

MUCHOS LO TIENEN

claro: el cabello es el marco de la cara y un buen pelo atrapa las miradas.

Marcelo Millán, estilista chileno a quien famosos del mundo le han puesto la cabeza, habló con EL COLOMBIANO sobre los cuidados del pelo.

Por MARGARITAINÉS RESTREPO SANTA MARÍA Medellín

Las chirlas recogen su cabello. Las musulmanas se lo cubren. Las japonesas casadas no pueden ponerle adornos. El nórdico lo tiene lino y el latino, con peso. Para los rastafaris jamaicanos, el corte es algo que constituye un contrato a la naturaleza. Algunas pobladoras de la vieja Unión Soviética usan trenzas que unen como collares a la altura del cuello. Son detalles del mundo acerca del cuidado del pelo, algo en lo que Francia e Italia dictan moda, una academia que ocupa hace 17 años a Marcelo Millán, estilista chileno, que compartió conocimientos y secretos de un arte que se remonta a Asiria (parte del Irak actual), al año 1500 antes de Cristo.

LE PONEN LA CABEZA

Millán, tú pones la gelatina sin sabor en agua; cuando ésta se diluye, te la echas en la cabeza y listo... Fórmulas personales le confían en cualquier parte. El estilista por vocación, con 17 años de experiencia, con formación de profesor de educación física y prácticas en modelaje con Dior, no desecha cursos internacionales, revistas y confidencias que le hacen sobre la materia, hombres y mujeres en la calle.

Trabaja para catálogos de moda -con Editora Televisa-, para revistas como Vanidades, Elle, Marie



Foto de la cámara de ARGENTINA VERA LINDO de CAROL DIX

Cuando usted tiene el cabello sano y bien hidratado siente que el resto de la vida gana. Pero también es importante conocer que para cada fibra hay un corte de pelo apropiado.

Claire y Caras; en comerciales de televisión, videos, coreografías y largometrajes.

A Marcelo le ha "puesto la cabeza" más de un famoso: Ana Belén -"crece mucho en la química para sus relaciones", Omar Sharif -"le molesta que lo acechen, es nervioso", Claudia Schiffer -"exigente pero querida", Miguel Bosé -"lindo y exquisito", Verónica Castro -"con mucha chispa", Sigourney Weaver -"absorbente con quien tiene a cargo su cuidado", la ex Miss Universo Alicia Macha-

do -"un cabello maravilloso", Emmanuel, Valeria Mazza.

ENTRE NOS

¡Ah, qué envidia! Si uno tuviera el pelo de las modelos de las propagandas. Pues la cabeza de los famosos no es siempre lo que aparenta. Eso lo ha descubierta este estilista chileno, en la práctica, durante sus largas jornadas que pueden empezar a las cuatro de la madrugada -cuando se preparan para filmar, aprovechando de la luz

natural la mejor parte-.

"Necesito a la modelo lista! ¡Y ahora la quiero crespa! (lo logran en instantes con máquinas, 'Cambie de color' (hay casos de tres tinturas en una semana)". El pelo de muchos de ellos ha sido víctima de manoseo y maltrato. Requiere, entonces, más trabajo. Tres y cinco días de masajes antes de filmar comerciales para los cuales se prefieren los cabellos oscuros sobre los rubios, por el brillo que registran en cámara. Más de una peluca o extensiones -poniéndolas se puede tardar seis horas- y requiere que se les pince los cabellos a mano, para obtener brillo y vigor, y que se realicen decoloraciones sumadas a la aplicación de tonos, para matizar las canas. Esta mezcla la emplean, también, en brazos y pechos, para que estos no contrasten.

MASAJES FUNDAMENTALES

Los asiáticos aplicaban aceites, perfumes y tinturas al pelo y empleaban especias de vainillas calientes -antesores de los tallos o ramos- Establecían por vez arreglos y peinados según posición social y empleo. ¡Y siglos después, qué recomendación es profesional chileno?

Un corte bueno y manejable es clave. La tendencia actual recomienda, para hombres, el muy corto. En mujeres, melena -con desfiladeros-, corto francés -"may rebajado, con flequillo".

Para una mujer bajita y gorda, no se recomienda largo. Si es alta y maciza, medianamente corto; que no se le "desaparezca" el cuello -cuando este está desparejado la persona crece visualmente 10 centímetros. Si tiene cara larga, mejor ondulado que lacio. Si el rostro es ovalado, de frente anchura y mentón muy ancho, buscar volumen a los dos lados de la cara. Para narizotas, el flequillo en la frente equilibra. Y, ¡ojá! a las da-

Masajes caseros

Los productos raros y costosos no constituyen la única opción para trabajar al cabello. El chileno Marcelo Millán recomienda algunos preparados y masajes caseros.

- Para después del champú y como sustituto del bálsamo, es buena, por su acción natural, una crema de aguacate. Frote se espuma y luego de pasarse por un cepillo, se aplica. Finalmente, se cubre la cabeza con un gorro, se deja varias horas y se enjuaga.
- Una pasta preparada con la enjuaga o grasa que se le saca a la gallina sirve para el pelo seco. Es importante dejarla actuar durante dos o tres horas.
- Para darle brillo y vigor a una cabellera oscura, seca o grasa, o para contrarrestar la caída de la misma, un masaje con hiel de vaca es importante. Después se lava sólo con agua.
- Masaje con yema de huevo bien batida y con un poquito de aceite de oliva es otra receta recomendable.
- Para cabello grueso es preferible un enjuague de agua con vinagre y 12 gotas de parafina.
- En caso de caspa; si es seca, se aconsejan productos con limón -y el mismo aguacate-; si es grasa, masajes de agua con algo de vinagre y unas goticas de parafina.

mas maduras el cabello oscuro o largo les pone años.

Comience por averiguar si su pelo es grueso, seco o mixto. Para ello, lavelo y déjelo descansar tres o cuatro días, sin agregarle nada. Transcurrido ese tiempo, si se toca con los dedos el cuero cabelludo estos le huelen a sebo, es porque es grasoso. Una vez identificado su tipo elija los productos adecuados -para el mixto, se necesita uno para las puntas y otro para el resto- y no se desprecie con los extranjeros. Los ideales son aquellos nacionales, de calidad y conocidos, que se fabrican pensando en el clima de su país o región.

Los masajes son fundamentales;

mejor cremas que grasas, dejándolo actuar por dos o tres horas, y mezclando opciones y marcos, porque una sola no tiene el efecto anunciado. Si el cabello está maltratado, uno por semana. Si no, una vez al mes, mínimo ocho al año.

Hay calidades de pelo; herencias inevitables. Sin embargo, mimarse la cabeza conduce a mejoras palpables.

Estudie sus posibilidades y desentérese sin posibilidades.

Fuente de consulta Marcelo Millán -estilista chileno- Libro Extraordinary Origins of Everyday Things, de Panati.

Marcelo Millán conoce los secretos capilares de muchos famosos como el actor egipcio Omar Sharif. No siempre las cabelleras de las estrellas son perfectas por el constante sometimiento a transformaciones y a luces fuertes.



Foto Cortina

NUEVO PROGRAMA DE EDUCACIÓN INFORMÁTICA

¡taguís se conecta a la red

Itaguí ingresó al mundo de la informática educativa, a través del proyecto Mired, el cual pretende conformar una gran red de tecnología, ciencia y cultura entre las entidades educativas oficiales y privadas.

CONVENIOS Los organizadores destacaron la posibilidad de generar software a bajo costo y de optimizar la información curricular entre las entidades educativas mediante la utilización del Internet. Además, permitirá medir los procesos académicos y administrativos, a través de la autoregulación y de la retroalimentación como ejes del trabajo para mejorar la calidad de la educación.

El proyecto, que se realizó en convenio con la Universidad Eafit, el Ministerio de Educación Nacional, el Banco Mundial, el Centro de Ciencia y Tecnología de Antioquia, Taremet de Antioquia y la Autopista electrónica del municipio de Medellín, ya inició el proceso de capacitación para rectores, coordinadores académicos y docentes.

Oficializan 34 mil cupos de cobertura contratada

Como positivo calificó el secretario de Educación departamental, César Abadela Palacio, la oficialización de 34.162 cupos del programa de ampliación de cobertura contratada. "Fortalecer el proceso de descentralización y brindar cobertura educativa a la población entre 5 y 17 años nos los objetivos del proceso de racionalización del recurso docente", afirmó Abadela. Con la racionalización se busca dinamizar y dar celeridad a la prestación del servicio educativo. El secretario de Educación destacó las 1.135 plazas docentes que se han reubicado en todo el departa-

mento, lo cual ha implicado pasar de 7.894 instituciones educativas oficiales a 5.886.

Igualmente informó que se han creado 15 centros de educación física, 19 aulas de apoyo, 8 centros de servicios docentes y se han vinculado al sistema escolar 39.894 niños y niñas. Resultó, además, que dentro de dichos procesos se ha detectado en Medellín la existencia de 18.133 cupos escolares. Al respecto, dijo que esto comprueba que "lo que existe no es déficit sino ineficiencia en la administración del servicio educativo".

RESISTIRSE ES QUEDARSE ATRÁS Los cambios: pequeñas muertes

Por GLORIA LUZ GÓMEZ OCHOA Medellín

El ser humano tiene condicionamientos mentales que no le son fáciles de superar. Es por ello que aún se observan personas incapaces de cambiar de sitio su cama, y de transformar las rutinas, las costumbres, los hábitos de alimentación o las formas de pensar.

"Los seres humanos nos negamos a perder porque estamos condicionados mentalmente", explica la trabajadora social Silvia Helena Valencia, especialista en el manejo de duelos.

Desde que se nace se experimentan cambios. Al abandonar el vientre, al pasar de la infancia a la adolescencia, cuando un amor se va, al cambiar de casa, de empleo, de jefe o de escuela. En su opinión, todos los días los seres humanos experimentamos pérdidas y mutaciones permanentes. Lo único constante en el universo es el cambio". Nadie quiere sufrir. Cambiar de empleo, de actividad, de compañero, jubilarse o ser despedido, produce dolor, y "el ser humano está regido por el goce y el placer", sostiene Valencia.

MIEDO A SUFRIR

De acuerdo con ella, dentro del consciente colectivo hay grandes resistencias al dolor y especial en los occidentales, que poseen bajos niveles de frustración y de sentido de competencia, pues ésta es entendida como ser más y mejor que el otro y no como la posibilidad de mejorarse a sí mismo. Igualmente, afirma que todo cambio genera un crecimiento, pero esto conlleva una readaptación a un nuevo estado de vida. "Assumido requiere de adaptación y flexibilidad", dice. Este proceso incluye acuerdos y concentraciones para que la nueva situación no atente contra la tranquilidad de quienes la sufren. "Cuando me trasladaron a trabajar a Bogotá fue toda una sorpresa. Creí que me iba a olvidar y que no iba a ser capaz de vivir sola, sin mi familia ni mis amigos. Me



Foto Archivo

Cambiar de casa, de pareja, de empleo o de jefe genera resistencias -sobre todo entre los occidentales-. Para ello es saludable hacer pequeños cambios cotidianos, pequeños duelos que ocurren antes de ser humano a que lo establecido no es eterno.

sentía completamente sola. Me hacía falta la cama, la comida. Extrañaba el olor de mi hogar. Cualquier mirada o comentario me afectaba", recuerda Mónica.

De igual forma Diana recuerda el día que se separó de su esposo: "Entender que jamás sería capaz de volverme a enamorar". Y aunque la mayoría de las personas se resisten y se resisten ante las modificaciones que le impone la vida, es necesario aceptar que "el ser humano está en permanente pérdida", afirma la profesional.

Los especialistas aseguran que ante un cambio se extravían las perspectivas, los nexos de apego y dependencia y la identidad misma. Esa es una de las razones por las que, a veces, las personas que alcanzan la jubilación padecen algún tipo de enfermedad. "Se desacomoda del ritmo que tenían introvertido", explica Valencia, y agrega, que "por ello las personas requieren de un acompañamiento al cambio, con el fin de alcanzar una mejor readaptación".

Para no hacer de cada transformación un problema, la experta en el manejo de duelos recomienda hacer ejercicios cotidianos conscientes como regular el vestido de la cama, la comida que dejó la ahueca, trasladar de lugar los muebles de la casa, cambiar la ruta hacia el trabajo, los patrones de conducta aprendidos, entre otros.

Contrario a lo que muchos piensan modificar el estilo de vida puede ser la posibilidad de capitalizar las pérdidas. "Las modificaciones nos vuelven alquimistas de nuestro ser profundo y más creativos", concluye. En resumen, en la medida en que se cultiven menos resistencias a los cambios será necesario elaborar menos duelos, así no sólo se sufrirá menos sino que se vivirá de forma más saludable.

Musiques y Eventos Las más lindas fiestas para todos, los presupuestos. Tóno en Bogotá -arreglos- 180 bombas y flores. LINDO A BOMBILO 234541 - 234834. Calle 48A No. 77 - 95. Cel. 033-4078900

El Profesor de prestigiosa institución con los cursos de: Desoreño liguini, Ropa Sport, Chiflotes, Corinas, Decoración de fiestas, Vides, Engras y muros, Microcursos Culinario. MATRICULAS ABIERTAS. Cotizamos sobre medida. Toda ciudad. Teléfono: 412 62 07

LA FAMILIA ZAPATA GIRALDO Agradece a todos sus familiares y amigos, las manifestaciones de afecto y solidaridad recibidas por el fallecimiento de su querida e inolvidable madre, suegra, abuela y bisabuela ANA GIRALDO DE ZAPATA

AHORAHORA nuestra Repostería dietética EN LA MOTA SIN AZÚCAR REPOSTERÍA DIETÉTICA

ORTODONCIA Rápido Tratamiento, Garantizado. Última Tecnología. Precio Justo. Diagnóstico Computarizado y Personalizado. Dr. Alejandro Pérez Ordoñez. Tel: 351 08 43

Sólo Ofertas La mejor guía de compras

SU DENTURADA PERFECTA Desde \$149.000. Especialistas en Prótesis para el adulto mayor UNIDEAS SALUD Descuentos en Rehabilitación, Prótesis, Prótesis fijas. LABORATORIO PROPIO Tel: 410-20 Santa Gertrudis Calle 33 No. 81 - 17 - 2 piso