

---

## Proteggere i capelli con prodotti fai da te

**Autore:** Giulia Martinelli

**Fonte:** Città Nuova

**Burro di karitè, olio di cocco, di mandorle dolci e di semi di lino... Bastano pochi ingredienti naturali per creare in casa i giusti rimedi per difendere i capelli da sole, vento e salsedine**

L'estate sta finendo, ma nessuno vuole perdersi gli ultimi giorni di sole e mare, riuscire ad avere un'abbronzatura perfetta, farsi l'ultimo bagno. Ma al mare, i capelli, sono stressati dal sole, dalla salsedine e poiché vengono lavati ogni giorno, sembrano sempre più sporchi e secchi.

Molti sono i prodotti che troviamo in profumeria: olii, creme, balsami rigeneranti e protettivi, ma qualche rimedio per proteggere i nostri capelli lo troviamo anche in natura e possiamo crearlo a casa nostra.

In spiaggia, i capelli vengono continuamente messi a dura prova dal vento, dalla sabbia e dal sale che possono irritare il cuoio capelluto e seccarli. **Un buon rimedio è un olio naturale** formato da: **olio di cocco, olio di mandorle dolci e olio di semi di lino**. L'olio di cocco è efficace contro la forfora che l'utilizzo continuo di shampoo può provocare, inoltre rinvigorisce i capelli e non li unge in maniera eccessiva; l'olio di mandorle dolci è emolliente, nutriente e lenitivo e quindi perfetto anche per le irritazioni sul cuoio capelluto, ma soprattutto è un perfetto anti-crespo; infine l'olio di semi di lino, utile per contrastare la formazione di doppie punte e rendere lucidi i capelli.

Per quando si è in spiaggia, **basta unire in una boccetta questi tre olii**, ognuno con le sue proprietà **e poi spruzzare il prodotto sui capelli**, anche più volte durante la giornata, ma soprattutto prima di ogni bagno per creare un filtro protettivo.

Durante le vacanze al mare poi, i capelli vengono lavati tutti i giorni, importante è quindi utilizzare due volte a settimana delle **maschere protettive e nutrienti**. Una maschera molto semplice da fare è quella formata da **burro di karitè e olio di cocco**. Il burro di karitè è idratante e protettivo, mentre l'olio di cocco lascia i capelli morbidi, lucenti e profumati. La ricetta è molto semplice: in un piccolo barattolo, unire insieme i due ingredienti e mischiare aggiungendo poco alla volta l'olio, fino a creare una crema morbida ed omogenea. A questo punto basta applicare un po' del prodotto su tutta la lunghezza del capello e soprattutto sulle punte, lasciare riposare cinque minuti e poi lavare i capelli con uno shampoo delicato.

---

Insomma, bastano pochi prodotti naturali per riuscire a mantenere capelli sani e morbidi anche dopo una lunga vacanza al mare.