

Dicas para minimizar os danos causados pelo sol após uma ida à praia ou piscina

Chegou à época mais quente do ano, oba! Sol, areia, mar, piscina, água de coco, camarão, surfistas... mas peraí, nem só de diversão é feito um verão! A estação exige muitos cuidados, principalmente com os fios que sofrem a ação constante dos raios solares, cloro e sal, sem falar no secador e chapinha certo?

Por isso separamos **7 dicas de cuidados** para ter com a cabeleira nesse verão:

1. Após a exposição ao sol no mar ou na piscina, a dica é incluir cosméticos de hidratação na rotina de cuidados.
2. Shampoos e condicionadores anti-resíduos podem ajudar na recuperação dos fios.
3. Hidratações são recomendadas para todos os tipos de cabelo, principalmente após exposição ao sol.
4. Beber água também é importante para manter o cabelo hidratado.
5. Depois de sair do mar ou da piscina, o cabelo precisa de um jato de água doce e uma nova aplicação de filtro solar para minimizar estes efeitos negativos.
6. Ainda na praia ou na piscina, para pentear o cabelo úmido ou molhado, que quebra mais facilmente, prefira escovas com dentes mais largos e espaçados.
7. Cabelo loiro pode ficar esverdeado por causa do cloro da piscina. Acredita-se que o cloro seja ligado à queratina, o que pode deixar os fios esverdeados. O sol faz bem aos fios loiros, o cloro e o sal do mar, não. Para evitar desbotamento, cosméticos específicos para cabelos tingidos e protetores solar são indispensáveis. O protetor capilar, aliás, tem que ser usado por todas as mulheres, bem como o chapéu - ambos ajudam a proteger o cabelo das agressões externas.

Fonte: < http://caras.uol.com.br/cabelos/dicas-para-minimizar-os-danos-causados-pelo-sol-apos-uma-ida-praia-ou-piscina#.VHHgr_nF_XQ>.



Componentes: Daniele Schroeder, Daiane Perin, Jéssica Castilhos e Wagner Schuck.