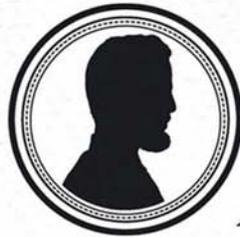


# NO SIN MI BARBA

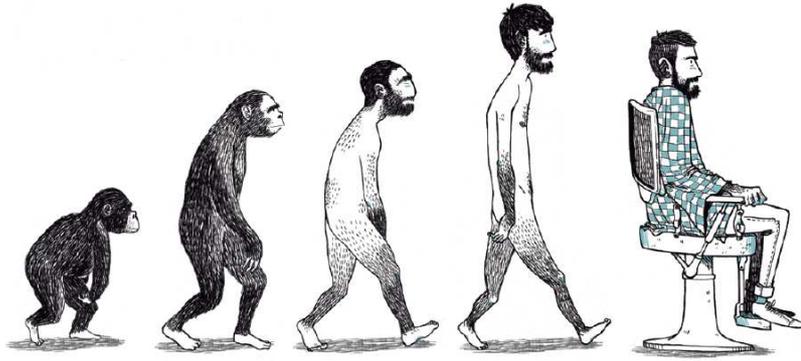
CARLES SUÑÉ

ALFONSO CASAS



*Lunwerg*

A LA VENTA EL 9 DE ABRIL DE 2015



# NO SIN MI BARBA



CARLES SUÑÉ – ALFONSO CASAS

- Barbudos del mundo, llega por fin *No sin mi barba*, el primer libro de *lifestyle* sobre la barba, basado en el famoso blog del mismo nombre. Un libro objeto ideal para hombres y un manual para ser un perfecto barbudo y descubrir, por fin, qué se esconde detrás de una barba.
- ¿Cuándo se ponen de moda las barbas? ¿Es algo reciente o ha existido siempre? *No sin mi barba* responde a éstas y más preguntas y nos ayuda a entender el fenómeno desde tiempos remotos, para comprender cómo se ha llegado hasta el boom actual que ha invadido ciudades y redes sociales.
- Un libro ilustrado con un cuidado diseño moderno y atractivo que incluye un glosario y muchas ilustraciones, fotografías, dibujos y viñetas.
- Escrito por **Carles Suñé**, periodista y blogger creador del blog de *lifestyle* masculino *No sin mi barba*; e ilustrado por **Alfonso Casas**, uno de los ilustradores más relevantes actualmente. Ambos, por supuesto, barbudos de pro.

## ¡INCLUYE!

- La importancia de la barba a nivel religioso, cultural y social.
- El panorama del boom actual de las barbas y día a día de un barbudo.
- Qué se esconde tras una barba y quién es quién de los barbudos más ilustres.
- Consejos y trucos imprescindibles para el cuidado de la barba.
- Glosario y calendario ilustrado.



## ¿Hombres con barba o sin barba? Esa es la cuestión.



La pregunta parece trivial, pero tras ella se esconde un detalle fundamental si pensamos en términos de *lifestyle* masculino. Elemento distintivo de la fisionomía del hombre desde las primeras civilizaciones, con el paso del tiempo la barba se convirtió en un **rasgo** que sentaba bien, aportaba **presencia** y denotaba cierta **clase**. Hoy es algo tan aceptado como indiscutible, **de moda**.

Como escribe **Carles Suñé**, creador del portal homónimo (*No sin mi barba*), este libro es el reflejo de una realidad que vivimos a diario, que nos gusta, que cree en los fundamentos de la barba, y que no tiene reparo en compartir y reclamar que **“la barba es más que vello facial, es una actitud, un elemento de masculinidad bien entendida”**.

*No sin mi barba* es una completa e interesante antología de apuntes, anotaciones, reflexiones, consejos y recomendaciones en torno a las **barbas**, los **barbudos** y los **barberos**, ilustrado con maestría por **Alfonso Casas**, barbudo también. Un delicioso **objeto de culto** y **libro práctico** para todos aquellos que quieren iniciarse o que ya defienden las barbas como estilo de vida.

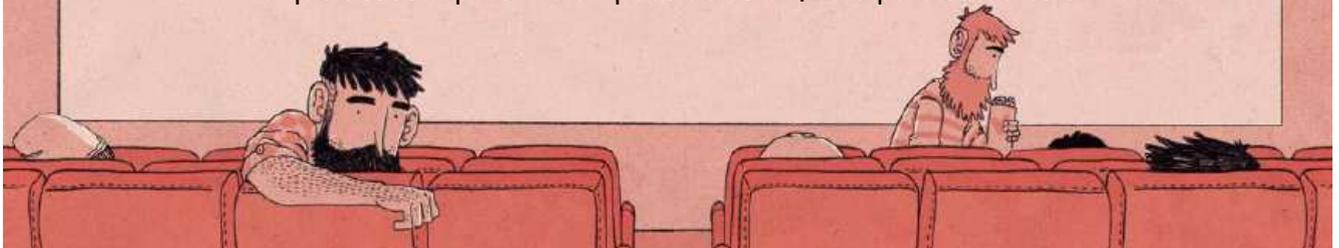
## ÍNDICE

1. **La barba como elemento religioso, cultural y social**
  - Recorrido visual por la historia de la barba
  - El diablo vs. El profeta
  - Como la alfalfa: la barba antes era una mierda y ahora es lo más
  - Barbas contemporáneas y movimientos sociales
  - Si te afeitas, avisa
2. **El panorama barbudo actual**
  - ¿El boom de los gin-tonics, los cupcakes y las barbas?
  - Y usted... ¿Por qué se deja barba?
  - Barbas y tattoos
  - Del metrosexual al barbosexual
  - Instagram
3. **El negocio de la barba**
  - El resurgir de las barberías
  - Los productos para el cuidado de la barba (y el bigote)
  - De la barba de tres días al pack completo
4. **El día a día del barbudo**
  - El paso a paso del cuidado de la barba (y el bigote)
  - Comer, beber, amar
  - El lifestyle del barbudo
  - ¿Se liga más con barba?
  - ¿El tamaño importa?
5. **Lo que la barba esconde**
  - ¿Qué se oculta tras la barba?
  - La barba como maquillaje
  - La masculinidad y la barba
  - El misterioso caso de un barbudo random
6. **El quién es quién de la barba**
  - Las barbas en el arte, la filosofía, la música y el cine
7. **Consejos y trucos barbudos**
  - ¡Los 3 puntos básicos del cuidado de la barba!
  - Guía básica para hacer crecer la barba
  - Aceite para barba: ¿qué es y cómo aplicarlo?
  - ¿Qué barba le queda mejor a tu cara?
8. **Anexos**
  - Un viaje peliagudo
  - Glosario barbudo
  - Calendario barbudo

## EL PASO A PASO DEL CUIDADO DE LA BARBA

Tenemos dos opciones, despreocuparnos de la barba y que crezca como si de un hierbajo se tratara o cuidarla para que crezca más sana y cuidada y luzca radiante. En tan sólo cuatro pasos, el libro nos enseña cómo mantener una barba envidiable:

1. **Limpieza:** se trata de un nuevo hábito en nuestra rutina de la ducha diaria. Necesitamos jabón especial para barba, a poder ser natural y con pocos productos químicos.
2. **Secado:** al salir de la ducha, primero sécate, no te vayas a resfriar. Después, con la toalla quita el exceso de humedad de tu barba y posteriormente dale un golpe de secador con aire frío. Después, péinala con suavidad con un cepillo.
3. **Hidratación:** se puede hidratar con aceite o bálsamos especiales que le aportarán brillo y aroma a tu barba.
4. **Dar forma:** peina de nuevo tu barba con las manos o el cepillo. Para el bigote, dale la forma que desees aplicando un poco de cera. ¡Listo para comerte el mundo!



## LA MASCULINIDAD Y LA BARBA

*“La barba representa lo masculino debido a su singularidad, por ser un elemento diferenciador de género. Por eso la barba se convierte en el objeto de deseo, en la representación icónica de lo masculino, de la virilidad.*

*La barba como atributo de la belleza y el deseo.”*

**Javier Hirschfield** en el *dossier* de la exposición *To Shave or not to Shave*.

La barba es considerada como un atributo de la belleza y el deseo. Un estudio de la Universidad de Gales del sur determina que la barba modifica los atributos “sociosexuales” masculinos. Los resultados no dejan lugar a dudas:

- Las mujeres consideran que los hombres con barba son más **sensatos, responsables** y más **seguros** de sí mismos.
- Las mujeres consideran que los hombres con barba son más **atractivos**.
- Las mujeres consideran que los hombres con barba son **mejores padres** y cuidan más de sus hijos, transmitiendo más seguridad.
- Las mujeres consideran que los hombres con barba son **mejores amantes** y compañeros sexuales.



## BARBAS EVERYWHERE

El libro propone un recorrido visual con algunos barbudos célebres del mundo del arte, la filosofía, la música, la moda y el cine. Algunos de ellos son:

LEONARDO DA VINCI



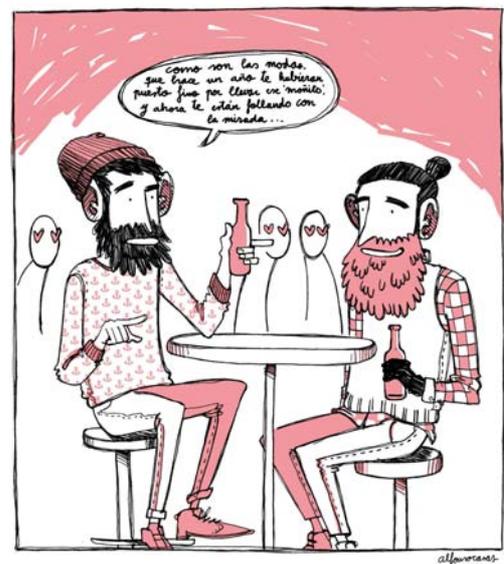
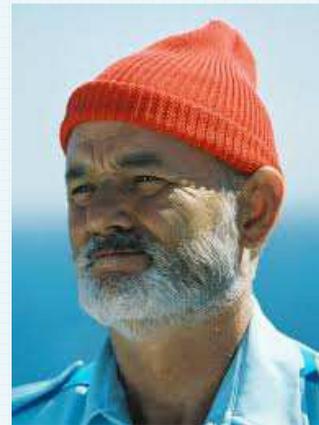
ZZ TOP



AL PACINO EN *SERPICO*



BILL MURRAY EN *EL MUSO*



## LOS AUTORES

### CARLES SUÑÉ

CEO, editor y redactor jefe de la web *No sin mi barba*. Periodista y blogger. Un día dejó Barcelona y todo lo que tenía por amor para mudarse a A Coruña que, asegura, le ha acogido y enamorado. Un día se despertó y decidió crear algo, ese algo es la web No sin mi barba. Síguele la pista en:

**Web:** [www.nosinmibarba.com](http://www.nosinmibarba.com) - @nosinmibarba

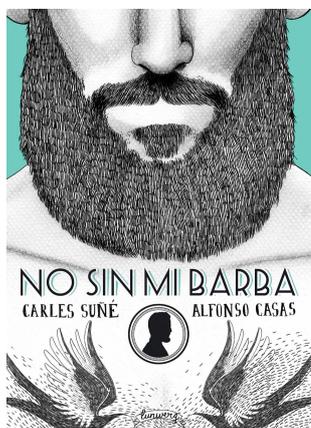
**Twitter e Instagram:** @csuneg

### ALFONSO CASAS

Se define a sí mismo como ilustrador y perdedor del tiempo profesional Residente en Barcelona, es uno de los ilustradores del momento, con miles de seguidores en redes sociales. Colabora habitualmente en revistas y periódicos, como *El País*. No dejes de seguirle en:

**Su blog:** [alfonsocasas.blogspot.com](http://alfonsocasas.blogspot.com)

**Instagram:** [alfonsocasas](https://www.instagram.com/alfonsocasas)



### Ficha Técnica

#### NO SIN MI BARBA

Carles Suñé – Alfonso Casas

Lunwerg. 2015

15 x 21 cm. / 160 páginas / Cartoné

PVP c/IVA: 15,95 €

A la venta el 9 de abril de 2015

### MÁS INFORMACIÓN PARA PRENSA, IMÁGENES O ENTREVISTA CON LOS AUTORES:

Lola Escudero - Directora de Comunicación de Lunwerg

Tel.: 91 423 37 11 - 680 235 335 - [lescudero@planeta.es](mailto:lescudero@planeta.es)

Facebook.com/lunwerg @lunwergfoto

## CÓMO ES EL LIBRO POR DENTRO

### ACEITE PARA BARBA: ¿QUÉ ES Y CÓMO APLICARLO?

#### ¿QUÉ ES EL ACEITE PARA BARBA?

El aceite para barba es una mezcla de distintos aceites que contribuyen a mantener tu barba sana y manejable. Una base de aceite natural de almendra o de jojoba se combina con otros aceites esenciales como el de romero, etc., cuyos aromas suelen ser intensos y muy agradables, para nutrir e hidratar tu piel y el pelo de tu barba y así mantenerla perfecta.

En función de los aceites esenciales empleados en dicha combinación se obtendrá un aceite de mayor o menor calidad. Además, ciertos aceites esenciales tienen unas características especiales, es el caso del aceite esencial de romero que tiene propiedades estimulantes que favorecen el crecimiento del pelo.

#### ¿POR QUÉ USAR ACEITE PARA BARBA?

Del mismo modo que para cuidar nuestro cabello usamos productos específicos, y no el gel de ducha que usamos para el cuerpo, la barba también requiere de sus cuidados. Son muchos los factores

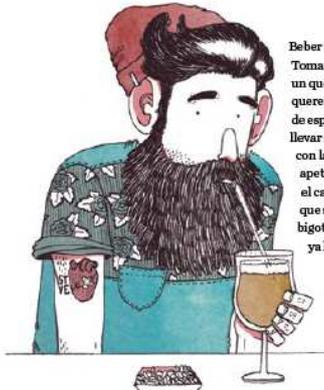
que atacan a nuestro vello facial a lo largo del día: el viento, el frío o la dureza del agua pueden maltratar el pelo de la barba resquebrajándolo, abriendo las puntas, convirtiéndola en estropajo y con una apariencia desaliñada y descuidada.

*Os damos 3 razones básicas por las que Sí deberías usar aceite para barba:*

#### 01 HIDRATA EL VELLO FACIAL Y LA PIEL DEBAJO DE TU BARBA

Su doble acción le convierten en un producto necesario para cualquier barbudo, ya que además de hidratar y facilitar el moldeado de la barba, hidrata también la piel en la que crece el vello facial. Como ya hemos indicado el crecimiento de la barba tiende a resecar la piel lo que puede provocar escamaciones y picores. Es por eso que es tan importante hidratar bien la zona.





Beber tampoco es asunto sencillo. Tomarse una caña puede ser un quebradero de cabeza sino queremos que el bigote se llene de espuma. La solución pasa por llevar siempre encima pajitas con las que bebemos lo que nos apetezca sin sufrir por nada. Para el café existen tazas especiales que salvan la integridad de los bigotes, algo que en el siglo XVIII ya habían inventado.

Un acto tan sencillo como comer, no lo es tanto para los barbudos. Por un lado, debemos tener puntería y conseguir que los alimentos entren en la boca y no se estrellen contra el bigote o la barba o evitar que nos chorreen por la barba. Por otro, necesitamos sacudir constantemente nuestras barbas para quitarnos todas las migas que ha recogido.



## COMER BEBER AMAR

Más allá de lo que puede molar tener una gran barba esta a veces nos dificulta la vida, y las cosas más sencillas se ponen de golpe más difíciles que una prueba de Humor Amarillo. Aquí solo os presentamos tres situaciones con las que como barbudos tenemos que lidiar:



E incluso en las artes amatorias la barba también puede suponer un handicap. Si bien muchas personas veneran la barba como un elemento que incrementa el sex-appeal y que en según que casos hace unas agradables cosquillas, para otros supone cierto entorpecimiento. Una de las más temidas consecuencias es el llamado "efecto velcro", que no entiende ni de géneros ni de sexos (allá cada uno con su imaginación).

## LOS PRODUCTOS PARA EL CUIDADO DE LA BARBA (Y EL BIGOTE)

Otro negocio que se ha aprovechado del rebufo de la buena racha de la barba ese es el de los productos específicos para barba.

Los hombres cada vez tienen más tendencia a preocuparse por su cuidado y por su estética, y especialmente, aquellos que llevamos barba y la queremos llevar aseada, lustrosa y perfumada.

Para nosotros existen varios productos que se convertirán en imprescindibles.

### JABÓN PARA BARBA

La barba, pese a lo que muchos creen, no es pelo al uso. Es distinto al de la cabeza, es vello, es mucho más grueso y tiende a secar la piel dónde crece. Además, la barba es un maravilloso contenedor de suciedad (restos de comida, etc) y de malos olores (tabaco, etc). Por ello, es importante lavarse e hidratar la barba a diario, por el bien del vello y de la piel.

### BÁLSAMO

Es precisamente por la sequedad que provoca el crecimiento del vello facial sobre la piel de la cara que necesitamos hidratar muy bien nuestra barba. Para ello, existen productos, como el bálsamo, que aportan mucha hidratación al vello, especialmente los más naturales, por lo que se evitan escamacio-

nes en la piel y evitan la caída del pelo de la barba, las puntas abiertas, etc. Sus aromas pueden ser muy variados.

### ACEITE PARA BARBA

En la misma línea que el bálsamo, los aceites para barba garantizan la hidratación de tu vello facial a la vez que aportan aroma. Algunos cuentan con propiedades concretas, como la de favorecer el crecimiento, o son especialmente indicadas para según que tipo de vello facial se tiene. Ofrecen un acabado brillante en la barba.

### CERAS

Reconozcámoslo, una buena barba sin un buen bigote no es lo mismo. Por ello, también es importante cuidar de él. Las ceras especiales para bigote, e incluso hay quién las usa para su barba, nos permiten fijarlos y moldearlos como queramos: estilo Dali, moustache clásico...

### CEPILLOS

Cepillos los hay de muchos tipos: especiales para barba en función de su longitud, especiales para bigote, etc. Son el objeto perfecto para dar forma a nuestras barbas y bigotes.

