

Capelli crespi, come curarli

Autore: francesca

Data: 11 Febbraio 2014

[dcgallery code=' fotogallery.donnaclick.it_post_100657?']

Molte di noi donne convive con i **capelli crespi**: ce li ritroviamo al mattino, non appena si esce dalla doccia e ci si impegna con il phon ad asciugarli, quando usciamo di casa in una giornata piovosa e quando torniamo a casa dopo la spesa o il lavoro. Sono veramente odiosi! Se rientrate nel gruppo delle ragazze che hanno i capelli crespi, saprete anche che esistono diversi metodi per controllarli e per cercare di addomesticarli. Ci sono diversi trucchi, nonché **trattamenti specifici, che ci possono aiutare a domare i capelli crespi**. Parafrasando un celebre detto, "chi bella vuole apparire, un po' si deve impegnare".

I capelli crespi necessitano di cure specifiche per domarli e renderli più setosi. E' necessario per prima cosa utilizzare uno shampoo e un balsamo specifici. Oltre a ciò è importante prestare attenzione all'INCI e soprattutto ai siliconi che tendono a peggiorare la situazione. Optate quindi per formulazioni naturali e delicate. E' poi importante la cura vera a propria della chioma. Una volta ogni due settimane fate un impacco pre-shampoo utilizzando dell'olio di cocco o dell'olio di jojoba. Tutte le settimane, invece, è buona abitudine fare una maschera idratante. In profumeria se ne trovano molte, ma i classici rimedi della nonna sono sempre i migliori: [numerose sono le maschere per capelli fai da te](#), come la maschera realizzata mixando yogurt e banana o quella con miele e olio di oliva. Non tornerete più indietro!

Gli **impacchi pre-shampoo** danno una marcia in più: fatti con oli naturali donano idratazione e nutrimento diminuendo visibilmente l'effetto crespo. Tra i migliori troviamo olio di semi di lino, olio di cocco, olio di karitè e anche olio di jojoba. L'applicazione deve essere uniforme, senza eccedere sulla cute per evitare di ingrassarla. Per rendere il tutto più efficace sarebbe opportuno applicarli sui capelli umidi, altrimenti l'olio da solo a lungo andare tenderebbe a seccarli. Se vogliamo un mix eccellente il gel d'aloè è il top per i capelli ricci ed in questo caso sostituisce l'acqua; usato all'asciugatura al posto delle classiche schiume che troviamo in commercio li definisce senza appesantirli ne sporcarli.

Tra gli altri **trattamenti naturali per i capelli crespi** si possono alternare agli olii, per evitare che si appesantiscano, lo yogurt da solo o mescolato a miele e cacao per far brillare i capelli. Anche l'avocado è l'ingrediente di molte [maschere fai da te sia per capelli che per il viso](#). Se vi state domandando quale shampoo scegliere per poter togliere tutta questa roba dalla vostra testa state tranquille, viene via tutto molto semplicemente con i classici prodotti per capelli. Evitare phon e piastre per capelli, ma se non potete rinunciarci usateli con un diffusore e toccate i capelli il meno possibile durante l'asciugatura. Mentre per **un finish totalmente naturale provate il plopping**: stendete un asciugamano su un piano, a testa in giù raccogliete tutti i capelli sulla testa e fissate l'asciugamano legandolo dietro la testa.

Trattamenti naturali:

Maschera al miele e all'olio d'oliva per capelli crespi e secchi

Qualunque sia la causa della disidratazione dei vostri capelli, che li ha resi di conseguenza crespi, secchi e fragili, il miele con le sue proprietà emollienti, idratanti e seboregolarie, vi corre in aiuto. Preparate una miscela con due cucchiaini di miele, sciolto in un po' di acqua o in 2 cucchiaini di olio per rendere più facile l'applicazione, e usatela su tutta la lunghezza dei capelli umidi (aumentate le dosi nel caso di capelli particolarmente lunghi).

Lasciate in posa per 30 minuti, poi risciacquate con acqua tiepida e procedete con il normale lavaggio.

In alternativa poteste mescolare olio di oliva e l'olio di mandorle con il tuorlo di un uovo, e distribuire la crema ottenuta sui capelli asciutti, lasciandola in posa per un quarto d'ora prima di procedere con lo shampoo.

Il trattamento può essere applicato una volta al mese.

Maschera all'avocado per capelli crespi

L'olio di avocado è un ottimo riparatore per i capelli crespi, per disciplinarli e dargli allo stesso tempo luminosità grazie alle sue infinite proprietà nutritive.

Prendete mezzo avocado e schiacciatelo riducendolo in una morbida crema.

Applicate massaggiando il composto sui capelli umidi. Lasciate in posa 20 minuti e risciacquate con acqua e procedete con lo shampoo.

Un'alternativa utile è quella di diluire la polpa di ½ avocado in un po' di panna acida, in un tuorlo d'uovo o in un cucchiaino di maionese.

Il trattamento può essere applicato ogni due settimane.

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/bellezza/capelli-crespi-come-curarli/>

Generato il 23/04/2025