



peinados  
españuelos

VER  
AND  
SER



*Creemos que la mirada,  
sumada con una sonrisa,  
es lo que podemos regalar cada día.*

*(Anónimo)*

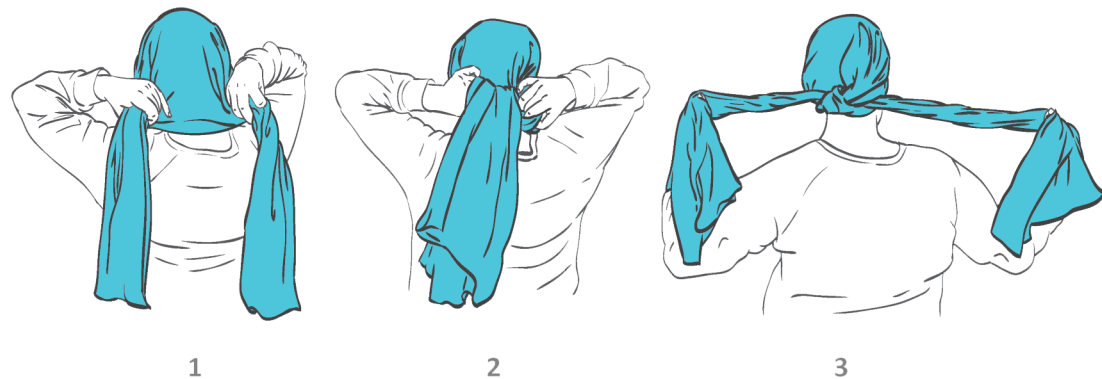
## MODELOS SENCILLOS



### 1 - MODELO BÁSICO

Un pañuelo rectangular doblado por la mitad en horizontal, lo colocamos en la cabeza cubriendo las orejas y la frente. Y hacemos un nudo lateral.

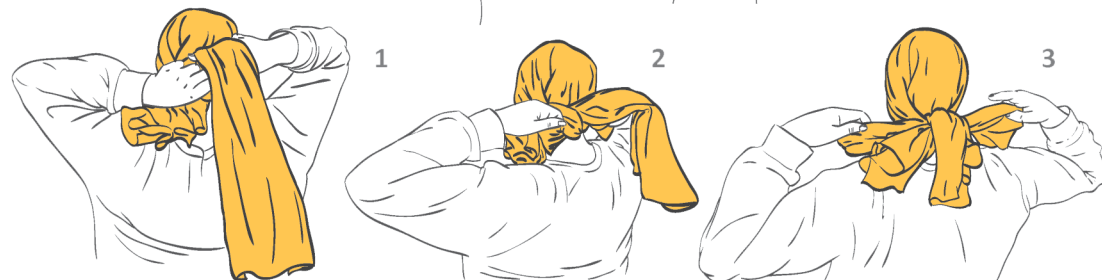
#### PASOS PARA REALIZAR



### 2 - MODELO LAZO

Primero realizamos el modelo básico y después para finalizar se anudan las dos partes del pañuelo haciendo un lazo a nuestro gusto.

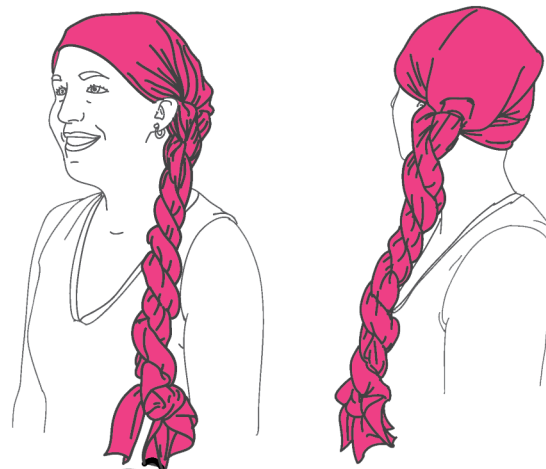
#### PASOS PARA REALIZAR



### 3 - MODELO TRENZA

Primero realizamos el modelo básico y después para finalizar se trenzan las dos partes del pañuelo y anudamos al final de la trenza.

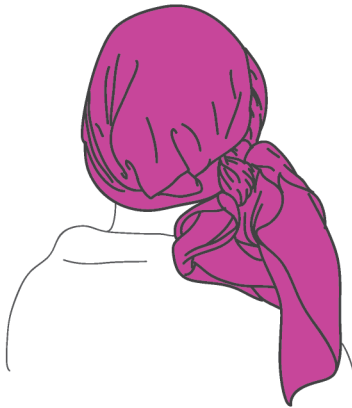
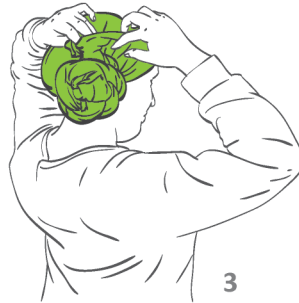
#### PASOS PARA REALIZAR



#### 4 - MODELO FLOR

Primero realizamos el modelo básico más el modelo trenza y finalmente enroscamos la trenza en uno de los laterales de la cabeza simulando una flor y se agarra finalmente con una goma.

##### PASOS PARA REALIZAR



#### 5 - MODELO TURBANTE

Primero realizamos el modelo básico pero dejando una de las partes más larga que la otra. La parte más larga se enrosca y se pasa por encima de la cabeza, simulando un turbante. Y luego se unen las dos partes con un nudo.

##### PASOS PARA REALIZAR



## Dale un toque de gracia al pañuelo con complemento como...

### Enredos de ilusión:

GOMAS, HORQUILLAS, BROCHES Y COLETEROS CON FORMAS

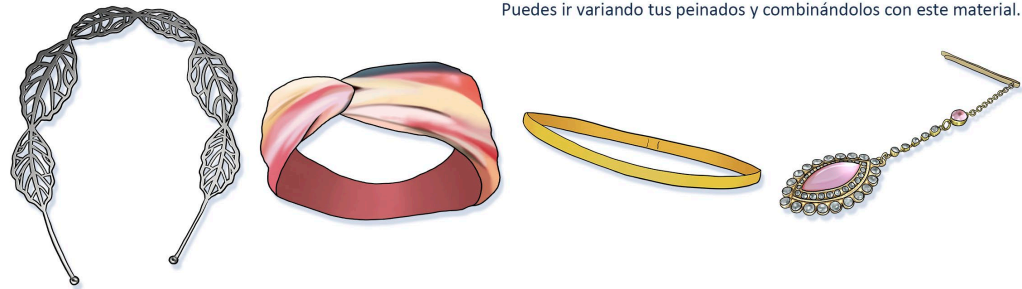
Aparte de utilizar gomas, horquillas y nudos para sujetar el pañuelo, se puede variar con coleteros con distintas formas y broches.



### Luces y esplendores:

DIADEMAS, TURBANTES, CINTAS FINAS Y COLGANTES DE PELO

Puedes ir variando tus peinados y combinándolos con este material.



### Vida de colores:

FLORES, LAZOS Y PLUMAS

Estos complementos le darán luz a tu peinado dándole un toque de color y energía.



### Toque brillante:

COMPLEMENTOS DE BISUTERÍA

Prueba a utilizar anillos, collares y pendientes largos consiguiendo un look muy elegante y favorecedor



¡El mejor complemento es tu sonrisa!

## Cuidados generales

### Mi cuero cabelludo

- Utiliza champú neutro (ph 5.5) para que no se te irrite la piel.
- Cuando te seques la cabeza pasa la toalla con suavidad y sin frotar.
- Hidrata la piel de tu cuero cabelludo dos veces al día.
- Las almohadas de satén pueden ser más cómodas y suaves para tu piel.



### Cuando me ponga el pañuelo:

- Es aconsejable que los pañuelos sean de algodón.
- Debajo del pañuelo puedes ponerte un gorro fino de tela para sentir tu peinado más seguro.
- Puedes usar también plantillas de silicona para evitar desplazamientos.
- Ten cuidado al atarte el pañuelo fuerte, puede apretarte demasiado.



*Lo mejor de la vida es cuando encontramos personas que saben hacer de pequeños instantes grandes momentos...*

*(Anónimo)*

## MODELOS COMBINADOS

### 6 - TRENZA COMBINADA

Primero realizamos el modelo básico pero haciendo un nudo atrás. Con otro pañuelo de diferente color, se enrosca y se pone como una diadema. Al final con ambos pañuelos se hace una trenza y se anuda o se pone una goma.

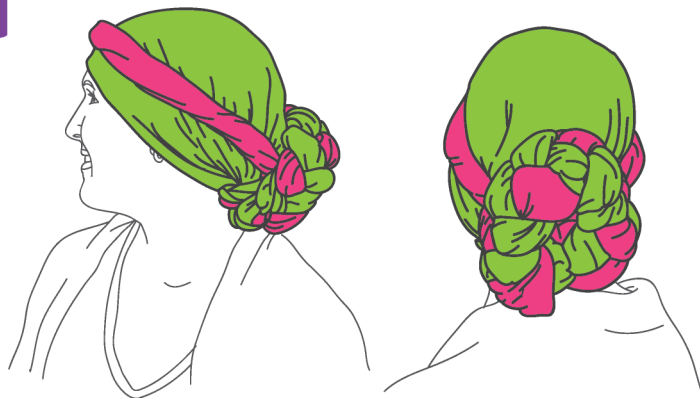
### MODELO BÁSICO + PASOS



## 7 - TURBANTE COMBINADO

Primero realizamos el modelo básico pero haciendo un nudo atrás. Con otro pañuelo de diferente color, se enrosca y se pone como una diadema.

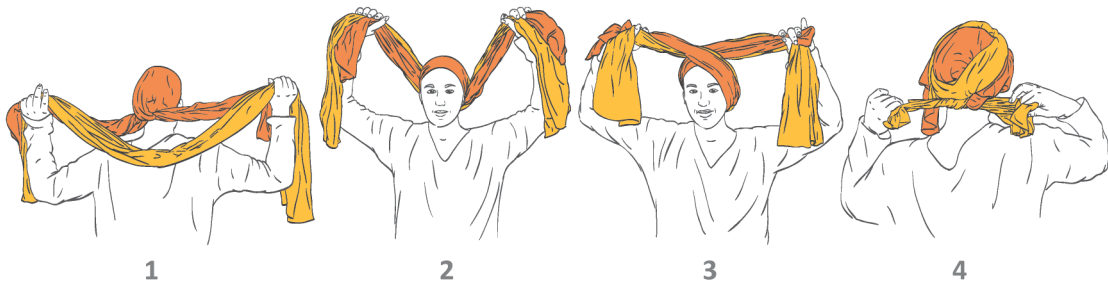
Y con ambos pañuelos se hace una trenza y se enrosca sujetándolo con una goma.



## 8 - TURBANTE ARÁBICO

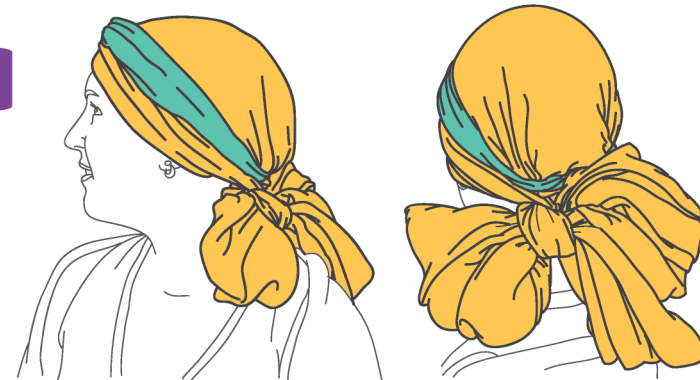
Primero realizamos el modelo básico pero haciendo un nudo atrás. Se coloca además otro pañuelo de color diferente y se entremezclan entre ellos rodeando la cabeza y terminando con un nudo.

### MODELO BÁSICO + PASOS

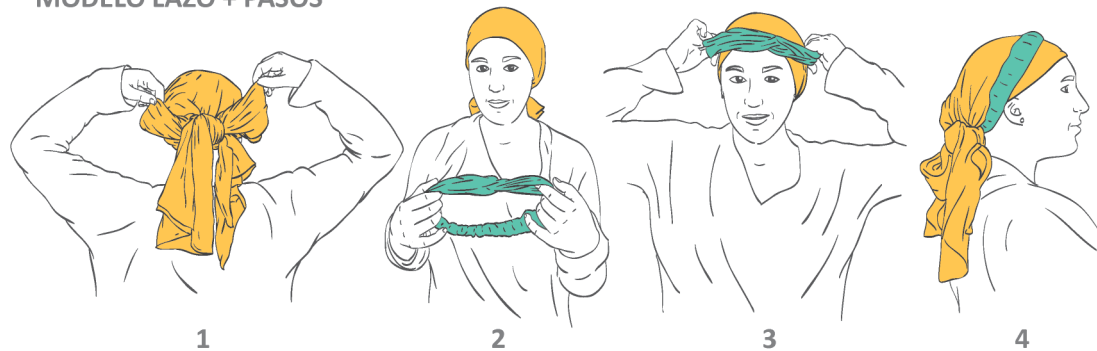


## 9 - COMBINADO CON LAZO

Primero realizamos el modelo lazo pero con el moño hacia atrás. Se coloca una cinta gruesa de pelo por encima.



### MODELO LAZO + PASOS



## 10 - PAÑUELO CRUZADO

Primero realizamos el modelo básico pero haciendo un nudo atrás y con los laterales pasándolos por los hombros, uno a cada lado. Luego una cinta fina de otro color, se entrelaza en la parte frontal de la cabeza y se anuda en la parte de atrás.

### MODELO BÁSICO + PASOS



Ficha educativa de diez modelos de peinados con pañuelos.  
 Está dirigido a personas que quieran aprender a darle un toque diferente y especial a su imagen utilizando pañuelos. Nuestro principal objetivo es facilitar un recurso de apoyo y complementario al taller.  
<https://www.facebook.com/VERANDSER/>

Elaborado por:



cuidarte para **AMARTE**

PROGRAMAS PSICOEDUCATIVOS  
 PARA PACIENTES CON CÁNCER

Colaboradores:



UNIVERSIDAD  
 COMPLUTENSE  
 MADRID



*Idea Creativa:* Andrea Hernández Hervás

*Equipo:* Andrea Hernández Hervás, Sonia Rozas Gilabert y Ana Monroy González

*Diseño de interiores con ilustraciones de peinados con pañuelos:* SergioPablo Illustration

*Ilustrador de hoja de complementos y cuidados del cuero cabelludo:* Fernando Linares

*Diseño de marca y cubierta:* Virginia Manzano

*Fotógrafo:* Oscar Bejarano



Facebook: @sergiopabloillustration

[www.virginiamanzano.com](http://www.virginiamanzano.com)

[www.ventadefotos.es](http://www.ventadefotos.es)