



Extrait du Coiffure, modèles coiffure tendance et coupe de cheveux My Coiffure

<http://www.mycoiffure.com/Prendre-soin-de-ses-cheveux-en-ete.html>

# Prendre soin de ses cheveux en été

- Astuces soins du cheveu et protection des cheveux -



Date de mise en ligne : mercredi 17 août 2011

## **Description :**

L'été s'apparente aux longues journées à se prélasser à la plage. Mais les cheveux exposés au soleil vivent à la catastrophe si l'on n'en prend pas soin. Tous nos conseils pour avoir une chevelure au top cet été.

---

Coiffure, modèles coiffure tendance et coupe de cheveux My Coiffure

---

## Soin des cheveux en été : quelle coiffure adopter ?

L'été, privilégiez une coupe de cheveux simple et facile à entretenir. Si votre chevelure est longue, il est inutile de la couper. Il suffit de les attacher en queue de cheval légère ou de les réunir en tresses. Ainsi, le visage est bien dégagé et il peut bronzer en toute tranquillité. Vous pouvez utiliser les sprays légers pour boucler et onduler légèrement vos cheveux : cela leur confèrera un aspect « froissé », lorsque vous sortez de l'eau. Pour les cheveux courts, les coupes dégradées feront l'affaire. Faciles à coiffer et à entretenir, elles donnent un look garçonne. L'été est aussi la période où les cheveux poussent plus rapidement. En effet, l'environnement sain ainsi que l'eau contenant de l'iode permettent de réactiver les cellules et d'accélérer la pousse.

## Soin des cheveux en été : qu'en est-il de la coloration ?

Pour les brunes, il est conseillé de faire sa couleur une dizaine de jours avant d'aller à la plage afin de fixer la teinture et d'éviter qu'elle ne devienne terne. Les blondes en revanche, pourront opter pour un léger balayage. Le soleil va éclaircir les tons blonds et or pour un rendu tout à fait sublime ! Durant vos vacances, privilégiez les shampoings aux pigments naturels pour entretenir votre couleur. Ce type de shampoing contient des pigments qui vont véritablement embellir et illuminer votre coloration. Quant aux shampoings spécial coloration, ils demeurent aussi une bonne alternative. Cependant, n'en abusez pas ! En effet, ils contiennent beaucoup d'agents chimiques qui ne feront pas bon ménage avec le soleil !

## Soin des cheveux en été : les soins complémentaires

Les bienfaits du soleil sur les cheveux sont nombreux : il leur donne des reflets chatoyants et teintés d'or, aide le calcium à se fixer et active la circulation de nombreux petits vaisseaux. Cependant, il ne faut pas oublier que le cuir chevelu constitue la « peau » du cheveu, et qu'il est nécessaire de le protéger. Avant votre départ, préparez votre cure de gélules solaires qui vont permettre aux cheveux de s'hydrater de l'intérieur. Lorsque vous vous exposez au soleil, n'oubliez pas d'appliquer votre huile solaire. Elle constitue une protection contre les rayons UV, principaux responsables du dessèchement capillaire. Veillez donc à toujours avoir une lotion dans votre sac de plage.