

---

## Spezie ed erbe per la cura dei capelli

**Autore:** Giulia Martinelli

**Fonte:** Città Nuova

### **Infusi di rosmarino, maschere di zafferano e composti con la cannella, erbe e spezie mettono in risalto i riflessi della nostra chioma**

Chiari, scuri, rossi, lisci, mossi o ricci, i capelli sono importantissimi per il look di una donna. Ognuna sceglie il proprio colore, esprime attraverso il taglio la propria personalità. Il capello fa da cornice al viso, mette in risalto alcuni tratti, rende affascinanti, ma bisogna sempre curarlo. Molte volte, soprattutto nei mesi estivi, i capelli possono essere più secchi e opachi ed andare dal parrucchiere una volta ogni tanto non può bastare per far tornare la nostra chioma lucida e forte. I rimedi naturali, tornano anche questa volta utili, ci sono infatti spezie ed erbe che possono aiutarci a curare i nostri capelli senza spendere troppo.

Ogni capello è diverso, bisogna fare quindi una distinzione tra capelli scuri, biondi o ramati. Per chi ha capelli neri e li vorrebbe avere più lucidi, un possibile rimedio è quello dell'infuso al rosmarino, erba conosciuta per aromatizzare i piatti in cucina, in realtà è ottimo anche per la cura del nostro corpo. Basta prendere qualche rametto di rosmarino, lavarlo e poi farlo cuocere in un po' di acqua distillata, una volta che il tutto si è scaldato bisogna spegnere il fuoco e lasciar raffreddare l'infuso per una buona mezzora. A questo punto, una volta fatto l'ultimo shampoo, l'infuso può essere applicato sui capelli e lasciato per qualche minuto, per poi essere risciacquato. In questo modo i capelli risulteranno più lucenti e grazie ad alcune proprietà del rosmarino tenderanno a sporcarsi più difficilmente.

Per chi ha invece capelli chiari, un rimedio per ravvivare il colore può essere quello di preparare una maschera allo zafferano. Anche in questo caso il procedimento è molto semplice, basta sciogliere mezza bustina di polvere di zafferano in mezzo litro di acqua precedentemente riscaldata. Questo infuso va applicato sui capelli umidi e non c'è bisogno di risciacquare, una volta asciugati l'effetto sarà assolutamente naturale. Ed infine ci occupiamo dei capelli rossi, anche in questo caso, basta una spezia, per aumentare i riflessi ramati. Il composto questa volta è preparato con la cannella, la spezia va anche questa volta sciolta in acqua calda. Una volta che il composto si è freddato, bisogna passarlo sulla lunghezza di tutti i capelli e lasciarlo agire anche per un'intera notte. In questo caso, il colore è temporaneo, quindi il processo si può ripetere ogni settimana. Insomma mantenere i nostri capelli lucidi e forti si può, basta cercare tra erbe e spezie in cucina.