**10 eksperckich wskazówek dotyczących pielęgnacji kręconych włosów**

**Włosy kręcone są piękne i różnorodne. Jednak każda posiadaczka skrętów i fal doskonale wie, że ich pielęgnacja może stanowić wyzwanie. Na szczęście, odpowiednia troska, kosmetyki oraz nawyki sprawią, że łatwiej utrzymasz ich zdrowie oraz świetną kondycję. Dlatego nasi eksperci z Cantu przygotowali listę 10 wskazówek dotyczących pielęgnacji włosów teksturowanych.**

Mając fale, loki lub sprężynki zapewne już nie raz przekonałaś się o tym, że twoje włosy mogą mieć własną, skomplikowaną osobowość. Jednego dnia cieszysz się pięknymi, sprężystymi pasmami, a kolejnego budzisz się z masą puszących się pukli. Pewnie niejednokrotnie zastanawiałaś się też dlaczego tak się dzieje? Otóż, włosy teksturowane są pełne niuansów, a to oznacza, że wymagają specjalnej troski oraz odpowiedniej pielęgnacji. Dlatego, aby ułatwić ten proces przedstawiamy wytyczne, których przestrzeganie przybliży cię do osiągnięcia najlepszych rezultatów w codziennej rutynie.

**1. Rozczesz przed myciem**

Zanim zaczniesz proces oczyszczania włosów, rozczesz je. Zmoczenie splątanych pasm wodą najpewniej spowoduje ich „zablokowanie”. Możesz to zrobić na pomocą szczotki (np. Cantu Detangle Ultra Glide Brush) lub w przypadku bardzo splątanych loków zastosuj kosmetyk zmiękczający i zmiękczający, który ułatwia rozczesywanie włosów, np. Cantu Shea Butter for Natural Hair Coil Calm Detangler. Jeśli jednak twoje pasma charakteryzuje delikatna struktura, a skręty są luźne, zalecamy rozczesywanie palcami. To delikatny sposób na rozplątanie włosów bez powodowania złamań. Posiadaczki mocniejszych loków (typ 3 i 4) mogą rozpocząć od rozczesywania końcówek, po czym kierować się coraz wyżej, do nasady włosów - taki sposób czesania powoduje mniej zniszczeń, jest szybszy i o wiele wygodniejszy. Dodatkowo, w przypadku grubszych włosów i mocniejszych loków, rekomendujemy zastosowanie szczotki ułatwiającej rozczesywanie lub grzebienia o szerokich zębach.

**2. Dopasuj szampon do potrzeb włosów**

Stosowanie produktów do stylizacji jest niemalże obowiązkowe w przypadku fal, loków oraz sprężynek. Jednak, oczyszczenie ich z pozostałości kosmetyków do układania, wymaga sięgnięcia po szampon oczyszczający, np. z kolekcji klasycznej Cantu. Ten produkt przede wszystkim skutecznie usuwa pozostałości kosmetyków do układania i nie obciąża włosów, a dzięki zawartości oleju shea dba o nawilżenie.

**3. Mycie - przynajmniej raz w tygodniu**

Fale, loki oraz sprężynki należy myć co najmniej raz w tygodniu, aby utrzymać zdrowie oraz dobrą kondycję skóry głowy oraz włosów. Proces oczyszczania to podstawowy element każdej rutyny pielęgnacyjnej. To właśnie ten krok zapewnia najskuteczniejsze źródło nawilżenia oraz pomaga usunąć z włosów zanieczyszczenia, nadmiar sebum oraz pozostałości produktów do stylizacji. Kręcone włosy są również znacznie bardziej podatne na wysuszenie. Dlatego rekomendowanie mycie przynajmniej raz w tygodniu, zapewnia równowagę pozwalającą utrzymać naturalne oleje bez powodowania innych problemów z włosami, czy skórą głowy. Wypróbuj: nawilżający szampon Cantu z linii Avocado.

**4. Odpowiednie stosowanie odżywki**

Część z nas wierzy, że jeśli pozostawimy odżywkę na włosach dłużej niż rekomenduje producent, to zdziała ona cuda. Nic bardziej mylnego, taka postawa może wyrządzić naszym delikatnym skrętom więcej szkody, niż pożytku. Zbyt długie utrzymywanie odżywki obciąży pasma i sprawi, że będą prezentować się nieświeżo. Warto więc skupić się na poprawnym stosowaniu produktów tego typu. Spłukując odżywkę, należy zrobić to dokładnie. Jeśli pozostałości produktu zostaną na włosach, znacznie utrudni to ich stylizację. Aby uniknąć wspomnianych nieprzyjemności i rozczarowań, rekomendujemy czytanie etykiet oraz stosowanie się do zaleceń producenta.

**5. Dopasuj produkt do stylizacji do rodzaju włosów**

Włosy teksturowane mają swoje wymagania, także w kwestii tego, jaki produkt do stylizacji pasuje do nich najlepiej. Na przykład ciaśniejsze loki wymagają zastosowania cięższych kosmetyków stylizacyjnych, takich jak kremy lub żele, dzięki czemu łatwiej jest kontrolować ich skręt i objętość. Natomiast w przypadku luźniejszych skrętów znacznie lepiej sprawdzają się mgiełki i pianki, które zapobiegają obciążaniu włosów.

**6. Produkty do stylizacji aplikuj na na mokre włosy**

Aby uniknąć częstego problemu włosów teksturowanych, czyli puszenia. Rekomendujemy nakładanie produktów do stylizacji na mokre włosy. To pomoże uniknąć wspomnianego już puszenia oraz pięknie podkreśli skręty.

**7. Sauna dla włosów**

Wilgoć pomaga uzyskać wyraziste i zdrowo wyglądające skręty. Żeby więc uzyskać taki efekt, warto wykorzystać tzw. saunę dla włosów. Rytuał ten słynie z tego, że sprzyja regeneracji i zwiększa nawilżenie włosów. Para otwiera łuskę włosa, dzięki czemu ułatwia dostęp do głębszych warstw pasma włosów i tym samym dostarcza składniki odżywki do wnętrza łuski włosa.

**8. Zwróć uwagę na porowatość włosów**

Dzięki wiedzy dotyczącej porowatości włosów, znacznie prościej jest dopasować właściwy produkt do potrzeb włosów. Co więcej, zyskujemy pewność, że wybrany kosmetyk zostanie odpowiednio wchłonięty.

**9. Chroń skręty także nocą**

Włosy teksturowane są bardzo delikatne. Oznacza to, że nawet pozornie niewinne pocieranie ich o poduszkę podczas snu może spowodować pogorszenie ich kondycji i wyglądu. Żeby zapobiec zniszczeniom, zalecamy wykorzystanie satynowego czepka Cantu. Został wykonany z bardzo miękkiego materiału z satynową podszewką. Pomaga zapobiegać rozdwajaniu się końcówek, wysuszaniu i łamaniu, dzięki czemu budzisz się z gładszymi i łatwiejszymi do ułożenia włosami.

**10. Nie dotykaj włosów!**

Staraj się trzymać ręce z daleko od włosów. Być może brzmi to groźnie, ale gwarantujemy, że nawyk NIEdotykania włosów pomoże w utrzymaniu ich gładkości.

Mamy nadzieję, że nasze wskazówki pomogą utrzymać skręty w perfekcyjnej kondycji.

Kosmetyki i akcesoria Cantu można kupić w każdym Rossmannie, na stronach Lookfantastic I Amazon.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Notka dla redakcji:**

\* Cantu to wielokrotnie nagradzana marka w Wielkiej Brytanii w zakresie pielęgnacji włosów teksturowanych. Źródło: Source: IRI Total Textured Haircare category, Value Sales, w/e 11th June 2022 <https://www.cantubeauty.co.uk/data>

• Cantu jest dumnym zwolennikiem firm należących do Ciemnoskórych i inicjatyw społecznych.

• Firma Cantu niedawno uruchomiła w Wielkiej Brytanii inicjatywę szkoleniową Textured Hair Pro-Training, która zapewnia profesjonalistom zajmującym się fryzurami edukację i techniki w zakresie stylizacji i pielęgnacji kręconych, falowanych i sprężynkowych włosów.

**O marce Cantu**

Misją Cantu Beauty jest celebrowanie Ciebie w całej Twojej chwale. Niezależnie od tego, czy masz sprężynki, loki, fale czy proste włosy, Cantu Beauty tworzy produkty specjalnie z myślą o Tobie i wszechstronności Twoich włosów. Kolekcja wielokrotnie nagradzanych produktów Cantu Beauty jest inspirowana pięknymi teksturami włosów, które pomagają osiągnąć pożądany wygląd. Dzięki jedynej w swoim rodzaju formule Cantu Beauty pomaga osiągnąć wszystko, od nowatorskich stylizacji, po klasyczne style.

\_\_\_\_\_\_\_

***Contact:***

***Kamila Cichocka***

***E-Mail: kamila@awesomePRgirls.com***

***Mobile: 664 048 970***

***Agata Elandt***

***E-Mail:*** [agata@awesomePRgirls.com](mailto:kamila@awesomePRgirls.com)

***Mobile: 600 288 038***