

La cura dei capelli: uomo o donna non fa differenza

Pubblicato: Martedì 20 Novembre 2018



La cura maniacale dei capelli è tradizionalmente un aspetto legato principalmente alle donne, ma negli ultimi anni è una tendenza che interessa un numero sempre maggiore di numeri. Non più il semplice barbiere, anche per l'uomo adesso c'è bisogno di più attenzioni e di maggiori accortezze per essere sempre alla moda ed al passo con i tempi, anche per quanto riguarda il taglio dei capelli.

Il parrucchiere, quindi, passa ad essere un alleato fondamentale della quotidianità non più soltanto del gentil sesso, ma indistintamente di uomini e donne. Avere cura dei propri capelli è molto importante per diversi motivi, il primo tra tutti è quello relativo alla salute, il quale è strettamente collegato a quello forse più immediato ed al quale viene di norma dato maggior peso: l'aspetto estetico.

Le due cose sono strettamente correlate tra loro, se è vero che avere dei capelli in perfetta salute è un'ottima base di partenza per poterli poi tagliare, modellare e presentare nel modo che più si preferisce.

Cura capelli fai da te

Ciò non implica naturalmente di andare ogni giorno dal parrucchiere, con tutti gli esborsi che ne conseguirebbero, ma per prendersi cura dei capelli bastano delle semplici accortezze e delle attenzioni che è possibile adottare giorno per giorno, anche in autonomia a casa.

C'è chi ormai si prende cura in modo autonomo dei propri capelli con impacchi e maschere fatte in casa e con strumenti che li rendono più belli, come una moderna [spazzola lisciante elettrica](#) ad esempio. Acquistare prodotti di prima qualità in base al tipo di capello è il primo passo per prevenire i problemi più comuni come forfora, doppie punte, perdita dei capelli ed altre anomalie, che vanno inevitabilmente a ripercuotersi anche sulla resa estetica.

I consigli per un capello sempre in perfetta salute

Con la costanza e le buone abitudini è possibile prendersi cura del cuoio capelluto, ma non occorre esagerare. Esistono tipologie di trattamento classiche, i cosiddetti "rimedi della nonna", e soluzioni più sofisticate, con lavaggi e prodotti ad hoc per mantenere tonici ed in forma i capelli; in entrambi i casi è bene non esagerare, dal momento che i capelli rimangono elementi delicati e fragili, che se compromessi nella loro salute è difficile farli tornare a splendere poi.

In particolar modo in inverno i capelli sono messi a dura prova dal freddo e dall'umidità, un periodo dell'anno in cui gli esperti suggeriscono di bere molto per mantenere idratato il cuoio capelluto e di coprirlo adeguatamente quando si esce fuori, utilizzando cappelli e berretti non troppo stretti.

L'inverno è inoltre uno dei principali nemici delle punte, che con le temperature rigide tendono ad indebolirsi; in questo caso è buona abitudine tagliarli regolarmente e lavarli con acqua non eccessivamente calda, sebbene col freddo possa esserci la tentazione.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it

