

Mascarillas caseras para proteger el pelo del sol

Descubre algunas mascarillas ideales y pensadas para brindarle protección y cuidados al cabello tras haber tomado el sol, para evitar que se reseque.

El verano es una época especialmente perjudicial para el cabello. Hay un amplio abanico de factores como el sol, la sal del mar, y el cloro de la piscina, que lo dañan y hacen que este pierda su brillo y su vitalidad natural. Generalmente, el principal síntoma del cabello dañado es que se rompe con muchísima facilidad y, además, se cae más de lo que es habitual.

En este tipo de situaciones lo mejor es apostar por las mascarillas caseras. Remedios 100% naturales que se pueden preparar con ingredientes que todo el mundo tiene en su cocina y que resultan especialmente beneficiosos para el cabello durante la época estival.



Además, al no contener ningún tipo de químico, son muy respetuosos con el cuero cabelludo, cuidando así el cabello no solo a corto plazo, sino también a largo plazo.

Aceite de oliva y yogurt natural

Generalmente, a consecuencia del sol, el pelo tiene un aspecto quebradizo y una textura seca y áspera. Pues bien, esta es una de las mejores mascarillas con ingredientes naturales para devolver al cabello su suavidad y su brillo natural.

Como ingredientes se necesitan: aceite de oliva y yogurt natural. Para prepararla, simplemente hay que mezclar una cucharada de aceite de oliva y una cucharada de yogurt natural. La mezcla puede hacerse a mano o, para que ambos ingredientes queden mejor ligados, con una batidora.

Una vez la mascarilla esté lista, simplemente se aplica en el cabello, desde la raíz a las puntas, se deja que actúe durante 20 minutos y se aclara con abundante agua tibia. Lo ideal es aplicar esta mascarilla una vez por semana.

Hojas menta y limón

Esta es una de las mascarillas caseras para el cabello más recomendables en la época estival. Actúa como escudo protector en el cuero cabelludo para que éste no se deshidrate y pierda brillo a causa del sol, el cloro de la piscina y la sal del mar.



Para preparar esta mascarilla se necesitan los siguientes ingredientes: 4 o 5 hojas de menta, vinagre de manzana, rúcula fresca y zumo de limón. El proceso de preparación es muy sencillo. Se pone a hervir una taza de agua y, cuando llegue a su punto de ebullición, se añaden las hojas de menta; se deja cocinar a fuego medio un par de minutos, se retira y se cuele para quedarse con la infusión. Luego, se mezcla la infusión de hojas de menta con el vinagre de manzana, la rúcula fresca y tres cucharadas de zumo de limón.

Se aplica directamente la cataplasma sobre el cabello, se deja que actúe 20 minutos y se aclara con abundante agua tibia. Durante esos 20 minutos es conveniente colocar un gorro de plástico sobre el cabello.

Yogurt y huevo

Esta mascarilla es aconsejable para aquellas personas que noten su pelo sin brillo en verano. Un remedio casero con ingredientes totalmente naturales que todo el mundo tiene en su cocina y que es muy sencillo y rápido de preparar.

Como ingredientes se necesitan un huevo y un yogurt natural. Su preparación es muy fácil. Lo primero es batir la clara de huevo a punto de nieve. Cuando se tenga lista, se mezcla con 5 cucharadas de yogurt natural.

Una vez preparada la mascarilla, se aplica directamente sobre el cabello, masajeando muy bien el cuero cabelludo con suaves masajes circulares para que penetre bien; se deja que actúe durante 30 minutos y se retira con abundante agua tibia.



Aguacate y miel

El aguacate es una fruta que aporta una gran dosis de nutrición al cabello, por lo que esta es una mascarilla fantástica para la época estival.

Para prepararla se necesita un aguacate y miel. La preparación de esta mascarilla casera es muy sencilla. Se mezclan en un bol el aguacate y la miel y se prepara una especie de puré con ambos ingredientes; se pueden mezclar con una batidora para que la pasta quede más homogénea.

La mascarilla se aplica sobre el cabello, haciendo especial hincapié en el cuero cabelludo. Se deja que actúe 20 minutos y luego se retira con abundante agua tibia