

Un par superb in orice moment

Articol de: anca axenia

Atunci cand ai nevoie de o schimbare de look, parul este primul pe lista ta. Il tunzi, il vopsesti, ii schimbi nuanta sau alegi o noua coafura. Ti s-a intamplat sa nu fii multumita de parul tau orice ai face? Nu te ingrijora, cu un pic de rabdare si folosind produse adecvate, poti obtine rezultate maxime.

Este foarte important sa stii ce tip de par ai, cu ce probleme se confrunta si ce doresti sa obtii de la el. Gandeste-te la toate aspectele atunci cand mergi sa iti cumperi produsele de ingrijire si nu uita ca este preferabil sa le alegi din aceeasi gama.

Bucle de invidiat

Uita de parul permanent care era pe val pe vremea bunicii si prefera buclele mari. Deshidratat, parul incretit permanent este lipsit de stralucire si are un aspect nesanos. Pentru a-i reda vitalitatea, trebuie sa utilizezi produse speciale de ingrijire si sa aplici, cel putin o data pe saptamana, o masca hranitoare, imediat dupa ce l-ai spalat. Insista mai ales la varfuri. Tine cont de faptul ca parul este afectat si de uscatorul de par. Daca nu poti renunta la el, usuca-ti parul la o temperatura scazuta, dar nu uita ca cel mai bine pentru buclele tale este sa le lasi sa se zvinte in mod natural. Dimineata, aplica cativa vapori de spray de par care vor conferi volum buclelor tale.

Mai mult volum

Sampoanele pentru volum sunt eficiente cu conditia sa iti clatesti bine parul pentru a-l debarasa de impuritati. In plus, efectul samponului poate fi accentuat de o spuma sau un spray pentru volum. Atunci cand iti usuci parul, stai cu capul aplecat in fata si maseaza-ti usor radacinile. Nu are rost sa iti asezi parul inainte de culcare, contactul cu perna va anula efectul pentru care ai muncit cu atata truda. Pentru a avea mai mult volum, poti adapta o anumita tunsoare, cum sunt cele in scari sau filate. Cand ai o ocazie speciala, alege o coafura care ii confera volum parului

tau. Cere sfatul coafezei tale si te va ajuta sa faci cea mai buna alegere in functie de forma fetei si de tipul firului de par.

Fir intins

Evita sa iti periezi prea des parul, o data pe saptamana este suficient. Acorda-i ingrijirea de care are nevoie si protejeaza-l de caldura, frig, poluare sau umiditate. O data pe saptamana aplica o masca hranitoare sau hidrateaza-l cu un produs special, pe baza de ulei de masline. Acesta il va face stralucitor si va calma suvitele rebele. Nu uita de mastile reparatoare si protectoare, cu siguranta iti vor intari parul. Daca suvitele rebele iti dau batai de cap, aplica spuma sau fixativ de par. Aceste produse te va ajuta sa il asezi asa cum iti doresti.

Stralucire maxima

Numerosi factori iti agreseaza zilnic parul. El devine tern si lipsit de stralucire. Pentru a-i reda stralucirea foloseste un sampon cu factor ridicat de curatare. Pentru a avea un par stralucitor, poti sa iti clatesti parul cu apa rece imediat dupa ce samponul si-a facut efectul. Apa rece inchide porii si confera firului de par stralucire. Maseaza delicat pielea capului pentru a oxigena parul. Pentru o stralucire granatata, adauga in apa rece de clatire sucul de la o lamaie.

Sanatos si rezistent

Parul tau este lipsit de vitalitate, uscat, fin si firele par imbatranite. Este momentul sa il tunzi si sa aplici o masca hranitoare mai des decat de obicei. Poti alege produse pe baza de plante deoarece acestea dau cele mai bune rezultate. Parul cu firul fin este cel mai fragil si de aceea trebuie sa eviti sa il coafezi sau sa il vopsesti prea des. Utilizeaza produse de ingrijire pe baza de proteine din grau sau ovaz pentru a-l face mai dens si a-i ingrosa firul.

Poti lua chiar si cateva vitamine speciale pentru intarirea unghiilor si a firelor de par pe care le gasesti in farmacii. Alimentele au si ele efect asupra parului tau si este recomandat sa consumi cat mai multe fructe si legume proaspete, alimente bogate in vitamina B (cereale, paine integrala, germeni de grau, nuci, migdale, produse lactate si banane), in vitamina A (galbenus de ou, unt, lactate, peste, morcovi, carne de pasare) si in zinc (peste, fructe de mare, galbenus de ou si lactate). Pentru sanatatea parului, a pielii si unghiilor tale, poti face o cura cu germeni de

grau sau cu drojdie de bere sub forma de granule. Consuma zilnic trei lingurite de germeni pe care ii amesteci cu iaurt, salata sau supa.

Taguri articol: par, look, Bucle, volum, Stralucire, Sanatos,

serviciu oferit de [GWP Entertainment](#)

