

<https://www.mycoiffure.com/cheveux-pour-ete.html>



Préparer les cheveux pour l'été

- Astuces soins du cheveu et protection des cheveux -



Date de mise en ligne : vendredi 16 avril 2010

Copyright © Coiffure, modèles coiffure tendance et coupe de cheveux My

Coiffure - Tous droits réservés

Des cheveux sans vitalité à la sortie de l'hiver

Il est tout à fait normal de se retrouver avec des cheveux raplapla à la sortie de l'hiver. En effet, il se trouve que les cheveux sont plus forts et en meilleure santé lorsqu'il fait beau. Par ailleurs, les cheveux subissent plusieurs agressions durant l'hiver si on ne parle que du froid et l'utilisation du chauffage ayant tendance à assécher les cheveux. Les hormones responsables de la pousse des cheveux sont beaucoup moins actives en hiver.

On remarque également une chute de cheveux plus importante durant le printemps tout simplement parce que les cheveux présents arrivent en fin de cycle alors que la repousse est ralentie. Ce phénomène peut persister jusqu'à un mois, c'est la chute saisonnière. Concernant les cheveux qui ne tombent pas, ils sont souvent cassants et fragilisés. L'importance de la chute de cheveux durant le printemps peut être différente d'une personne à une autre, suivant l'hygiène de vie de chacune, toutefois si vous constatez une chute exagérée, alors n'hésitez pas à consulter un spécialiste.

Les soins pour des cheveux en pleine forme pour l'été

Il y a deux manières différentes, mais complémentaires de soigner les cheveux, les soins internes et les soins prodigués en local. Bien sûr, les soins internes concernent surtout l'alimentation, ainsi favorisez les aliments riches en fer, en vitamines B, en zinc et en protéines pour apporter plus de vitalité à vos cheveux. Il vous suffit pour cela de consommer un oeuf par jour. En outre, la prise des compléments nutritionnels est également une bonne alternative. Une cure de trois mois est souvent nécessaire pour obtenir des cheveux plus rayonnants et plus volumineux.

Concernant le choix de vos produits, optez pour les shampoings doux et appliquez également un bon masque hydratant et nourrissant. Ces produits vont permettre à vos cheveux de retrouver leur éclat et leur vitalité. Par ailleurs, gâtez vos cheveux en choisissant des produits de haute qualité et non agressifs. Enfin, évitez les brushings durant un certain temps afin que les cheveux reprennent assez de force. De même pour les fers à lisser, laissez à vos cheveux le temps de respirer pour obtenir une chevelure impeccable pour l'été.