

# Da mão para o pé

A forma como apresentamos e tratamos as mãos e os pés diz muito sobre a nossa personalidade e os nossos gostos. O que anda a dizer ao mundo?

**R**equerem os mesmos cuidados que o resto do nosso corpo e, no Verão, também temos de proteger as mãos dos raios UV. Com a pele bronzada, unhas bem cuidadas são fundamentais, cores vibrantes ou em tons pastel. Hidratar, proteger e reparar é essencial e as mãos não são exceção. Tenha sempre um creme de mãos... à mão.



1. Tesoura de ponta curva, € 8,15, Sephora. 2. *All in one Manicure*, da linha *Hand Balance*, € 24, Artdeco. 3. Verniz Endurecedor, € 8,30 Ecrinal. 4. Unhas de gel com purpurinas e estrelas holograma, alongamento € 65, manutenção a partir de € 35, Nails 4' Us.



**ANÁLISE:** Ainda não se livrou do hábito de roer as unhas e as cutículas. Faz os possíveis por não mostrar as mãos em público.

**DIAGNÓSTICO:** Candidata perfeita a um *make-over*, a começar pela ponta dos dedos. Habitue-se a uma ida mensal (para começar) à manicura para se acostumar a ter as unhas tratadas.

**ANÁLISE:** Unhas de vários tamanhos, nem bicudas nem quadradas, com verniz colorido a desfazer-se.

**DIAGNÓSTICO:** Prisioneira em liberdade. Com essas unhas, devia estar atrás das grades, mas a salvação ainda é possível. Um corte radical na forma e nas cores para começar de novo. Lembre-se: menos é mais.

**ANÁLISE:** Unhas em gel, enormes (de fazer inveja à própria Joan Collins) e em cores que fariam uma arara brasileira sentir-se discreta.

**DIAGNÓSTICO:** Unhas em gel, sim, mas em boa conta, cor e medida. São perfeitas para disfarçar unhas enfraquecidas ou para ocasiões especiais, mas não devem ser usadas *ad aeternum* e muito menos passíveis de se confundir com o mostruário do salão.

**C**om a chegada do calor, os pés saem da hibernação e há que prepará-los para desfilarem à beira da piscina, a bordo de um iate ou debaixo de coqueiros tropicais. De havaianas ou sandálias, exigem uma dose extra de cuidados.

**ANÁLISE:** As plantas dos seus pés nunca conheceram uma lima e as suas unhas incolores são cortadas em casa, com o alicate que estiver à mão.

**DIAGNÓSTICO:** Quem tem pés de bebé pode dar-se ao luxo de não tratar deles. No entanto, um creme hidratante e um verniz incolor são fundamentais.

**ANÁLISE:** Gaba-se de ter pés de manequim e não passa sem pedicura, às vezes francesa...

**DIAGNÓSTICO:** Gostava de ser a Paris Hilton. Relaxe na atitude e no exagero, mas continue a mimar os pés.

**ANÁLISE:** Usa anéis nos dedos, pulseiras nos tornozelos e unhas fluorescentes a precisar de manutenção.

**DIAGNÓSTICO:** Vilar de Mouros forever. Abra os olhos, expanda os horizontes e acredite que não vai apanhar nenhuma doença se for arranjar os pés.



1. Lima para os pés, € 1,90, H&M. 2. Mini palmilhas, *Party Feet*, € 6,10, El Corte Inglés. 3. Esfoliante com manteiga de karité, € 20, L'Occitane. 4. Verniz *Jet-Set Shine*, € 8,85, L'Oréal. 5. Verniz *Forever Strong*, € 7,50, Maybelline.

