



Alexandra Lopes
Consultora de Imagem
www.alexandralopes.com
imagem@alexandralopes.com

Maquiagem em 15 minutos: missão (im)possível?

A nossa imagem é o modo como as outras pessoas nos veem, pois influencia tudo na nossa vida, tanto a nível pessoal como profissional. Por essa razão, ter uma boa imagem é um excelente cartão de visita para o dia a dia.

Na correria do dia a dia, os minutos escasseiam e parece impossível conseguirmos dedicar uns momentos a cuidar de nós. Por isso, lanço-lhe um grande desafio: reservar 15 minutos para o embelezamento do seu rosto, sem negligenciar os cuidados essenciais de pele.

Não é uma missão impossível, mas requer disciplina, muita prática e persistência. Estabeleça objetivos graduais: 30 minutos, 25 minutos, 20 minutos e, por fim, os 15 minutos.

Comece por dedicar cerca de 5 minutos aos cuidados essenciais de pele do seu rosto. O segredo de uma boa pele é a vitalidade, cuja única forma de o alcançar consiste em limpar e hidratar diariamente a pele em 4 passos muito simples e rápidos:

1. Limpar a pele com leite de limpeza ou gel/ mousse, consoante o tipo de pele
2. Aplicar o tónico
3. Prevenir olheiras e papos com creme de contorno de olhos
4. Hidratar com creme adequado ao tipo de pele, com proteção UV e prevenção antirrugas

Poderá substituir os passos 1 e 2 por um único passo, aplicando uma boa

água micelar, que irá poupar tempo à sua rotina de cuidados da pele do rosto.

E para realçar a beleza natural, porque não retirarmos o máximo proveito do nosso rosto com a aplicação de uma maquiagem simples, prática e rápida – nos restantes 10 minutos – para o dia a dia?

De forma a não perder tempo desnecessário à procura dos produtos de cosmética e maquiagem que necessita todas as manhãs, sugiro que os mantenha num local com fácil acesso.

O primeiro passo na aplicação da maquiagem é dedicado à uniformização do rosto:

Base

Para sabermos qual o tom certo da nossa base, teste-a sempre na linha do maxilar e nunca nas mãos, preferencialmente num ambiente com luz natural. A base certa é a que se funde naturalmente com o tom de pele do rosto.

Ao aplicar a base, evite aplicar demasiada quantidade para assim obter um aspeto natural, realçando a sua beleza. A aplicação da base deverá ser sempre realizada com movimentos ascendentes, do interior para o exterior do rosto.

Se a base é fluída ou em creme, aplique com as pontas dos dedos, com um pincel de base ou com uma esponja (seca ou humedecida). Se a base é em sti-

ck, trace linhas no rosto e espalhe a base com os dedos. As bases compactas em pó devem ser aplicadas com a esponja que está incluída no estojo.

Após aplicar a base, avance para a aplicação de corretor (caso seja necessário).

Corretor

O tom do corretor varia consoante o que necessita disfarçar: olheiras, borbulhas, cicatrizes, manchas ou rosácea. Deverá ser aplicado com um pincel e esbatido com os dedos, apenas na zona das imperfeições.

Pó

Para controlar o excesso de brilho e fixar a base e o corretor, é indispensável a aplicação de pó.

Seja solto ou compacto, aplique sempre em movimentos leves e circulares, com o auxílio de um pincel de pó. Uma boa alternativa para aplicação de pó compacto é recorrendo a uma borla, que permite uma aplicação com um menor desperdício de pó.

Após uniformizar e matificar a pele com base, corretores e pó, o passo seguinte será a maquiagem dos olhos.

Sombra de olhos

Para o dia a dia, é suficiente aplicarmos apenas um ou dois tons de sombra, de preferência em tons terra ou castanho (são tons mais neutros, que combinam com todas as cores de olhos e vestuário).

Dê preferência a sombras mate com o auxílio de um pincel de sombra. Tente evitar sombras com brilhos em contexto profissional.

Antes de passar ao lápis de olhos, esbata a(s) sombra(s) de olhos com movimentos leves e circulares.

Lápis de olhos

O lápis de olhos deverá ser macio e estar sempre afiado, aplicando na marca de água inferior e superior dos nossos olhos, com um movimento firme e contínuo.

Se lacrimejar, opte por fazer uma pausa e depois então retome a aplicação do lápis de olhos.

Máscara de pestanas

Após aplicar a sombra e o lápis de olhos, finalize com a máscara de pestanas. Em frente ao espelho, levante levemente o queixo e deixe as pálpebras soltas. Retire sempre o excesso de produto do aplicador antes de começar a aplicação.

Num único movimento, aplique a máscara nas pestanas superiores da raiz às pontas, seguindo do canto externo para o interno do olho. Aplique a máscara fazendo um movimento em ziguezague, para realçar as pestanas e para não colarem umas às outras. Para as pestanas inferiores, o segredo é aplicar uma máscara de pestanas transparente.

Após maquihar os olhos e antes de avançar para os lábios, aplique o blush.

Blush

O blush confere um ar saudável e ajuda a criar contornos e dimensões ao rosto. Para esculpir o rosto, aplique o blush na zona abaixo das maçãs do rosto, partindo do centro da face até à orelha e tendo em atenção o seu formato de rosto. Tenha o cuidado de aplicar o blush à luz natural, para não correr o risco de aplicar em demasia.

O tom do blush escolhido deverá ter em consideração o seu tom de pele.

O último passo na aplicação da maquiagem para o dia a dia consiste na aplicação de batom ou gloss.

Batom ou gloss

Comece a aplicação do batom ou gloss pelo lábio superior, do centro às extremidades. Para os lábios inferiores, preencha de uma extremidade à outra.

Caso opte por aplicar batom e queira dar mais volume aos seus lábios, aplique gloss no centro do lábio superior e inferior.

Para um visual mais discreto, devemos escolher um tom mais neutro e retoque ao longo do dia.

Quer aprender a maquiar-se de forma autónoma, rápida e prática para o dia a dia, realçando a sua beleza natural?

Garanta já o seu lugar no meu próximo Workshop de Auto-Maquiagem, que se realiza no dia 29 de fevereiro em Lisboa. 

