

Trucos para que los rayos solares dañen tu melena

Los rayos ultravioleta del sol (UVA y UVB), no solo pueden dañar tu piel, sino que también tienen efectos negativos en tu cabello, desde la cutícula hasta la parte más interna del mismo, dejándolo débil, seco, sin brillo, quebradizo y con horquettillas, afectando por igual al cabello natural, decolorado o con tintes químicos.

Para que no te preocupes más, aquí te dejamos varios consejos de cómo preparar tu cabello para cuando llegue la hora de tomar sol.

Cuidados de los rayos solares

Evita los tintes

Este es el primer paso para preparar tu cabello a los rayos ultravioletas. Es importante no decolorarlo o colocar tintes –permanentes o no-. Al menos un mes antes de la toma de sol. Ya que las altas temperaturas, el agua, los rayos UVA, UVB y el cloro, harán cambios en la tonalidad que tenga tu cabellera. De tener que teñirlo te recomendamos hacerlo con un tinte libre de peróxido.

Según la Academia Americana de Dermatología, el pelo naturalmente oscuro podría cambiar a una tonalidad rojiza, mientras que aquellos que poseen algún tinte, podrían obtener el efecto de un cabello amarillento, opaco y tiende a decolorarse.

Usa Keratina

Productos como la keratina, el colágeno o botox cosmético son tratamientos de larga duración y pueden ser tus grandes aliados a la hora de proteger tu cabello. Recubriendo la cutícula y sellándola, evitando así que absorba la sal del agua de mar, los agentes purificadores de las piscinas, e incluso del viento –que no solemos tomarla en cuenta-, pero que maltrata reseca el cabello. Al mismo tiempo aplacará el frizz, lo que te evitará el uso de secadores o planchas que solo te dañarán y secarán el pelo.

Consume Vitamina C y E

Estas vitaminas mejoran el flujo de sangre al cuero cabelludo, lo que permite que le llegue mejor los diferentes nutrientes,

además de ser un gran antioxidante que nos protegerá la cabellera de los daños de los radicales libres, además de mejorar el crecimiento del cabello, combatir la caspa, prevenir la caída del cabello, hacer que crezca más grueso, prevenir los trastornos del pelo que dañan en folículo piloso, como también combatir la alopecia, la calvicie, y como si fuera poco, mantener el color natural de tu cabello.



Otras alternativas

Córtalo

Antes de tomar cualquier medida para cuidar tu melena, lo primero que debes realizar es un buen corte de cabello. No le temas a cortarlo un poco más de lo normal, eso te dará un nuevo look y al mismo tiempo eliminarás todas las imperfecciones, puntas quebradizas o cabello reseco que poseas.

De esta manera te aseguras que el tratamiento que elijas usar para cuidarlo podrá ser absorbido de una manera más rápida obteniendo mayores y mejores resultados.

Elige un champú adecuado

De igual manera que cuidamos y seleccionamos los alimentos que vamos a consumir para mantener un cuerpo saludable, debemos seleccionar un buen champú que nos ayude a mantenerlo sano para esos días de mucho calor. Procura limpiarlo y acondicionarlo con productos libres de parabenos, sulfatos y clorinas, conservantes colocados en el producto para su mayor durabilidad. Y evita agentes contaminantes y usar aquellos que contengan agentes hidratantes.

Usa un peine en buen estado

El mantenimiento de nuestro cepillo es muy importante. Debes mantenerlo siempre limpio y en buenas condiciones. De lo contrario, maltratará tu pelo ocasionando que se quiebre y genere puntas abiertas, lo que lo debilitará y resecará ante los rayos solares.

Para limpiar tu cepillo solo debes aplicarle un poco de tu champú cada 15 días, lo que lo mantendrá libre de agentes externos, y si está en malas condiciones, lo más recomendable es cambiarlo por uno nuevo. Valdrá la pena.

Hidrátalo

Una vez que ya tengas tu corte de cabello, lo limpies con el champú adecuado, y lo mantengas sano consumiendo vitaminas, el cierre con broche de oro para tener un cabello saludable y radiante a la hora de irte a tomar el sol, es mantenerlo hidratado. Lo puedes conseguir con diferentes productos para el cabello o simplemente aplicarte en el pelo una cantidad de aceite de oliva o de almendras de la mitad de tu cabello hacia las puntas. Una vez a la semana, dejarlo actuar 20 minutos y quitar con tu champú de preferencia y abundante agua.

Con información de 800 Noticias