

Os 10 Erros que Estão Destruindo Suas Unhas



✨ Introdução



Olá! ❤️

Se você ama cuidar das unhas em casa ou está começando agora nesse universo da manicure, saiba que está no caminho certo! Fazer as próprias unhas é um momento de autocuidado, autoestima e até uma possibilidade de renda extra.

Mas atenção: alguns erros simples e super comuns podem estar destruindo suas unhas sem que você perceba.

Essa cartilha é o seu guia para identificar e eliminar os 10 principais sabotadores da saúde das suas unhas. Com dicas práticas, diretas e cheias de carinho, você vai aprender a cuidar das suas unhas como uma verdadeira profissional. Vamos juntas?



ERRO #1:

Usar Acetona com Frequência



O que acontece:

A acetona resseca demais as unhas e a pele ao redor, deixando-as quebradiças e opacas.

Você faz isso e nem percebe...

“Vou tirar rapidinho esse esmalte com acetona baratinha que tenho aqui...”
E faz isso toda semana!

O que fazer no lugar:

Troque por um removedor de esmalte sem acetona, que é mais suave e ainda hidrata as unhas.



ERRO #2:

Lixar as Unhas em Vai e Vem



O que acontece:

Esse movimento desgasta e enfraquece a ponta das unhas, abrindo camadas e favorecendo que quebrem.

Você faz isso e nem percebe...

“Só estou acertando o formato rapidinho...”

O que fazer no lugar:

Lixe sempre em uma única direção, com calma, e use lixas mais delicadas.



ERRO #3:

Tirar Cutícula em Excesso



O que acontece:

A cutícula é uma proteção natural contra fungos e bactérias. Tirar demais pode causar inflamações.

Você faz isso e nem percebe...

“Quanto mais fundinha a cutícula, mais bonita fica a unha...”

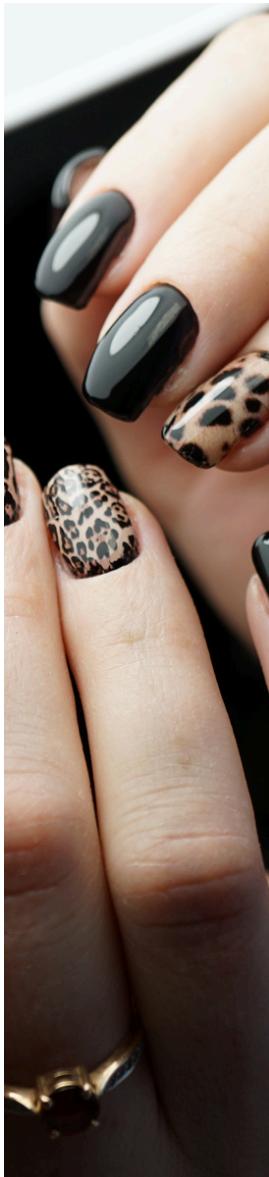
O que fazer no lugar:

Hidrate diariamente e empurre suavemente com espátula. Tire só o excesso que realmente levantar.



ERRO #4:

Esquecer de Hidratar as Unhas



O que acontece:

Unhas secas são mais fracas, descamam e crescem mais devagar.

Você faz isso e nem percebe...

“Passo creme na mão, tá tudo certo, né?”

O que fazer no lugar:

Use óleos fortalecedores ou hidratantes específicos para unhas e cutículas todos os dias.



ERRO #5:

Usar Produtos de Limpeza sem Luvas



O que acontece:

Os produtos químicos enfraquecem as unhas, ressecam e podem causar alergias.

Você faz isso e nem percebe...

“É só lavar uma loucinha, nem precisa de luva...”

O que fazer no lugar:

Use luvas sempre para proteger suas mãos e unhas – mesmo nas tarefas rápidas.



ERRO #6:

Aplicar Camadas Grossas de Esmalte



O que acontece:

O esmalte demora a secar, descasca mais fácil e “abafa” a unha, deixando-a fraca.

Você faz isso e nem percebe...

“Vou passar bem grossinho pra cobrir logo com duas camadas...”

O que fazer no lugar:

Passe camadas finas, espere secar entre uma e outra, e finalize com extra brilho.



ERRO #7:

Ficar Muito Tempo com o Mesmo Esmalte



O que acontece:

As unhas não respiram, o esmalte craquela, mancha e enfraquece as unhas.

Você faz isso e nem percebe...

“Ah, tá durando, vou deixar mais uns dias...”

O que fazer no lugar:

Troque o esmalte a cada 7 dias, no máximo. E dê um intervalo de 1 ou 2 dias sem nada de vez em quando.



ERRO #8:

Não Usar Base Fortalecedora



O que acontece:

Sem uma base, o esmalte gruda direto na unha e enfraquece com o tempo.

Você faz isso e nem percebe...

“Base? Não tenho, vou passar o esmalte direto...”

O que fazer no lugar:

Use uma base fortalecedora ou de tratamento, sempre antes de esmaltar.



ERRO #9:

Tirar o Esmalte com as Unhas ou no Banho



O que acontece:

Você danifica a camada da unha e deixa a superfície irregular, o que enfraquece.

Você faz isso e nem percebe...

“Ai, tá saindo fácil... vou puxar tudo logo!”

O que fazer no lugar:

Remova com produto próprio, sem forçar. Se sair sozinho, mesmo assim hidrate logo em seguida.



ERRO #10: Fazer a Unha Sempre com Pressa



O que acontece:
Pular etapas, não deixar secar direito,
esquecer da hidratação... tudo isso
prejudica o resultado e a saúde da unha.

Você faz isso e nem percebe...
“Não tenho tempo, só vou passar o
esmalte rapidinho...”

O que fazer no lugar:
Reserve um tempo para você.
Transforme o momento de fazer a unha
em um ritual de autocuidado.



Conclusão



Agora que você conhece os 10 erros mais comuns, já deu um passo enorme para ter unhas mais fortes, saudáveis e lindas – mesmo cuidando em casa!

Evitar esses erros é o primeiro passo para transformar sua rotina de manicure. E o melhor: com esses cuidados simples, você já começa a ver resultado nas primeiras semanas.

✨ Cuide das suas unhas com amor. Você merece mãos lindas todos os dias! ✨