

1. Jak dbać o kręcone włosy?
2. Naturalne szampony do włosów w kostce

## Jak dbać o kręcone włosy?

Lśniące sprężynki czy spływające na ramiona efektowne fale to marzenie wielu kobiet. Kręcone włosy są zachwycającą ozdobą. Wymagają jednak odpowiedniej pielęgnacji. Podpowiadamy zatem, jak dbać o włosy kręcone.

### Kręcone włosy – pielęgnacja

Wszystkie rodzaje włosów wymagają odpowiedniej pielęgnacji. Nie da się jednak ukryć, że włosy kręcone są szczególnie wymagające. Aby były odżywione, lśniące i miały piękny skręt, trzeba im poświęcić chwilę uwagi.

Ogólnie rzecz biorąc – pielęgnacja włosów kręconych opiera się na nawilżaniu. Włosy kręcone uwielbiają treściwe maski i odżywki, a także oleje. Wybierając szampon, również należy zwrócić uwagę na to, aby był nawilżający i delikatny. Odpadają wszelkie mocne szampony, które mogłyby dodatkowo wysuszyć skórę głowy.

Metodą mycia, lubianą przez posiadaczki kręconych włosów, jest OMO (odżywka-mycie-odżywka). Metoda ta polega na zabezpieczeniu końcówek włosów odżywką jeszcze przed myciem. Szampon (najlepiej spieniony w kubeczku) наносimy zaś na skalp, a włosy myjemy na długości spływającą pianą. Pielęgnację domykamy treściwą odżywką (na przykład emolientową).

### Jakich produktów używać do pielęgnacji włosów kręconych?

Jako że kręcone włosy są najczęściej wysokoporowate, do ich pielęgnacji rekomenduje się głównie emolienty. Sprawdź się więc produkty, wzbogacone o naturalne oleje. Świetnym zabiegiem jest olejowanie włosów na podkład z odżywki humektantowej (nawilżającej) lub na żel aloesowy czy lniany (można go zrobić samodzielnie, gotując siemię lniane w rondelku).

Bardzo istotne jest domknięcie pielęgnacji dociążającą treściwą odżywką, dzięki której pasma będą sprężyste, a nie spuszone. Olejami, które szczególnie sprawdzają się w pielęgnacji włosów kręconych, są:

- olej ze słodkich migdałów
- olej słonecznikowy

- olej rzepakowy
- olej arganowy
- olej rokitnikowy.

## **Jak rozpoznać, że włosy chcą się kręcić?**

Być może nieustannie szukasz sposobów na wygładzenie i ujarzmienie pasm, a tymczasem twoje włosy po prostu dają ci znać, że chcą się kręcić.

Dzieje się tak, kiedy:

- twoje włosy się puszą – zwłaszcza w deszczowe dni i po rozczesaniu na sucho,
- ciężko wystylizować pasma,
- grzywka i końcówki nieustannie się wywijają,
- włosy są matowe i przesuszone,
- pasma nigdy nie są idealnie proste, falują się.

Z pewnością warto pomyśleć o zmianie pielęgnacji i wydobyciu skrętu, zamiast walczyć z naturą.

## **Włosy kręcone – najważniejsze zasady pielęgnacji i stylizacji**

Aby zadbać o kręcone włosy, warto trzymać się kilku głównych zasad. Mianowicie:

- Rozczesuj włosy tylko na mokro.
- Czesz włosy grzebieniem z szeroko rozstawionymi zębami.
- Stosuj delikatny szampon.
- Używaj odżywek i masek, bogatych w naturalne oleje.
- Dbaj o równowagę PEH (proteiny, emolienty, humektanty).
- Raz w tygodniu wykonaj olejowanie włosów.
- By podkreślić i wydobyć skręt, stosuj *plopping* – po myciu owiń czuprynę bawełnianą koszulką lub ręcznikiem z mikrofibry, a powstały turban noś na głowie przez około dwie/trzy godziny. Po zdjęciu turbanu wysusz włosy suszarką z dyfuzorem.
- Na półkach drogerii szukaj kosmetyków z dopiskiem „curls”. Producenci oferują obecnie wiele produktów, rekomendowanych właśnie do włosów kręconych.

W wyniku prawidłowej pielęgnacji i stylizacji może się okazać, że nawet włosy lekko falowane chcą się bardziej kręcić. Pielęgnacja włosów kręconych wymaga wdrożenia pewnej rutyny, ale efekty są zachwycające.

\*\*\*

# **Naturalne szampony do włosów w kostce**

Szampon należy do kosmetyków, które obowiązkowo muszą się znaleźć w każdej łazience. Regularne mycie i pielęgnacja włosów to podstawa higieny, ale i pięknego wyglądu. Zadbane

włosy są przecież ozdobą. Czy da się pogodzić dbanie o czuprynę z ochroną środowiska naturalnego? Oczywiście, że tak! Przedstawiamy naturalne szampony w kostce.

## **Naturalny szampon do włosów w kostce – powiedz NIE chemicznym dodatkom!**

Coraz większą popularnością (i słusznie!) cieszą się naturalne szampony do włosów w kostce. Do produkcji tego rodzaju szamponów używa się ekstraktów roślinnych i ziołowych. Dzięki zawartości cennych naturalnych substancji szampon nie tylko czyści, ale i pielęgnuje włosy.

Potęgą naturalnych składników jest naprawdę ogromna; dostępne są szampony w kostce, które nadają włosom głębi koloru. Za przyciemnianie włosów odpowiedzialne są na przykład: ekstrakt z łupin orzecha włoskiego, wyciąg z rośliny Bhringaraj czy proszek z liści Katamu.

Jak zatem widać – naturalne szampony mają wszechstronne zastosowanie. Skutecznie oczyszczają włosy i skórę głowy z zabrudzeń, nie wpływając przy tym na zmianę pH, a ponadto pielęgnują i wydobywają głębię koloru. Szampony takie potrafią przyciemnić nawet siwe włosy, co jest rewelacyjną wiadomością dla posiadaczek białych pasm, które nie chcą ingerować chemicznie w strukturę włosa.

Warto podkreślić, że – mimo podobieństwa, jeśli chodzi o kształt i wygląd – szampon w kostce nie jest mydłem. Co więcej – w ogóle nie zawiera mydła. Jest to tak zwany *syndet*, a więc mieszanina myjąca. Nie ma w nim też silikonów czy parabenów.

### **Jak kupić idealny szampon do włosów?**

Szampon należy dobierać do rodzaju włosów, biorąc przy tym pod uwagę ewentualne problemy skórne. Istotna jest także porowatość włosów. Przykładowo: do włosów suchych i wysokoporowatych rekomendowane są szampony, zawierające naturalne tłuszcze i oleje. W składzie produktów warto szukać: sproszkowanych fasolek shikakai, owoców głożyny, owoców amla oraz pomarańczy.

Niskoporowate włosy są z natury sypkie i tworzą tak zwaną tafłę. Do ich mycia sprawdzają się szampony z glinkami.

Do włosów przetłuszczających się odpowiednie zaś będą szampony silnie oczyszczające, ale równie ważna jest ich pielęgnacja. Takich włosów nie można zanadto obciążać treściwymi odżywkami czy maskami. Trzeba unikać odżywek bez spłukiwania.

Szampon do włosów cienkich ma z kolei za zadanie nadać im objętości. Odbicie włosów od nasady sprawi, że będzie ich optycznie więcej, a fryzura będzie sprawiać wrażenie gęstszej.

Szampon przeciw wypadaniu włosów musi być bogaty w składniki odżywcze, pobudzające pracę mieszków włosowych.

Praktycznie każdy szampon naturalny w kostce jest przyjazny skórze głowy, a więc wspomaga walkę z łupieżem, nie wysusza skalpu, pozwala zapanować nad nadmiernym wydzielaniem sebum. Wszystko to dzięki bogactwu składników naturalnych.

## **Szampon zero waste, czyli jaki?**

Cały czas piszemy o szamponach w kostce, a więc nietrudno się domyślić, że to właśnie one idealnie wpisują się w nurt *zero waste*. Dlaczego? Kosmetyk w kostce produkowany jest przy najmniejszym możliwym zużyciu energii. Kostki formuje się ręcznie (każda kostka jest unikatowa i może posiadać drobne niedoskonałości w fakturze i kształcie, co nadaje jej wyjątkowości). Ponadto do produkcji używane są wyłącznie naturalne składniki. Opakowania są biodegradowalne. Sama kostka owinięta jest w bibułkę z recyklingowanego papieru celulozowego. Zaopatrzona jest również w lniany sznureczek do powieszenia.

Podsumowując; szampony produkowane są przy użyciu naturalnych i bezpiecznych składników, a opakowania są biodegradowalne. Cały proces produkcyjny jest zaś nastawiony na jak najmniejsze zużycie energii i innych zasobów (wody). Wszystko to czyni owe produkty wytwarzanymi w duchu *zero waste*.