

A Nobre Arte De Auto Depilar-se



A liberdade desenhada no seu momento íntimo

Por:

Mônica Wanderley

Informações Gerais:

Este e-book foi criado para o uso exclusivo de informações sobre depilação e auto depilação, independente do gênero.

É um e-book extremamente preciso, afinal, é através dele que você irá conseguir alcançar a arte de se auto depilar e ser independente no quesito limpeza e higiene em um nível avançado de suas partes íntimas e outras partes do corpo em geral.

A autora não garante que as informações contidas aqui sejam de totalmente completas, afinal, cada pessoa que irá adquirir o produto **A MINHA CERA** e que irá ler o livro, vai ter uma interpretação pessoal e irá pôr em prática a teoria no seu próprio jeito, da sua maneira mais confortável e confiante.

A autora também não tem nenhuma responsabilidade a qualquer pessoa ou entidade, com danos ou percas causados direto ou indiretamente através deste e-book.

Biografia Da Autora:

Me chamo Mônica Wanderley de Souza, sou libriana nata, 30 anos, nascida e criada em Goiânia.

Aos meus 12 anos de idade, quando meus pelos pubianos começaram a nascer, minha mãe me levou ao salão de depilação na cera, desde então nunca mais parei de depilar com a cera. Mas aos 22 anos de idade, decidi que iria aprender a me depilar, e assim fiz. Aprendi sozinha, confesso que no começo me machuquei um pouco devido a temperatura da cera, mas devido a persistência e prática, cheguei à perfeição. Hoje em dia, depilo minha virilha em menos de 10 minutos, e a axila em menos de 5 minutos.

Quem me conhece, sabe que gosto desse assunto de cera e depilação, sabe que gosto de incentivar a fazer depilação na cera e como me sinto em relação a esperar os pelos nascerem para realizar uma nova depilação.

É por esse e-book, por esse projeto, que venho mostrar para vocês essa minha paixão por tal assunto e motivar e ensinar como fazer no aconchego da sua casa, sozinha (o) ou com a ajuda do seu companheiro (a) a depilação com **A MINHA CERA.**

Índice:

Introdução	5
Observando Os Pelos	6
- Direção Que Nascem	7
- Espessura Dos Pelos	8
- Pelos Inflamados	9
Preparando A Pele	10
- Internamente	11
- Externamente	12
Como Cuidar E Preparar A Cera	13
- Cuidados	14
- Micro-ondas E Banho Maria	15
Depilando A Sobrancelha E O Buço	17
Depilando As Axilas E Os Braços	19
Depilando A Virilha	21
- Feminina	22
- Masculina	23
Depilando O Ânus	24
Depilando As Pernas	26
O Pós Depilação	29
Conclusão	31

Introdução:

O e-book do produto, **A MINHA CERA**, tem como finalidade ser um guia rápido para o aprendizado de se auto depilar e também tem o intuito de trazer o autoconhecimento do seu corpo.

O método de remoção dos pelos foi criado na Grécia Antiga e no Egito. As mulheres usavam argila, sândalo e mel para fazer a remoção.

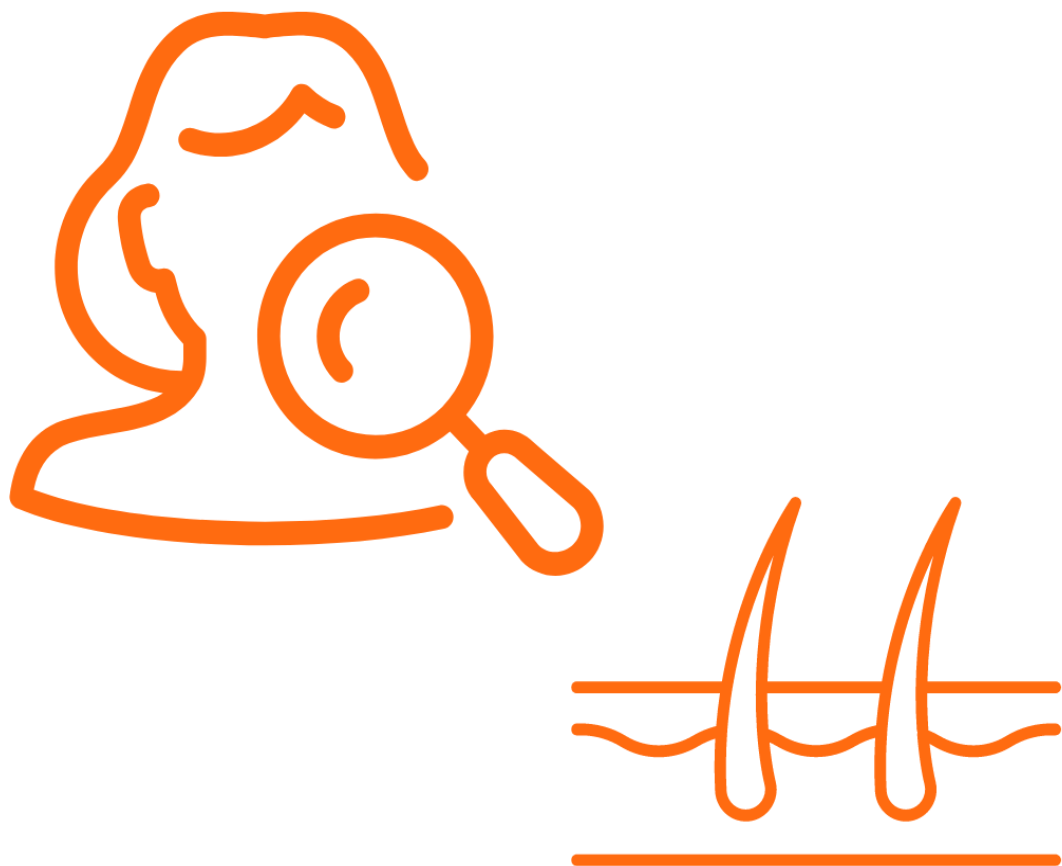
Já na idade média, a população tinha um outro olhar sobre a depilação. Ela era vista como algo pecaminoso e até considerado a ser um ato de bruxaria.

Essa visão só foi mudar em meados dos anos de 1920, com os editoriais de moda em alta, assim consolidando o novo mercado: a depilação.

Neste e-book, vou lhe apresentar e compartilhar conhecimentos que adquiri ao longo dos anos e práticas com a depilação. Aplicando palavras de fácil entendimento para que sejam colocadas em ação aí mesmo na sua casa.

Vamos nessa? Deixe a vergonha de lado, o receio da dor e vamos ser livres e depilados.

Observando Os Pelos



Direção Que Nascem

Muitas pessoas não sabem, mas saber a direção em que seus pelos nascem é muito importante na hora de se depilar. E cada parte do nosso corpo, axila; virilha; braço; perna; nascem em um sentido diferente. O pelo da axila esquerda pode nascer de baixo para cima, já o pelo da axila direita pode nascer de cima para baixo.

É importante saber disto por que? Porque a remoção dos pelos é feita no sentido contrário da direção em que nascem. Você aplica a cera no mesmo sentido do pelo, mas o ato de puxar o papel, o ato da remoção, acontece no sentido contrário em que nascem, facilitando assim a sua depilação.

Espessura Dos Pelos

Cada pessoa possui uma espessura de pelo diferente.

Os brasileiros, por terem a miscigenação, fogem de qualquer padrão de pelos, sendo assim difícil de nominar quais certos tipos de pessoas possuem somente pelos finos ou outros tipos de pessoas possuem somente pelos médios a grossos.

A espessura do pelo e o tamanho do poro, são algumas das características naturais que causam o encravamento de pelos. Pelos muito finos, grossos ou que nascem em espiral, tendem a encravar com mais facilidade.

Pelos Inflamados

Pelo inflamado ou pelo encravado, é um fio que não conseguiu encontrar o folículo piloso para quebrar a camada de queratina que há na epiderme, com isso, o crescimento do fio é interrompido na parte de fora. O fio continua a crescer, porém a haste se encurva e cresce no mesmo folículo piloso em que nasceu.

Mas não é só a depilação que causa a inflamação.

O uso constante de roupas apertadas e que deixam algumas áreas do corpo com a temperatura um pouco elevada, a má higiene nas regiões onde nascem os pelos, medicamentos para tireoide, excesso de oleosidade e transpiração na pele, acnes, o atrito de curativos e fitas na pele, dentre outros....

A nossa pele (epiderme) é muito sensível e pode ser cortada, machucada ou sofrer uma esfoliação grave muito fácil. Então a hidratação do corpo com água, creme hidratante e boa higiene, ajudam muito na conservação da pele e diminuem a probabilidade de encravar.

Preparando A Pele



Internamente

Como referi no assunto anterior, a hidratação da pele é essencial. Nós somos o que nós ingerimos. Nosso corpo é um resultado constante do que introduzimos nele. Fica nítido em nosso cabelo, pele, formas e curvas no corpo exterior.

Beber a quantidade devida de água, de 2 ou mais litros por dia, comer verduras e frutas que são ricos em vitaminas, proteínas e cálcio e beber sucos ou outras bebidas com o nível de açúcar bem baixo, já ajudam a manter sua pele hidratada e saudável. Com uma boa coloração e rigidez.

Pode até parecer que não, mas esses hábitos influenciam muito na hora da depilação, de como a pele irá se recompor e os fios irão nascer novamente.

Externamente

Praticar exercícios, mantendo o corpo sempre em movimento, ativando as glândulas sudoríparas (suor), é um dos equilíbrios que a pele precisa para receber a cera e você não reagir tanto ao calor dela quando estiver morna para ser usada. Os cuidados de todo santo dia da pele, internamente e externamente, refletem muito no momento da depilação, seja qual for a área do seu corpo. Os zelos com o corpo e a pele ajudam no pós depilação, ajudam até mesmo a não empolar, a não deixar o rubor (vermelhidão) por muito tempo.

Você sabia que a bucha vegetal, ao ser usada no banho, é um excelente esfoliante natural para a pele?

Ao ser usada no corpo, a bucha vegetal ajuda na remoção de células mortas, remove a oleosidade e acúmulo de sujeiras que podem obstruir os poros (assim evitando a inflamação de pelos), ajuda na estimulação da corrente sanguínea e esfolia a pele de forma eficaz.

Crems hidratantes são ótimos para manter o equilíbrio de água no corpo, deixando assim a pele mais macia e sem acumular muita oleosidade.

Uma pele bem cuidada é uma depilação rápida e bem aproveitada.

Como Cuidar E Preparar A Cera



Cuidados

A MINHA CERA não tem validade de expiração.

A durabilidade dela vai depender somente de você. Claro que, estarei sempre aqui do lado da tela para lhe ajudar nos cuidados básicos deste potinho de liberdade.

Deixe o potinho sempre em um ambiente fresco e arejado.

Não o deixe em um ambiente quente. A cera ficará condensada sem estar em utilização, se ficar assim por muitos dias, poderá perder a grande função que tem, que é a retirada dos pelos.

Ao fechar a tampa, lembre-se de não deixar vestígios da cera na borda e no corpo do potinho, caso isso aconteça, quando usada na próxima vez, poderá ser difícil de abrir e também chamará a atenção das formigas. Portanto, é super importante guardar a cera em um lugar estratégico. Costumo guardar as minhas na geladeira mesmo, lá no fundo, onde ninguém possa confundir com alguma geleia e acabar comendo, haha.

Outra dica super importante é não deixar cair nem uma gota d'água dentro do potinho. Se cair, ao aquecê-lo, a água se mistura com a cera, e ao fazer a remoção dos pelos, ela poderá não funcionar.

Micro-ondas E Banho Maria

Pegue seu potinho da liberdade, remova a tampa e o coloque dentro do micro-ondas.

Se o potinho for pequeno, deixe 20 segundos.

Se o potinho for médio, deixe 40 segundos.

Mas se o potinho for o grande, deixe 1 minuto e trinta segundos.

Esses são os tempos que eu uso no micro-ondas aqui de casa, e são os tempos que eu recomendo a vocês.

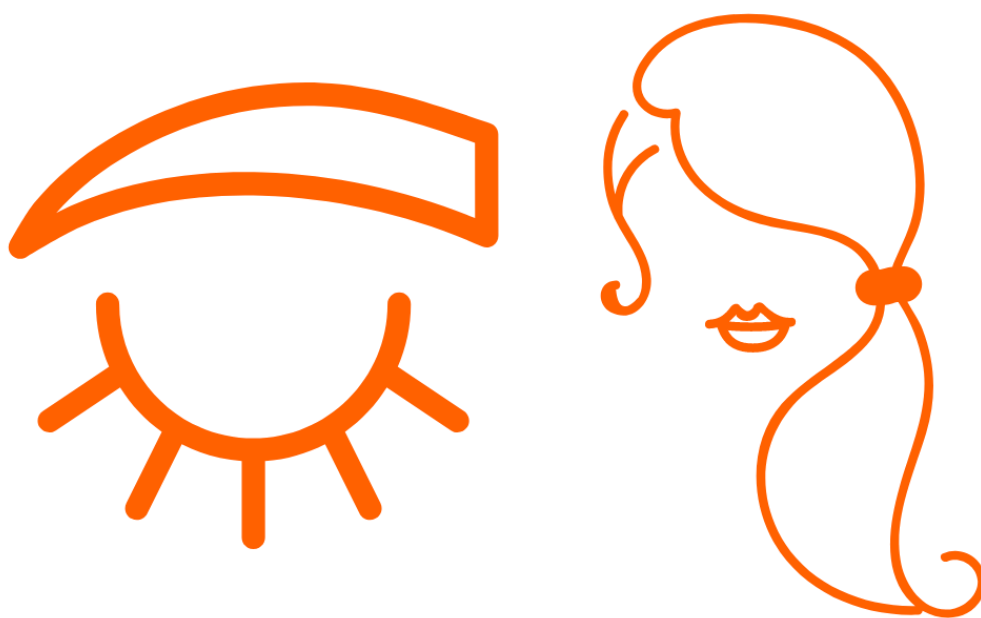
Lembrando que cada micro-ondas tem a sua potencialidade e que o ponto ideal da cera não é borbulhando e nem sólida demais. Ela tem que estar condensada, como a estrutura do delicioso leite condensado. Você pode conferir a textura com a sua espátula que veio acompanhada no potinho.

Já no banho-maria, prepare uma panela com uma quantidade de água que fique um pouco abaixo da metade do tamanho do seu potinho. Tenha seu potinho da liberdade em mãos e sem a tampa, e o coloque dentro da panela com a chama do fogo média. E fique de olho, observando a textura da cera. Você pode conferir também usando a sua espátula.

Assim que **A MINHA CERA** estiver no ponto certo, fique animada (o), pois você irá desfrutar de um momento só seu, íntimo e mágico!



Depilando A Sobrancelha E Buço



Como mencionei nas páginas anteriores, a preparação da pele para a depilação é essencial.

Faça a limpeza de sua pele facial com o sabonete líquido de sua preferência. Seque-o bem. Observe como é o crescimento dos seus pelos em torno das sobrancelhas e do buço. Lembrando que nenhuma sobrancelha é idêntica a outra, com nisso, o nascimento dos pelos também não serão. E em seguida, já com seu potinho da liberdade aquecido, com textura condensada, espátula na mão e pele limpa, coloque na espátula um pouco da cera, certifique-se de que ela não está tão quente a ponto de lhe queimar (mas você ainda irá sentir um pouquinho quente, mas é um pouquinho suportável) e faça a aplicação na sobrancelha ou no buço desenhando o formato de como irá querer que fique. Lembre-se que a cera deve ser aplicada no sentido certo do crescimento. Após a aplicação da cera (não precisa ser uma quantidade exagerada, mas que cubra os pelos que devem ser retirados), imediatamente, coloque o papel tampando totalmente a área em que está a cera. Deslize os dedos sobre o papel em sentido vai e vem colocando uma leve pressão. Após alguns segundos, puxe (de maneira rápida e eficaz) o papel no sentido contrário em que foi aplicado a cera. Lembre-se de segurar a pele com a outra mão na hora da remoção do papel, assim a dor será menor e o papel sairá com mais facilidade.

Se **A MINHA CERA** foi aplicada de cima para baixo, o papel deve ser puxado de baixo para cima. E assim vice versa.

Depilando As Axilas E Os Braços

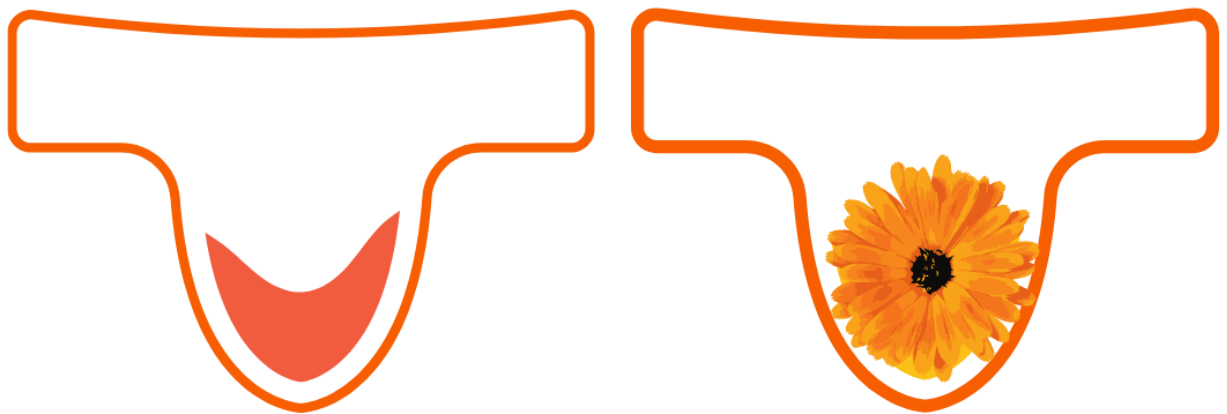


Como já mencionado, a limpeza da pele é super importante para a realização da depilação, ainda mais em partes que ficam protegidas ou um pouco abafadas como axilas e partes íntimas. Quando for depilar a axila, tenha a certeza de que não há vestígios de desodorante, e nos braços, vestígios de creme.

Depois de estar limpo e seco, o local que deseja remover os pelos, com seu potinho da liberdade aquecido, com textura condensada e espátula na mão, coloque nela um pouco da cera, certifique-se de que ela não está tão quente a ponto de lhe queimar (mas você ainda irá sentir um pouquinho quente, mas é um pouquinho suportável) e faça a aplicação na axila ou no braço desenhando o formato de como irá querer que fique. Lembre-se que a cera deve ser aplicada no sentido certo do crescimento. Após a aplicação da cera (não precisa ser uma quantidade exagerada, mas que cubra os pelos que devem ser retirados), imediatamente, coloque o papel tampando totalmente a área em que está a cera. Deslize os dedos sobre o papel em sentido vai e vem colocando uma leve pressão. Após alguns segundos, puxe (de maneira rápida e eficaz) o papel no sentido contrário em que foi aplicado a cera. Lembre-se de segurar a pele com a outra mão na hora da remoção do papel, assim a dor será menor e o papel sairá com mais facilidade.

Se **A MINHA CERA** foi aplicada de cima para baixo, o papel deve ser puxado de baixo para cima. E assim vice versa.

Depilando A Virilha



Feminina

Relembrando e reforçando a importância da limpeza da parte íntima antes da remoção dos pelos.

Higienize-a bem, seque-a. E agora vamos para a próxima parte que já deves saber...

Tendo em uma mão o potinho da liberdade aquecido, com textura condensada e espátula na outra mão, coloque na espátula um pouco da cera, certifique-se de que ela não está tão quente a ponto de lhe queimar (mas você ainda irá sentir um pouquinho quente, mas é um pouquinho suportável) e faça a aplicação na virilha desenhando o formato de como irá querer que fique (deixe a criatividade fluir nessa hora). Lembre-se que a cera deve ser aplicada no sentido certo do crescimento. Após a aplicação da cera (não precisa ser uma quantidade exagerada, mas que cubra os pelos que devem ser retirados), imediatamente, coloque o papel tampando totalmente a área em que ela está. Deslize os dedos sobre o papel em sentido vai e vem colocando uma leve pressão. Após alguns segundos, puxe (de maneira rápida e eficaz) o papel no sentido contrário em que foi aplicado a cera. Lembre-se de segurar a pele com a outra mão na hora da remoção do papel, assim a dor será menor e o papel sairá com mais facilidade.

Se **A MINHA CERA** foi aplicada de cima para baixo, o papel deve ser puxado de baixo para cima. E assim vice versa.

Masculina

Olá rapaz, como já deves ter lido anteriormente, a limpeza deste local sagrado é fundamental. Lembre-se de após a limpeza, secá-lo muito bem.

Pegue seu potinho da liberdade aquecido, com textura condensada e com a espátula na mão, coloque nela um pouco da cera, certifique-se de que ela não está tão quente a ponto de lhe queimar (mas você ainda irá sentir um pouquinho quente, mas é um pouquinho suportável) e faça a aplicação nos locais aonde deseja retirar os pelos. Muito cuidado com os testículos que são extremamente sensíveis. Lembre-se que a cera deve ser aplicada no sentido certo do crescimento. Após a aplicação da cera (não precisa ser uma quantidade exagerada, mas que cubra os pelos que devem ser retirados), imediatamente, coloque o papel tampando totalmente a área em que está a cera. Deslize os dedos sobre o papel em sentido vai e vem colocando uma leve pressão. Após alguns segundos, puxe (de maneira rápida e eficaz) o papel no sentido contrário em que foi aplicado a cera. Lembre-se de segurar a pele com a outra mão na hora da remoção do papel, assim a dor será menor e o papel sairá com mais facilidade.

Se **A MINHA CERA** foi aplicada de cima para baixo, o papel deve ser puxado de baixo para cima. E assim vice versa.

Depilando O Ânus



Preciso lembrar-lhe de que a higienização antes da depilação, principalmente em partes íntimas é importante? Não né?! Ah bom, hahaha.

Pois bem, depois de limpo e seco, antes de pegar o potinho da liberdade aquecido, certifique-se se a depilação acontecerá através de você mesma (o) ou com seu (sua) parceiro (a). Agora já com o potinho perto de você:

Se a depilação acontecer somente com a sua ajuda, é importante saber que, ao levantar a perna esquerda em 45°, com a sua mão esquerda, afaste um pouco a sua nádega esquerda também e segure-a. Com a mão direita, retire um pouco de cera com a espátula e a passe na nádega que estás segurando, a esquerda. Após a aplicação da cera, coloque imediatamente o papel tampando totalmente a área em que está a cera. Deslize os dedos sobre o papel em sentido vai e vem colocando uma leve pressão. Após alguns segundos, puxe (de maneira rápida e eficaz) o papel no sentido contrário em que foi aplicado a cera. Lembre-se de continuar segurando a nádega na hora da remoção do papel, assim a dor será menor e o papel sairá com mais facilidade. O mesmo será feito, só que com a perna contrária e mão contrária, para a realização da remoção dos pelos da outra nádega.

Se **A MINHA CERA** foi aplicada de cima para baixo, o papel deve ser puxado de baixo para cima. E assim vice versa.

Depilando As Pernas



Como eu tenho a certeza de que você chegou até aqui nesta página lendo o e-book inteiro, você já deve estar com suas pernas limpas e secas, certo? Certo !! Então vamos lá para a última parte do seu corpo a ser depilada.

Na minha opinião os pelos da virilha e das pernas, são os mais fáceis a serem observados e assim descobrindo o sentido em que nascem.

Comece da patela (mais conhecida de canela) e depois vá para a panturrilha (mais conhecida como batata da perna).

Com o potinho da liberdade aquecido, com textura condensada e espátula na mão, coloque na espátula um pouco da cera, certifique-se de que ela não está tão quente a ponto de lhe queimar (mas você ainda irá sentir um pouquinho quente, mas é um pouquinho suportável) e faça a aplicação na parte da perna desejada. Lembre-se que a cera deve ser aplicada no sentido certo do crescimento. Após a aplicação da cera (não precisa ser uma quantidade exagerada, mas que cubra os pelos que devem ser retirados), imediatamente, coloque o papel tampando totalmente a área em que está a cera. Deslize os dedos sobre o papel em sentido vai e vem colocando uma leve pressão. Após alguns segundos, puxe (de maneira rápida e eficaz) o papel no sentido contrário em que foi aplicado a cera. Lembre-se de segurar a pele com a outra mão na hora da remoção do papel, assim a dor será menor e o papel sairá com mais facilidade.

Se **A MINHA CERA** foi aplicada de cima para baixo, o papel deve ser puxado de baixo para cima. E assim vice versa.

O Pós Depilação



Após da parte desejada estar sem pelos, é normal que apareça um rubor (vermelhidão) ou um pouco de ardência. Para acalmar a pele, existem vários truques como óleos essenciais e cremes hidratantes.

Quando já depilado, higienize a área e em seguida aplique um pouco de óleo ou creme hidratante. Para o óleo, gosto de usar o de camomila ou bergamota. Já para cremes, gosto de usar aqueles de bebês que são dermatologicamente testado e não possuem tantas químicas.

Conclusão



PARABÉÉÉÉNS por ter chegado até aqui e ter realizado sua primeira depilação, conquistado sua independência e conhecendo assim um pouco mais do seu corpo!!!

O processo da utilização da **A MINHA CERA** é contínuo. Contínuo porque os dias vão passar e você irá observar a demora e como seus pelos irão nascer. Ressaltando que é super importante respeitar o tempo do nascimento dos pelos. Para retirá-los, eles precisam estar em um tamanho do qual o papel já consiga removê-los.

Mantenha a sua saúde mental e corporal em dia. Sua vida, seu corpo, são um templo do qual você habita todo santo dia, faça dele sua morada, seu cantinho, seu íntimo momento desenhado por você.

Sucesso em cada liberdade de depilação, qualquer dúvida estarei sempre à disposição.

Carinhosamente,

Mônica Wanderley.

