



www.adinoel.com

Cómo disimular las entradas y la caída del pelo

**TEXTO – TAREFA DO ALUNO: COPIAR TEXTO
(COPIEM O TEXTO ABAIXO)**

Las entradas no tienen por qué implicar una calvicie, pero suelen ser la primera señal de alarma de la caída del pelo. Así que si te preocupan, lo primero que deberías hacer es visitar a un dermatólogo tricólogo para que valore el estado de tu cabello y pueda tomar medidas para tratarlo. Aunque evitar la caída del pelo es difícil, existen tratamientos que ayudan a ralentizar la alopecia androgénica (calvicie común) que es la más habitual entre los hombres. Después, si lo que quieres es disimular esas entradas o la pérdida de densidad (otro síntoma de la caída del pelo) en zonas como la coronilla, puedes recurrir a determinados cortes de pelo y a algún otro truco.

TEXTO – TAREFA DO ALUNO: MARCAR PALAVRAS

Esta tarefa deve ser realizada antes da leitura e tradução do texto. Vocês devem olhar para o texto e marcar todas as palavras iguais e parecidas com as palavras da língua portuguesa.

TEXTO – TAREFA DO ALUNO: LEITURA E TRADUÇÃO

Cómo disimular las entradas y la caída del pelo

Las entradas no tienen por qué implicar una calvicie, pero suelen ser la primera señal de alarma de la caída del pelo. Así que si te preocupan, lo primero que deberías hacer es visitar a un dermatólogo tricólogo para que valore el estado de tu cabello y pueda tomar medidas para tratarlo. Aunque evitar la caída del pelo es difícil, existen tratamientos que ayudan a ralentizar la alopecia androgénica (calvicie común) que es la más habitual entre los hombres. Después, si lo que quieres es disimular esas entradas o la pérdida de densidad (otro síntoma de la caída del pelo) en zonas como la coronilla, puedes recurrir a determinados cortes de pelo y a algún otro truco.

Cortes de pelo para disimular las entradas

El estilista Eduardo Sánchez, director de Maison Eduardo Sánchez, lo tiene claro «siempre que el cabello empieza a escasear, sea en la parte de la cabeza que sea, hay que optar por un pelo corto, de 2 a 3 centímetros. Se puede jugar con unos laterales y nuca más cortos y el frontal más largo, pero siempre hay que buscar un equilibrio». El estilista añade «hay que evitar dejarlo largo, por ejemplo, si se quiere disimular



www.adinoel.com

la pérdida de cabello en la coronilla, porque el pelo largo pesa más, entonces se abre más y, en las zonas de poca densidad, la pérdida se hace más evidente».

Además del cabello muy corto, Luciano Cañete, cofundador de los salones Corta Cabeza, aconseja para los hombres más modernos «un mullet o morrison, porque son cortes de pelo que encajan con ese look rebelde de quienes lo llevaban antes largo y se siguen aferrando, pudiendo lucir un corte corto, pero muy crecido y desordenado, con una largura de entre 5 y 8 cm en la parte superior y direccionado hacia adelante, para que de esa forma las entradas quedaran totalmente disimuladas».

Para los hombres más clásicos, Luciano Cañete aconseja «un cabello ligeramente más corto de atrás y de los lados con la zona superior más larga». El estilista de Corta Cabeza aconseja elegir «peinados informales y despeinados, de una forma estudiada, ayudándonos con una pequeña cantidad de cera. Si lo peinamos demasiado, dejaríamos ver las entradas». El experto apunta a que los hombres con el pelo rizado «lo tienen más fácil. Su textura es una buena aliada para tapar las entradas. Sea cual sea el corte de pelo, si dejas reposar unos rizos sobre las entradas, estas desaparecerán como por arte de magia».

Fonte: https://www.abc.es/summum/estilo/belleza/abci-como-disimular-entradas-y-caida-pelo-202103021252_noticia.html (adaptado)

TEXTO – TAREFA DO ALUNO: MONTAR VOCABULÁRIO

Na tarefa de montar vocabulário, os alunos deverão levar para o caderno todas as palavras que não conseguiram entender no momento da leitura e tradução. A seguir, procurem o significado dessas palavras no dicionário.

TEXTO – TRADUÇÃO LIVRE

Cómo disimular las entradas y la caída del pelo

Como dissimular as entradas e a queda de cabelo

Las entradas no tienen por qué implicar una calvicie, pero suelen ser la primera señal de alarma de la caída del pelo. Así que si te preocupan, lo primero que deberías hacer es visitar a un dermatólogo tricólogo para que valore el estado de tu cabello y pueda tomar medidas para tratarlo. Aunque evitar la caída del pelo es difícil, existen tratamientos que ayudan a ralentizar la alopecia androgénica (calvicie común) que es la más habitual entre los hombres. Después, si lo que quieres es disimular esas entradas o la pérdida de densidad



www.adinoel.com

(otro síntoma de la caída del pelo) en zonas como la coronilla, puedes recurrir a determinados cortes de pelo y a algún otro truco.

As entradas não têm por que implicar uma calvície, mas costumam ser o primeiro sinal de alarme da queda de cabelo. Assim que se te preocupam, o primeiro que deverias fazer é visitar a um dermatólogo tricólogo para que (ele) verifique o estado de teu cabelo e possa tomar medidas para tratá-lo. Embora evitar a queda de cabelo seja difícil, existem tratamentos que ajudam a reduzir a alopecia andrógena (calvície comum) que é a mais habitual entre os homens. Depois, se aquilo que queres é dissimular essas entradas ou a perda de densidade (outro sintoma da queda de cabelo) em zonas como a coroa (topo da cabeça, próximo do redemoinho), podes recorrer a determinados cortes de cabelo e a algum outro truque.

Cortes de pelo para disimular las entradas

Cortes de cabelo para dissimular as entradas

El estilista Eduardo Sánchez, director de Maison Eduardo Sánchez, lo tiene claro «siempre que el cabello empieza a escasear, sea en la parte de la cabeza que sea, hay que optar por un pelo corto, de 2 a 3 centímetros. Se puede jugar con unos laterales y nuca más cortos y el frontal más largo, pero siempre hay que buscar un equilibrio». El estilista añade «hay que evitar dejarlo largo, por ejemplo, si se quiere disimular la pérdida de cabello en la coronilla, porque el pelo largo pesa más, entonces se abre más y, en las zonas de poca densidad, la pérdida se hace más evidente».

O estilista Eduardo Sánchez, diretor de Maison Eduardo Sánchez, tem claro “sempre que o cabelo começa a escassear, seja na parte da cabeça que seja (em qualquer parte da cabeça), há que optar por um cabelo curto, de 2 a 3 centímetros. Pode-se jogar com alguns laterais e nuca mais curtos e o frontal mais longo, mas sempre há que buscar um equilíbrio”. O estilista acrescenta “há que evitar deixá-lo grande (longo), por exemplo, quando se quer dissimular a perda de cabelo na coroa, porque o cabelo longo pesa mais, então se abre mais e, nas zonas de pouca densidade, a perda se faz mais evidente”.

Además del cabello muy corto, Luciano Cañete, cofundador de los salones Corta Cabeza, aconseja para los hombres más modernos «un mullet o morrison, porque son cortes de pelo que encajan con ese look rebelde de quienes lo llevaban antes largo y se siguen aferrando, pudiendo lucir un corte corto, pero muy crecido y desordenado, con una largura de entre 5 y 8 cm en la parte superior y direccionado hacia adelante, para que de esa forma las entradas quedaran totalmente disimuladas».

Além do cabelo muito curto, Luciano Cañete, cofundador dos salões *Corta Cabeza*, aconselha para os homens mais modernos “um *mullet* ou *morrison*, porque são cortes de cabelo que encaixam com esse look rebelde



www.adinoel.com

daqueles que o levavam antes longo e seguem confiantes, podendo mostrar um corte curto, mas crescido e desordenado, com uma largura entre 5 e 8 centímetros na parte superior e direcionado para frente, para que dessa forma as entradas fiquem totalmente dissimuladas”.

Para los hombres más clásicos, Luciano Cañete aconseja «un cabello ligeramente más corto de atrás y de los lados con la zona superior más larga». El estilista de *Corta Cabeza* aconseja elegir «peinados informales y despeinados, de una forma estudiada, ayudándonos con una pequeña cantidad de cera. Si lo peinamos demasiado, dejaríamos ver las entradas». El experto apunta a que los hombres con el pelo rizado «lo tienen más fácil. Su textura es una buena aliada para tapar las entradas. Sea cual sea el corte de pelo, si dejas reposar unos rizos sobre las entradas, estas desaparecerán como por arte de magia».

Para os homens mais clássicos, Luciano Cañete aconselha “um cabelo mais curto atrás e dos lados com a zona superior mais comprida”. O estilista de *Corta Cabeza* aconselha escolher “penteados informais e despenteados, de uma forma estudada, nos ajudando com uma pequena quantidade de cera (creme). Se o penteamos demais, deixamos ver as entradas”. O especialista aponta que os homens com o cabelo ondulado (cacheado) “é mais fácil. Sua textura é uma boa aliada para tapar as entradas. Seja qual seja o corte de cabelo, se deixar repousar alguns cachos sobre as entradas, estas desaparecerão como por arte de magia”.