



5 errors molt freqüents que malmeten els teus cabells

[inicicentrareport]Hi ha hàbits que repetim una vegada i una altra sense preguntar-nos si són els adequats per tenir cura dels nostres cabells.

Us portem alguns errors freqüents que poden malmetre la nostra melena i que hauríem d'intentar evitar.

1. Fregar els cabells massa fort

Els experts aconsellen que sempre que ens rentem els cabells ho fem amb aigua tèbia i que mai ens freguem el cap massa fort. De fet, recomanen moure les mans de manera suau i horitzontalment d'un cantó a l'altre del cap. Per tant, millor evitar fer cercles per estendre el xampú, ja que això pot causar que ens caiguin més cabells del compte.



2. Fer servir aigua massa calenta

A l'hivern a tots i a totes ens ve de gust una dutxa d'aigua calenta, però rentar-se els cabells a una temperatura massa alta no és bo. S'obren les cutícules i això pot trencar les fibres i debilitar la nostra melena. És millor fer servir aigua tèbia.



3. No esbandir-lo correctament

És important esbandir-nos bé els cabells per tal d'evitar caspes o picors. Per tant, assegurat que no surt espuma quan facis l'última esbandida.





4. Eixugar-te'l de manera inapropiada

Quan t'eixuguis amb una tovallola és important que ho facis de manera suau i començant per les puntes per evitar que els cabells es trenquin. A més a més, si es fa servir assecador, es recomana esperar una estona abans d'aplicar-te escalfor, ja que sotmetre els cabells a temperatures altes quan encara estan molt molls, els malmet. També és important, no apropar massa l'aparell al cuir cabellut perquè el pot irritar i fer que et piqui.





5. Raspallar els cabells quan estan molls

Quan els cabells estan molls són extremadament dèbils, i per tant, es poden trencar amb facilitat. Es recomana raspallar-los bé abans d'entrar a la dutxa i tornar-ho a fer, un cop rentats, quan ja estiguin força secs.



[ficentrareport]