



¿Tu pelo tiene sed? Los mejores tips para hidratación capilar

## Descripción

# Recetas caseras para un cabello hidratado y brillante

Camila Valenzuela Aguilera

[cvalenzuela@todomujeres.cl](mailto:cvalenzuela@todomujeres.cl)

[Follow @camilavalag](#)

Se acercan los días de sol y con ello un problema que muchas mujeres olvidamos, **el pelo reseco**. El uso excesivo de la plancha y el secador debilitan nuestras puntas dejándolas partidas y si brillo. En mi caso y con el pelo crespo (¡Valoor!) el cuidado se me hace más difícil aún, a eso sumemos la extrema fineza que tiene, por lo que con cualquier artefacto que emita calor se quiebra quedando horrible.

Debo admitir que he probado de todo, **los aceites, masajes, cremas, keratina** etc, etc. Pero los remedios caseros, sin duda son los que mejor resultan, por lo que les dejaré los mejores tips para la hidratación del pelo. No importa si tu cabello es grueso, liso, crespo u ondulado, el fin es la hidratación y brillo, y si es lo que buscas, los siguientes consejos te vendrán como anillo al dedo.

**Masaje con Palta:** Seguramente todas hemos escuchado que la propiedad de la **palta ayuda a humectar el cabello** ¡Pues sí!. Esta es una forma sencilla y fácil de lograr la hidratación deseada, sólo debes **mezclar en un posillo una palta, una cucharadita de aceite de oliva y si quieres agregar una de miel de abeja, si tu cabello está 20 centímetros por debajo del hombro, como es mi caso, te sugiero que dupliques la cantidad de cada cosa**. Cuando tengas la mezcla con la consistencia perfecta, aplícala de raíz a punta, utiliza un gorro de plástico para generar calor y déjalo por aproximadamente media hora y luego lávalo como de costumbre, veras una gran diferencia al secarlo.



**Masaje de crema casera:** Aunque muchas no lo saben, el Yogurth blanco y natural es realmente un hidratante capilar, el modo de aplicación es sumamente fácil, sólo debes tener el pelo húmedo y aplicar el yogurth como si fuese una crema, **déjalo actuar 10 minutos y repítelo 2 a 3 veces por semana.**



**Masaje con Huevos :** Sin dudas es el más conocido, en mi opinión no es muy agradable el olor pero de que funciona, *¡funciona!*, si no tienes problema con eso entonces aplica este *típs*. Necesitas 1 huevo y 1 cucharadita de aceite de oliva, los mezclas y lo aplicas de raíz a punta, puedes dejarlo actuar 15 a 20 minutos al día, pero si prefieres, déjalos actuar por una hora un día a la semana.

Por último ten siempre un sellador de puntas, estos son los famosos aceites de pelo, los que hidratan en las mañanas cuando salimos rápido al trabajo a la Universidad, el precio de estos son variados, **mi favorito es el Aceite ELVIVE, (\$6990)** el cual lo puedes encontrar en farmacias y casas *Pichara*, el moda de uso de los aceites es muy fácil y ***no te quitará más de 5 minutos por día, te aplicas 2 a 3 gotitas en las palmas de tus manos y las frotas en tu cabellos desde medio cabello hacia abajo y ¡Listo! estarás lista para brillar.***



Como lo ves, lucir un pelo hidratado y brillante no cuesta nada, sólo debes darte el tiempo de cuidarlo. Sigues estos simples consejos y te aseguro que tu cabello cambiará. ¡Espero te sirvan!

**Fecha de creación**  
septiembre 2013