

Lavare i capelli senza shampoo

SI PUÒ!

Nell'era del green, sano e naturale, dove si ha sempre più consapevolezza di ciò che si consuma, non solo da un punto di vista alimentare, ma anche cosmetico, molte persone ricercano nei prodotti grezzi e naturali, delle alternative ai classici prodotti chimici. Per alcuni le motivazioni possono essere di origine etica, per altri possono essere dettate da una sorta di "intolleranza" ai prodotti chimici, sicuramente più aggressivi di quelli naturali.

Il lavaggio dei capelli rientra sicuramente nel gruppo ed infatti esistono diverse alternative ai classici shampoo, metodi che, se non testati personalmente, riuscirebbe difficile credere alla loro efficacia. Quali sono quindi i metodi alternativi per lavarsi i capelli?

Ghassoul

Chiamato anche "Rhassoul" o più semplicemente argilla saponifera del Marocco, il Ghassoul è un ingrediente essenziale dell'hammam arabo, una sorta di nostre terme, ed utilizzata sempre dal popolo arabo come sapone per corpo e abiti già dal dodicesimo secolo. Il Ghassoul, oltre ad avere proprietà lavanti in quanto contenente saponine, ha numerose proprietà per pelle e cute: è lenitiva e seborregolatrice e aiuta ad eliminare impurità, punti neri e cellule morte; per questo è anche consigliata a chi ha problemi di cute come dermatite o seborrea.

Come utilizzarla? Il Ghassoul si presenta generalmente come un'argilla in polvere (si può trovare anche in scaglie, da macinare) e la preparazione è molto semplice in quanto basta aggiungere della semplice acqua fino a creare una crema liscia ma non troppo fluida. Si utilizza proprio come uno shampoo, ovvero a capelli bagnati, massaggiare sul cuoio capelluto, lasciare in posa circa 15 minuti e risciacquare. Quando si utilizza questa argilla è consigliato fare l'ultimo risciacquo con acqua e aceto per lucidare e richiudere le squame dei capelli: il Ghassoul è una sostanza basica e tende ad aprire le squame, l'aceto che è acido ristabilirà il ph normale di pelle e capelli. È ovviamente possibile aggiungere oli essenziali all'impasto per profumare e beneficiare delle proprietà degli oli, andando a scegliere quello adatto alle proprie esigenze.

Erbette indiane

Esistono numerose erbe indiane, alcune utilizzate anche in cucina, che apportano benefici a pelle e capelli e sono infatti molto utilizzate per la cura naturale del corpo e nella medicina ayurvedica. Come per il Ghassoul, le erbe indiane miscelate all'acqua vengono utilizzate come impacchi a seconda della proprietà della quale si vuole beneficiare. Tra queste l'amlā, il neem, la cassia e anche l'henné. Non mancano anche le erbe con proprietà lavanti, come lo shikakai e la reetha, alle quali possono essere abbinate quelle non lavanti per trovare la combinazione adatta ai propri capelli. Ad esempio mischiando shikakai e amlā si otterrà una crema dalle proprietà rispettivamente lavante e districante.

Anche in questo caso, per l'utilizzo, le erbe vanno miscelate con della semplice acqua per la ricetta base, e applicate in testa dopo aver bagnato i capelli; il tempo di posa è però un po' più lungo, circa 30 minuti.

Cowash

Per ultimo un'alternativa allo shampoo non propriamente naturale, ma comunque più delicata: il co-wash. Il termine sta per "conditioner only wash", ovvero lavaggio fatto con solo il balsamo. Ebbene sì, il balsamo può essere usato, non solo come districante e idratante, ma anche per lavare i capelli, grazie ai tensioattivi (sostanze dal potere detergente) presenti al suo interno, più delicati rispetto a quelli che troviamo negli shampoo. L'utilizzo di questa tecnica è consigliata soprattutto alle ricce, a chi ha cute e capelli secchi, ma anche a chi li ha normali.

Come si procede? È consigliabile utilizzare un balsamo non troppo corposo e pesante e che non contenga al suo interno paraffina ma soprattutto siliconi, i quali andrebbero a sporcare il capello. Mescolare insieme, in una ciotolina, due cucchiaini circa di balsamo con dello zucchero e applicarlo sulla cute proprio come se fosse un normale shampoo. I granelli di zucchero faranno da esfoliante per la cute, eliminando le cellule morte ed eventuale forfora. Il balsamo dovrà essere lasciato in posa per circa 15 minuti e poi risciacquato abbondantemente per evitare residui. Per un trattamento d'urto è consigliabile applicare sulle lunghezze una maschera idratante che agirà nei 15 minuti di attesa.