

## 5 prácticas que dañan el cabello

A veces se cometen errores involuntarios que, por desconocimiento, pueden estar dañando nuestro cabello. Forman parte de las rutinas de belleza diarias y en lugar de contribuir a cuidarlo y a que luzca sano y bonito, en realidad lo están estropeando. Los consejos que traen desde Maquilladas van encaminados a descubrir esos hábitos nocivos para la salud de tu cabello. Solo teniéndolos identificados podremos evitarlos.

### Demasiado acondicionador

No por ponerte más acondicionador estarás consiguiendo un mayor efecto. Más bien al contrario. Se trata de emplear la cantidad justa ya que si te pasas pueden quedar residuos y dejar el cabello sin vida, lacio y con aspecto incluso de suciedad. Al aplicarlo, hazlo sobre todo en las puntas, evitando el contacto con el cuero cabelludo.

### Excesivo calor

Si utilizas el secador y después la plancha (o también rizadores) tu pelo puede estar recibiendo una dosis extra de calor que no resulta nada saludable. Puedes usar un protector del cabello si no queda más remedio o probar alternativas para secarte el cabello sin usar el secador o incluso rizarlo sin calor.

### Lavado diario

Lavar el pelo con excesiva frecuencia puede hacer que se elimine la grasa natural del cabello, lo que hará que se seque y se pueda romper con más facilidad. Intenta no lavártelo todos los días y si ves que aparece grasa en las raíces puedes aplicarte champú en seco.

### No cortarlo con regularidad

No se trata de hacer constantes cambios de look, sino a que si se tiene el pelo largo es bueno que se vayan saneando las puntas cada cierto tiempo. Mejorará su aspecto y su salud.

### Usar agua muy caliente para lavarlo

El agua muy caliente deshidrata el pelo, hace que se reseque y se vuelva más quebradizo. Además, el agua tibia o incluso fría ayuda a que luzca más fuerte y brillante. Si no te gusta lavarlo con agua fría todo el tiempo puedes hacerlo con una temperatura normal, tibia, no muy caliente, y aplicar un último aclarado con agua fría.

El contenido de este comunicado fue publicado previamente en la página web de Maquilladas

**Datos de contacto:**

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Moda](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>