

[Leggi l'articolo su beautynews](#)

Scrub capelli, la nuova hair routine per capelli morbidi e lucenti

Desideri **capelli morbidi e lucenti**? Non dimenticare un passaggio molto importante: lo **scrub capelli**!

Quando parliamo di *scrub* siamo solite pensare alla *skin-care* viso o all'esfoliazione che facciamo in doccia con il guanto di crine per il corpo.



photo credit: Pinterest

Ma c'è un'altra parte del nostro corpo che ha bisogno di fare un pò di pulizia ed eliminare le cellule morte: il cuoio capelluto. Lo **scrub** è un trattamento a cui non potete assolutamente rinunciare se volete capelli morbidi e lucenti. Spesso tendiamo a mettere da parte la cura dei capelli, mentre questi sono il nostro biglietto da visita, al pari del viso.



Photo Credit: Pinterest

Prima di procedere con lo **scrub** sui capelli ed avventurarvi nel mondo di prodotti, è importante prendere un'attimo per conoscere la propria chioma e scegliere il prodotto più giusto, che sia acquistato in un negozio o realizzato *home-made*.



Photo Credit: Pinterest

Qui ho selezionato per voi delle **ricette semplici semplici** con ingredienti che tutti noi abbiamo in cucina, ecco qualche esempio:

Per i capelli secchi: prendete un pò di **zucchero, olio d'oliva e miele**, procedete con un leggero massaggio e un brevissimo tempo di posa ma poi armatevi di un pò di pazienza per risciacquare bene altrimenti vi troverete con dei capelli super unti!

Per i capelli grassi: mettiamo sempre una base di **zucchero, miele e balsamo**. applichiamo il nostro *scrub* su capelli rigorosamente bagnati mi raccomando, massaggiando in maniera omogenea la cute per almeno 5 minuti, lasciamo un po' in posa e proseguiamo con il nostro normale *shampoo*.

Per i capelli sfibrati: qui sfruttiamo le straordinarie proprietà rinforzanti del **rosmarino**, in aggiunta **olio d'oliva e zucchero di canna**. In questo caso allunghiamo un pò il tempo di posa (possiamo lasciar agire anche per 20minuti)

Fatemi sapere cosa ne pensate di queste *ricettine*, vi aspetto nei commenti!

L'articolo [Scrub capelli, la nuova hair routine per capelli morbidi e lucenti](#) sembra essere il primo su [Glamour.it](#).