

[Leggi l'articolo su beautynews](#)

## Capelli sfibrati: rimedi per proteggerli dal sole!

Agosto è il mese del mare, sole e vacanze! Ma chi pensa a prendersi cura dei propri capelli? Stando esposti tante ore al sole, e a contatto con l'acqua salata, i nostri capelli ne risentono molto, diventando secchi e sfibrati. Qui per voi ho cinque ricette facili e veloci, per nutrire e proteggere i capelli in estate.

### 1) Olio di cocco:

Uno dei rimedi principali per combattere i capelli sfibrati e le doppie punte, è l'olio di cocco. Questo prodotto è ricco di vitamine e di grassi saturi, come ad esempio l'acido laurico, che insieme svolgono un'azione nutriente, emolliente e riparatrice. L'olio di cocco restituisce il giusto livello d'idratazione ai capelli, ridonandone lucentezza e morbidezza. Inoltre ripara le doppie punte, ed elimina l'effetto crespo. Il consiglio è di spalmare l'olio di cocco su tutti i capelli e di lasciarlo agire per almeno 2 ore. Dopo la posa, risciacquare abbondantemente con acqua.



Photo-credit: Pinterest

### 2) Olio di ricino:

L'olio di ricino è un vero e proprio elisir di bellezza per i capelli sfibrati, in quanto ne favorisce la ricrescita e ne blocca la caduta. Dopo una giornata al sole, lavare bene i capelli e massaggiare su tutte le lunghezze questo prodotto miracoloso. I vostri capelli risulteranno più lucidi e nutriti.



Photo-credits: Pinterest

### 3) Maschera all'avocado:

La polpa dell'avocado è ricca di vitamine preziose per i capelli sfibrati. Per creare una maschera nutriente non servirà altro che frullare mezzo avocado con due cucchiaini di olio di jojoba, e applicare il composto. Tenere in posa per una ventina di minuti, e come per magia il potere idratante di questo frutto farà rinascere i capelli.



Photo-credits: Pinterest

#### 4) Aloe vera:

L'aloè è una vera manna per i problemi cutanei, ha tantissimi benefici beauty per la pelle, ma è ottima anche sui capelli. Basterà applicare direttamente del gel di aloè sulle punte e sulle lunghezze, per una ventina di minuti.



Photo-credits: Pinterest

#### 5) Burro di Karité

Il burro di karité è il prodotto ideale per capelli rovinati. Il suo potere riparatore lo rende perfetto per aiutare la fibra capillare a ricomporsi dopo l'esposizione solare. Anche per il burro di karité, basta applicarlo sui capelli per poi risciacquare abbondantemente.



Photo-credits: Pinterest

L'articolo [Capelli sfibrati: rimedi per proteggerli dal sole!](#) sembra essere il primo su [Glamour.it](#).