

## Pour un bon traitement des cheveux

Il est préférable de ne pas se laver les cheveux tous les jours, surtout s'ils sont colorés, car de nombreux shampoings contiennent des sulfates qui les ternissent.

Cela les prive de sébum, ce qui les rend, cassants, fragiles et secs.

Pour des cheveux aux racines trop grasses, utiliser un shampoing en poudre et les brosser minutieusement.

Il est préférable de les couper régulièrement, sinon ils deviendront fourchus et ce sera alors, obligatoire de les couper sur plusieurs centimètres, sinon ma coiffure paraîtra négligée. Les couper les rend plus sains et plus soyeux.

Il est préférable de ne pas abuser de l'après shampoing, cela alourdit les cheveux fins, même secs, ils n'ont pas besoin de trop de ce traitement, sinon ils deviennent ternes et sans vie.

Un rinçage démêlant et suffisant, si besoin est, un traitement plus en profondeur peut-être appliqué.

Mais, il est préférable de ne pas l'appliquer trop près du cuir chevelu.

On peut faire des boucles dans les cheveux, s'ils sont lisses ou défriser les boucles, mais à éviter par jour de pluie, car elle réduit les efforts à néant.

Il est préférable de ne pas charger les cheveux de produits inadaptés. Des cheveux fins avec une crème coiffante lourde ou au silicone, ce qui rend les boucles sans vie ou une chevelure épaisse et frisée avec une simple pulvérisation, cela ne dompte pas les frisotis durant toute la journée. Il est préférable d'acheter des produits adaptés aux type de cheveux.

Il est préférable de doser le produit... pas assez de produit, pour dompter les frisotis ou trop de produit peu écailler, après séchage et donner à la chevelure, l'impression, qu'elle contient des pellicules.

Un surplus de sérum rend les cheveux gras et tout mollassé. Pour les produits au silicone, il est préférable d'en utiliser le moins possible, crèmes et gels... Une noisette, pour la mousse... Une poignée.

les élastiques ordinaires endommagent les cheveux en queue de cheval, les accrocher, ce qui les casse, les arracher à la racine en les enlevant. Il est préférable d'opter pour des élastiques recouverts.

Changer de coiffure, changer leur longueur, car un style d'une autre époque peut vieillir fortement.

Se brosser les cheveux une ou deux fois par jour suffit à stimuler le cuir chevelu et répartir le sébum de la racine aux pointes et éviter de brosser les cheveux mouillés.

Stimuler les follicules du cuir chevelu en massant celui-ci, durant le shampoing et rincer abondamment.

Il est préférable de colorer ses cheveux, plutôt que d'arracher ses cheveux gris et cela fait paraître 10 ans de moins.