Surfista;
- * Cascão (personagem do Maurício de Souza);
- * Raspado;
- * Under Cut ou Lenhador;
- * Top Knot ou Coque Samurai;
- * Superman;
- * Cristiano Ronaldo;
- * Razer Part;

2. Para o rosto quadrado, como a testa é grande e a linha do cabelo é reta, o ideal é marcar os ângulos do maxilar e das têmporas. Prefira cortes repicados e desconectados, pois suavizam a expressão, penteados com volume e cachos também ficam muito bem. Em contrapartida cabelos muito lisos e chapados não combinam com esse tipo de rosto.

• Relacione

1. Cortes curtos	(2) Precisa ficar na altura do pescoço, com pontas desfiadas em direção ao rosto.
2. Cortes médios	(4) Precisa ser desfiada, podendo ser curta ou longa.
3. Cortes longos	(1) Precisa ter volume no topo da cabeça.
4. Franja	(3) Os fios têm que ser irregulares, bastante repicados.

3. Quando foi criado o Chanel?

Esse estilo de cabelo foi criado em 1918 quando ela com pressa queimou as pontas com um secador, e apressada para um compromisso resolveu cortar curto, deixando a nuca à mostra. Sem querer lançou um clássico da época, que é um cabelo muito pedido até hoje nos salões.

4. Qual é a diferença entre Repicado e Picotado?

- * Perfilado: É um cabelo repicado frontal acompanhando o contorno do rosto, emoldurando-o. Pode ser utilizado por quem tem cabelo liso ou levemente ondulado, mas para que o corte fique em evidência é necessário escovar os cabelos.
- * Picotado: Como o próprio nome diz, o cabelo é picotado nas partes com a tesoura comum ou dentada.

Capítulo 3

1. Quai são as tesouras com fios mais indiacadas.

- * Loser: Microsserrilhadas nas lâminas em apenas uma parte.
- * Fio Navalha: Ela desliza mais, por isso é ótima para estilizar cabelos repicados.
- * Dentada: Usa-se para desbastar, retirar volume dos cabelos e para finalizar o corte.

2. Veja a seguir uma listagem dos equipamentos e acessórios básicos necessários para montar um salão:

- I. Pentes.
- II. Escovas.
- III. Som ambiente.
- IV. Toalhas.

. Selecione a(s) alternativa(s) correta(s)

- a) I, II e III.
- b) II, III e IV.
- c) **I, II e IV.**
- d) Apenas I.

3. Se eu possuo cabelos finos e cacheados, qual é a escova mais indicada para pentear?

- a) **Cerdas naturais ou animal.**
- b) Cerdas de náilon.
- c) Cerdas de ferro.
- d) Todas estão corretas.

Capítulo 4

1. Cite as fases do ciclo poloso e explique-as.
 - * Anágena: Fase de crescimento, que dura de quatro a seis anos. As células se dividem e queratinizam-se, os pelos ficam fixos dentro do seu folículo e se nutrem de sangue enquanto crescem.
 - * Catágena: Fase de repouso, onde o crescimento já terminou. O pelo morre mas continua no folículo de três a quatro semanas.
 - * Telógena: Essa fase acontece de dois a três meses após a catágena. O pelo antigo cai e o ciclo recomeça.

2. Nesse tipo de cabelo a produção de oleosidade das glândulas sebáceas é suficiente, o cabelo é brilhante, macio, desembaraçam com facilidade, são maleáveis e as cutículas são fechadas.
 - a) **Normais.**
 - b) Mistos.
 - c) Secos.
 - d) Oleosos.

3. Marque com V(verdadeiro) e F (falso).
 - (F) O cabelo crespo tem um aspecto ressecado dos fios, pela ondulação que repele a sujeira . Hidrate com máscara de boa procedência pelo menos uma vez por semana e em seguida passe um condicionador.
 - (V) O leave-in ajuda muito para manter os cachos (usados após lavar).
 - (V) Hoje no mercado existem xampus que prometem lavar a seco, isso é desaconselhável para cabelos crespos, pois eles têm uma substância a base de talco que fará o cabelo ficar muito seco.
 - (F) Evite usar chapinha fria demais, pois a falta de calor danifica ainda mais.
 - (V) Se quiser fazer uma progressiva tente usar as sem formol. Existem muitos produtos a base de formol com concentração acima do permitido, e na segunda ou terceira vez que a cliente faz o cabelo começa a quebrar. Sem contar o risco de saúde tanto para a cliente quanto para o profissional.

Capítulo 5

1. A cor do cabelo é definida pela melanina, que é um pigmento encontrado no córtex, ocasionalmente na medula, mas nunca na cutícula. A melanina é apresentada de três formas. Quais são elas?

- * Feomelanina: Pigmento amarelo, concentrado nos cabelos louros.
- * Eumelanina: Pigmento azul, presentes nos cabelos castanhos e pretos.
- * Tricosiderina: Pigmento vermelho, presente nos cabelos ruivos.

2. O que é a pré-pigmentação?

Essa técnica é usada para repor os pigmentos, sempre que for fazer uma coloração que o cabelo estiver muito seco ou poroso. Ou também para fazer uma coloração mais escura do que a atual, isso faz com que os pigmentos vermelhos ou alaranjados que faltam no cabelo sejam preenchidos.

3. Essa técnica é usada para quem tem excesso de mechas e quer escurecer um pouco o cabelo.

- a) Clareamento.
- b) Fitagem.
- c) Selagem.
- d) **Repigmentar.**

Capítulo 6

1. Quais são os tipos de coque mais conhecidos?

- * Coque clássico: É mais arrumado, no alto da cabeça ou baixo na nuca.
- * Coque bailarina: Que prende os fios em um rabo de cavalo.
- * Coque clássico com trança: É um coque tradicional feito com uma trança.
- * Coque banana: É um coque clássico que esconde as pontas dos fios.
- * Coque despojado: É coque sem acessórios e pode ter partes soltas.

2. Quais são os penteados mais indicados para madrinhas?

Para quem vai usar um vestido tomara que caia escolha um penteado solto ou semipreso, como uma trança romana, ou trançado lateral são ótimas opções. O cabelo deixa de ser uma distância entre dois pontos, ombro e costa.

3. Quais são os cuidados necessários para cabelos de senhoras?

- * Lave bem e não passe condicionador, não seque muito.
- * Vá fazendo escova com mousse ou gel, ou até passando spray enquanto faz a escova.
- * Enrole bobes pequenos, sempre na direção que a cliente quer o cabelo. Espere esfriar.
- * Solte os bobes e se preciso for, passe mais spray na raiz e desfie o máximo que puder, porque senão o cabelo não fica firme para poder trabalhar.

Capítulo 7

1. Na hora de escolher a melhor escova, devemos analisar a espessura dos fios e se são lisos, ondulados ou crespos. Cite algumas dicas para escolher a escova certa.

- * Quanto mais grosso forem os fios, maior deverá ser o diâmetro da escova e os espaçamentos entre as cerdas.
- * Para dar volume prefira escovas redondas.
- * Cerdas naturais distribuem a oleosidade própria dos cabelos.
- * Após usar a escova retire os fios de cabelo que ficarem presos a ela.
- * Lave as escovas com xampu e água a cada dois dias. Passe álcool e deixe secar ao sol.

2. Ideal para modelar cachos, dando um efeito babyliiss.

- a) Escova com diâmetro curto.
- b) Escovas com diâmetro menor.**
- c) Escova com diâmetro curto.
- d) Escovas com diâmetro grosso.

3. Descreva os passos da escova lisa.

1. Com o cabelo úmido passe um ativador térmico.
2. Desembarace bem passando o pente.
3. Divida o cabelo em quatro partes, trace uma linha no meio da cabeça.
4. Modele a parte posterior em mechas de 3 cm com uma escova média e secador na temperatura alta. Modele o fio até as pontas.
5. Passe um ativador térmico e modele as pontas com uma escova.
6. Se o cabelo for fino e ralo, passe um pouco de mousse ou gel para dar volume, movimento e evitar o frizz.