**Sposoby pielęgnacji włosów latem. Radzi główny stylista i właściciel marki Shake Your Head**

**Latem włosy są narażone na szkodliwe czynniki. Wiatr, woda, a przede wszystkim słońce mogą mieć na nie negatywny wpływ, o ile nie zadbamy o właściwą ich pielęgnację w tę wymagającą porę roku. Jak przeciwdziałać przeciążaniu włosów? Jak je odżywiać? Jakie kosmetyki i zabiegi stosować? Poznajmy sposoby pielęgnacji włosów latem.**

Najskuteczniejszą, a zarazem najprostszą metodą ochrony włosów przed szkodliwym działaniem promieni słonecznych są nakrycia głowy, które doskonale sprawdzą się również jako element letniego outfitu. Świetnie posłużą także, gdy postanowimy wyjść nie wysuszywszy włosów do końca, ponieważ krople wody skupiając promienie słoneczne, prowadzą do uszkodzenia ich struktury. Dla tych, którzy nie są miłośnikami nakryć głowy dobrym rozwiązaniem będzie spinanie włosów, by powierzchnia oddziaływania na nie szkodliwych czynników była jak najmniejsza.

Latem warto też pamiętać o starannym doborze kosmetyków do włosów. By uniknąć ich przeciążenia wskazana jest przerwa w modelowaniu za pomocą prostownicy czy lokówki. W ich miejsce dobrym rozwiązaniem będzie stosowanie delikatnego lakieru marki Shake Your Head, który dzięki autorskiej formule opracowanej przez cenionego stylistę fryzur – Grzegorza Duży – gwarantuje utrwalenie bez obciążenia oraz sprawia, że włosy są lśniące, elastyczne i lekkie, a także pozostają niesklejone. Ponadto zawarta w jego składzie keratyna odżywia włosy i uzupełnia ubytki w jego strukturze.

Z kolei dla ochrony przed promieniowaniem UV należy wybierać kosmetyki mające w swoim składzie filtry hamujące jego przenikanie. Takie właśnie filtry posiada Moringa Sun marki PHILIP MARTIN’S – organiczny, ochronny spray polecany przez Grzegorza Duży, idealny dla wszystkich typów włosów. Dzięki olejkom jojoba i awokado kosmetyk głęboko nawilża, odżywia i chroni zarówno włosy, jak i skórę głowy.

Regeneracji włosów w trakcie lata służyć będzie [m.in](http://m.in/). maska Maple Rinse. To kolejna propozycja marki PHILIP MARTIN’S polecana przez Grzegorza Duży, która swoje działanie zawdzięcza aktywnym składnikom pochodzenia roślinnego. Dzięki sokowi klonowemu, bio żeń-szeniowi, bio aloesowi i stymulującemu ekstraktowi z bio szałwii pozostawia włosy jedwabiste, miękkie i pełne blasku.

Nic jednak nie zastąpi profesjonalnych zabiegów w salonie fryzjerskim. Takowe zapewni Shake Your Head prowadzony przez Grzegorza Duży. Jednym z nich jest sauna na włosy, która poprzez fale ultradźwiękowe wytwarza leczniczą mgiełkę, sprawiającą, że odżywcze składniki wnikają w głąb włosa, a wydobywający się w trakcie zabiegu ozon niszczy bakterie i wirusy. Ponadto kuracja pobudza krążenie, a końcowy jej etap w postaci zimnego powietrza domyka łuskę włosa, pozostawiając go wygładzonym i pełnym blasku.

Stosując różne sposoby pielęgnacji włosów latem, nie zapominajmy o podstawie, jaką jest właściwie zbilansowana dieta. By cieszyć się zdrową kondycją włosów, a także ciała, należy o niej pamiętać. A dodatkowo stosować metody, kosmetyki i zabiegi polecane przez profesjonalistów, które zagwarantują piękno naszych fryzur nie tylko latem.

[shakeyourhead.pl](https://www.shakeyourhead.pl)