

PROTEGGERE I CAPELLI IN VACANZA

Il sole, la sabbia, il sale, il cloro, ... Quando si va in vacanza le nostre chiome ne subiscono di ogni tipo! In estate, e al mare soprattutto, i capelli vengono sottoposti a continui stress e se vogliamo avere capelli sempre belli e disciplinati, basta seguire qualche piccolo accorgimento.

PRE

Un po' di sole, si sa, fa bene alla pelle, ma quando è forte può danneggiarla e per i capelli è la stessa cosa, essendo fatti anch'essi di cheratina. Il consiglio più efficace e più facile da seguire per proteggerli dall' intenso sole estivo, è quello di coprire i propri capelli con cappelli e foulard, in modo che non siano colpiti direttamente dai raggi solari e non diventino come paglia. Un altro suggerimento è quello di tenerli legati il più possibile in modo che siano maggiormente protetti dagli agenti esterni (sole, sabbia, sale e vento) e per farlo è importante non stringerli troppo per evitare che si strappino. I raccolti più comodi e pratici in spiaggia sono sicuramente la coda alta, le trecce e il bun.

Un altro grande nemico estivo per la nostra chioma è rappresentato dal sale (e cloro) che, a lungo andare, rovinerà e seccherà la vostra chioma. In questi casi la vostra salvezza sarà rappresentata dagli oli vegetali, in particolar modo l'olio di cocco (avendo cura che siano puri). Gli oli vegetali, applicati a capelli bagnati o umidi, non solo proteggono il fusto dagli agenti esterni, ma al tempo stesso nutrono e ammorbidiscono il capello.

Come fare?

Prima di entrare in acqua, se vi è possibile, bagnatevi i capelli con acqua dolce e applicate un po' di olio sulle lunghezze... Ora siete pronte per fare le sirenette! L'olio fungerà anche da maschera idratante e la sera, quando tornerete dalla spiaggia e vi laverete i capelli, noterete che saranno molto più morbidi e setosi. Un consiglio? Mandate in vacanza anche piastre e ferri: in estate i capelli sono belli anche al naturale!

POST

Se le vostre vacanze sono già finite e non avete fatto in tempo a coccolare i vostri capelli, non è troppo tardi. È molto facile che al ritorno dal mare le vostre chiome siano stressate: capelli crespi, secchi e opachi. La parola d'ordine è:

idratazione!

Al via con impacchi idratanti e nutrienti, sia con oli che con maschere e balsami molto ricchi. Prima di fare lo shampoo, applicare una buona dose di maschera sulle lunghezze, tenere in posa un'oretta e lavare normalmente. Se possibile, ripetere il trattamento una volta a settimana.

Per capelli molto disastrati, provate ad unire un po' di olio vegetale (cocco, jojoba, argan o anche oliva) alla vostra maschera, risultato: **capelli super nutriti!**

