



A2.22 Igiene personale

- Parla di prodotti e pratiche per l'igiene.
- Spiega quali prodotti per l'igiene desideri nel negozio.

Lo spazzolino	<i>(A escova de dentes)</i>	Il deodorante	<i>(O desodorizante)</i>
Il dentifricio	<i>(O creme dental)</i>	Il profumo	<i>(A fragrância / o perfume)</i>
Spazzolare i denti	<i>(Escovar os dentes)</i>	La crema	<i>(O creme)</i>
Lavare le mani	<i>(Lavar as mãos)</i>	Il cotton fioc	<i>(O cotonete)</i>
Bagnarsi	<i>(Molhar-se)</i>	Il rasoio	<i>(O barbeador)</i>
Il sapone	<i>(O sabão)</i>	Il pettine	<i>(O pente)</i>
Lo shampoo	<i>(O xampu)</i>	Essere allergico	<i>(Ser alérgico)</i>
Il docciaschiuma	<i>(O gel de banho)</i>	Avere i capelli puliti	<i>(Ter o cabelo limpo)</i>

1. Digitalize o código QR para ver o vídeo, ou leia o texto. (QR: Áudio)



Alcune parti del corpo hanno bisogno di più attenzione, anche quando fai **la doccia**. Quando usi **lo shampoo**, è utile massaggiare la *cute* per pulirla meglio. Per le unghie si può usare ogni giorno **una spazzola** con il **sapone di Marsiglia**. Anche l'ombelico si pulisce con **acqua e sapone**. *Appena* finisci la doccia, asciuga bene i piedi.

*Algumas partes do corpo precisam de mais atenção, mesmo quando você toma **banho**. Quando você usa **o shampoo**, é útil massagear o couro cabeludo para limpá-lo melhor. Para as unhas, pode-se usar todos os dias **uma escova** com **o sabão de Marselha**. Também o umbigo se limpa com **água e sabão**. Assim que terminar o banho, seque bem os pés.*

1. Quando fai lo shampoo, che cosa spesso non si pulisce bene?
 - a. I capelli
 - b. La cute
 - c. Le orecchie
 - d. I piedi
2. Che cosa si consiglia di usare ogni giorno per pulire bene le unghie?
 - a. Un deodorante forte
 - b. Una spazzola con il sapone di Marsiglia
 - c. Un batuffolo di cotone con alcool
 - d. Solo acqua fredda

1-b 2-b

2. Gramática: As expressões de tempo: durante, fino a, appena, etc.

Expressões como durante, fino a, appena, ancora, subito indicam quando acontece algo.



Espressione (<i>Expressão</i>)	Esempio (<i>Exemplo</i>)
Durante (<i>Durante</i>)	Mi insapono durante la doccia. (<i>Eu me ensaboo durante o banho.</i>)
Fino a (<i>Até</i>)	Studio fino a mezzanotte. (<i>Eu estudo até meia-noite.</i>)
Finché (<i>Até que</i>)	Resto finché non arrivi. (<i>Eu fico até que você chegue.</i>)
Appena / Non appena (<i>Assim que / Logo que</i>)	Appena mi sveglio, mi lavo i denti. (<i>Assim que eu acordo, escovo os dentes.</i>) Non appena torno, faccio la doccia. (<i>Logo que eu volto, tomo banho.</i>)
Ancora (<i>Ainda</i>)	Uso ancora il deodorante del mese scorso. (<i>Eu uso ainda o desodorante do mês passado.</i>)
Non ancora (<i>Ainda não</i>)	Non mi sono ancora lavato. (<i>Eu ainda não me lavei.</i>)
Subito (<i>Logo</i>)	Mi lavo subito dopo la colazione. (<i>Eu me lavo logo depois do café da manhã.</i>)

- _____ il viaggio in treno mi lavo le mani con il gel disinfettante. (*Durante a viagem de trem lavo as mãos com o gel desinfetante.*)
 a. Durante b. Fino a c. Appena d. Ancora
- Studio _____ mezzanotte, poi mi faccio la doccia e vado a dormire. (*Estudo até meia-noite, depois tomo banho e vou dormir.*)
 a. durante b. subito c. appena d. fino a

1. Durante 2. fino a

Rewrite the phrases (QR: IA+)



- (Fino a) Studio. Poi è mezzanotte e smetto.

(*Estudo até a meia-noite.*)

- (Finché) Resto in ambulatorio. Tu arrivi. Poi vado via.

(*Fico no consultório até que você chegue.*)

- (Durante) Mi insapono mentre faccio la doccia.

(*Eu me ensaboo durante o banho.*)

1. Studio fino a mezzanotte. 2. Resto in ambulatorio finché non arrivi. 3. Mi insapono durante la doccia.

3. Exercícios

1. Associe os itens que têm um significado relacionado.

- | | |
|----------------------|-------------------------------|
| a. Lo spazzolino | 1. per lavare i denti |
| b. Il dentifricio | 2. la pasta per i denti |
| c. Lavare le mani | 3. pulirsi le mani |
| d. Appena mi sveglio | 4. subito dopo che mi sveglio |

a-1 b-2 c-3 d-4



2. Aviso na farmácia: produtos de higiene e peles sensíveis (QR: Áudio)

Preencha as lacunas: shampoo, spazzolino, dentifricio, mani, igiene, allergico



In farmacia: questa settimana sconto sui prodotti per l' (1) _____ personale. Disponibili lo (2) _____ , il (3) _____ , il sapone di Marsiglia, un docciaschiuma delicato, lo (4) _____ e una crema idratante. Per chi è (5) _____ o ha irritazioni, scegliete formule senza profumo e provatele prima su una piccola zona della pelle.

Consiglio pratico: lavate le (6) _____ durante la giornata e asciugatevi bene fino a quando la pelle è completamente asciutta, soprattutto dopo la doccia. Appena finite lo shampoo, massaggiare la cute per un minuto e risciacquate bene. Se avete bisogno di aiuto, chiedete al banco.

Na farmácia: esta semana, desconto em produtos de higiene pessoal. Disponíveis: a escova de dentes, o creme dental, o sabão de Marselha, um gel de banho delicado, o shampoo e um creme hidratante. Para quem é alérgico ou tem irritações, escolham fórmulas sem perfume e testem primeiro numa pequena área da pele.

Conselho prático: lavem as mãos durante o dia e sequem bem até que a pele esteja completamente seca, sobretudo após o banho. Assim que terminarem o shampoo, massageiem o couro cabeludo por um minuto e enxaguem bem. Se precisarem de ajuda, perguntem no balcão.

(1) igiene, (2) spazzolino, (3) dentifricio, (4) shampoo, (5) allergico, (6) mani

1. Quali prodotti per l'igiene menzionati nell'avviso sono adatti a una pelle sensibile e perché?
-

3. Ouça o fragmento de áudio e escolha a resposta correta. (QR: Áudio)

1. La persona sta preparando una piccola borsa per un breve viaggio di lavoro.
2. Chiede uno shampoo profumato, perché non ha problemi di allergie.
3. Vuole una crema perché lavarsi spesso le mani le rende la pelle secca.

Verdadeiro Falso

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



1-V 2-X 3-V

4. Scegli a soluzione corretta

1. Appena sono arrivato a casa, mi _____
_____ e poi ho usato il docciaschiuma.
(Assim que cheguei em casa, me molhei e depois usei o gel de banho.)
a. mi ho bagnato b. mi ero bagnato
c. mi sono bagnato
d. mi sono bagnata
2. Durante la doccia mi _____
_____ e ho lavato i capelli con lo shampoo.
(Durante o banho, me molhei e lavei o cabelo com o xampu.)
a. mi stavo bagnando b. mi ha bagnata
c. mi sono bagnata
d. mi sono bagnato
3. Non appena ho finito di lavorare, mi _____
_____ le mani e ho messo il sapone.
(Assim que terminei de trabalhar, molhei as mãos e passei o sabão.)
a. mi sono bagnati b. mi sono bagnata
c. mi sono bagnato
d. mi ho bagnato
1. mi sono bagnato 2. mi sono bagnata 3. mi sono bagnato

5. Roleplay - diálogos (QR: Áudio)



In farmacia: scelta deodorante

Cliente (Giulia): *Buongiorno, cerco un deodorante delicato perché sono allergica ad alcuni profumi.*
(Bom dia, estou procurando um desodorante suave porque sou alérgica a alguns perfumes.)

Farmacista (Marco): *Capisco. Lo preferisce spray o roll-on? Questo è senza profumo e va bene per pelli sensibili.*
(Entendo. Você prefere spray ou roll-on? Este não tem perfume e é bom para peles sensíveis.)

Cliente (Giulia): *Preferisco il roll-on, grazie. Inoltre mi serve una crema: dopo la doccia la mia pelle è molto secca.*
(Prefiro o roll-on, obrigada. Além disso, preciso de um creme: depois do banho minha pele fica muito seca.)

Farmacista (Marco): *Allora le consiglio questa crema idratante. Se vuole, posso anche suggerire un docciaschiuma neutro e senza profumo.*
(Então eu recomendo este creme hidratante. Se você quiser, também posso sugerir um gel de banho neutro e sem perfume.)

Cliente (Giulia): *Va bene, prendo il deodorante roll-on e la crema idratante. Grazie, così evito problemi.*
(Está bem, vou levar o desodorante roll-on e o creme hidratante. Obrigada, assim evito problemas.)

1. Che problema ha Giulia con alcuni prodotti?
-

6. Falar: traduzir e responder (QR: IA+)

Di solito, la mattina/di sera io... / Appena torno a casa, mi lavo le mani e... / Vorrei un prodotto che sia per pelle sensibile/per capelli puliti



1. Qual è la tua routine di igiene personale al mattino o alla sera?

2. Sei in farmacia e vuoi comprare un prodotto per la pelle o per i capelli: cosa chiedi e perché?

7. Escrita: WhatsApp (QR: IA+)

Ciao! Sono al supermercato. Nel reparto bagno ci sono tante cose e non so cosa prendere.

In casa abbiamo finito il **dentifricio** e il **docciaschiuma**. Vuoi anche **shampoo** o **deodorante**?

Dimmi:

- che tipo (per pelle sensibile? profumato?)
- se sei **allergico** a qualcosa
- se devo prendere anche **cotton fioc** o **sapone**

Grazie! - Luca



Escreva uma resposta apropriada: *Puoi prendere... per favore? / Appena puoi, compra... / Sono allergico/a a..., quindi preferisco...*

Verbos importantes

Bagnarsi (*banhar-se*)

Passato prossimo

io	mi sono bagnato
tu	ti sei bagnato
lui/lei	si è bagnato
noi	ci siamo bagnati
voi	vi siete bagnati
loro	si sono bagnati