

Routine per capelli: cuoio capelluto, maschere e calore

Ogni quanto lavarli, dove applicare ogni prodotto e come usare la piastra o l'asciugacapelli senza danneggiare la fibra.

Cuoio capelluto e fibra: due routine distinte

Lo shampoo si lavora solo sul cuoio capelluto, con i polpastrelli e mai con le unghie; il balsamo e la maschera si applicano dalle medie lunghezze alle punte, dove il capello è più rovinato. Confondere le zone è la causa abituale di radici grasse con punte ancora secche.

Ogni quanto lavare in base al tuo tipo

Lava in base al sebo che produci, non secondo un calendario: quotidianamente su cuoio capelluto molto grasso, ogni due o tre giorni su capelli secchi, ricci o tinti. Due risciacqui brevi puliscono meglio di un lavaggio lungo, e l'acqua tiepida rispetta la fibra più dell'acqua molto calda.

Sieri e fiale per il cuoio capelluto

Si applicano sul cuoio capelluto pulito e leggermente umido, per sezioni, con un breve massaggio di un minuto per distribuire il prodotto e attivare la circolazione. Si usano quotidianamente o a notti alterne a seconda della formula, e i risultati in termini di densità si valutano a partire dai tre mesi.

Maschere e trattamenti settimanali

Una maschera a settimana per 5-10 minuti è sufficiente: lasciarla tutta la notte non ne moltiplica l'effetto e può appesantire i capelli. Se i capelli sono molto porosi a causa di tinte o decolorazioni, alterna una maschera riparatrice con proteine e un'altra puramente idratante per non indurire la fibra.

Calore, piastre e protezione termica

Prima dell'asciugacapelli o della piastra, applica sempre un protettore termico e lavora alla temperatura più bassa che ti dia il risultato desiderato. Gli strumenti per lo styling si usano su capelli completamente asciutti, su ciocche sottili e con una sola passata per zona. Termina con un getto d'aria fredda per chiudere la cuticola e donare lucentezza.

Corpo, collo e supporto dall'interno

Quando risciacqui il balsamo, approfitta del residuo per idratare collo e spalle, che subiscono la stessa usura dell'acqua calda. Gli integratori di bellezza possono accompagnare la routine, sempre

seguendo la dose indicata sulla confezione e consultando il proprio medico in caso di gravidanza, allattamento o se si assumono farmaci.

B S — <https://www.wwwbssrl.com>