

Guía de Peluquería

- 1. Historia de la peluquería**
- 2. Marcas de productos capilares**
- 3. Composición general de los productos de peluquería**
- 4. Cuál es tu tipo de cabello y cuero cabelludo**
- 5. Tipos de productos de peluquería para tu cabello**
- 6. Como aplicar tus productos para el cabello**
- 7. Tu peinado ideal según la forma de tu rostro**
- 8. Elije lo mejor**

1. La peluquería a lo largo de la historia

La importancia de la peluquería en el ser humano, se remonta a los tiempos prehistóricos donde los fines de cortar, peinar o incluso tintar el pelo eran meramente prácticos, religiosos o ceremoniales. Los primeros utensilios capilares que utilizaron los hombres de la prehistoria fueron algunos como peines hechos de espinas de pescado, dientes de animales y ramas secas. Para cortar el pelo utilizaban lascas muy afiladas de piedra de sílex. Además, en algunos casos, teñían el pelo con sangre, grasa animal o aceites vegetales con motivos rituales.

Pero sin duda, y como ocurre con todo lo relacionado con la estética en nuestra historia, el nacimiento real del cuidado del cabello como un elemento cosmético surge con la civilización egipcia. En esta sociedad tan rica culturalmente, el corte de pelo toma un matiz distinto: como medio de diferenciación entre clases. El pelo era un símbolo de estatus y los estilos más elaborados significaban un alto *standing*. Tanto los hombres como las mujeres solían llevar el pelo largo, a la altura de los hombros, el pelo corto a la altura de la nuca o bien la cabeza rasurada. Este último estilo era habitual entre los jóvenes, que dejaban un pequeño mechón al lado de su cabeza llamado “trenza de la juventud”, como símbolo de su edad. También era habitual llevar la cabeza rasurada entre los que acostumbraban a utilizar siempre pelucas. Las chicas jóvenes solían llevar trenzas o colas de caballo.

En esta etapa fue donde nacieron las primeras pelucas. Eran tratadas como un privilegio entre los nobles. Eran fabricadas con pelo humano, por expertos que lo fijaban con una malla con ceras y resinas. Eran de pelo largo y se solían hacer con peinados muy elaborados o con el tradicional flequillo recto, que nos ha dejado esta época.

En cuanto al color del cabello, las egipcias nos legaron otro gran avance de utilidad: la utilización de la henna, un compuesto de hojas secas y tallos del árbol de la henna habitual en el norte de África, y que tiene componentes altamente pigmentantes. Combinado con agua caliente y aplicándola en el pelo la henna conseguía tonalidades rojizas o castañas y reflejos. Además también utilizaban aceites vegetales para cubrir canas o intensificar el color.

Además del peinado o el corte de pelo, los egipcios también marcaron tendencia en utensilios de cuidado capilar como el fijador o gomina a base de grasas animales que utilizaban para fijar su estilo tanto en vida, como cuando eran momificados. En algunas tumbas se han encontrado hasta rizadoros de pelo parecidos a las tenacillas.

Más adelante Grecia fue la civilización de la belleza, aportando un elemento crucial en el cuidado capilar: los salones de belleza y las escuelas de peluquería, donde los esclavos se encargaban de peinar las cabezas más selectas. Al contrario que los egipcios, los griegos valoraban la expresión de movimiento a través de múltiples rizos, ondas y peinados muy elaborados y llenos de detalles. Otra aportación que hicieron fue la

utilización de aceites y esencias para aromatizar el pelo, hechas a base de flores, especias y aceite de oliva. Sin duda los griegos fueron posteriormente la principal influencia estética y capilar en los siguientes siglos que precedieron al mundo occidental.

En la antigua Roma el cuidado por el pelo y el peinado era también una cuestión de diferenciación social, además de religiosa. Antes de la conquista de Grecia, los hombres romanos solían lucir barbas y ambos géneros tenían largas cabelleras. Sin embargo Grecia era el centro neurálgico del mundo occidental, así que tras su conquista los romanos adoptaron también sus costumbres estéticas. Se comenzaron a utilizar los salones de belleza y las barberías: ahora los hombres se rasuraban la barba y se interesaban por peinados con cabellos cortos adornados y sujetos con cintas. Las mujeres dejaban caer su melena con largos rizos o tirabuzones, y las de casta más alta lucían detallados y complicados peinados, además de teñirse con tonalidades claras como el rubio o el pelirrojo. Además crearon los primeros rulos para rizar el cabello y también utilizaban pelucas.

En la primera etapa de la Edad Media (que comprende desde el siglo V hasta el siglo XI), las mujeres llevaban el cabello muy largo, muchas veces elaborado con peinados trenzados. Nace el gusto por las frentes amplias y descubiertas, así que se deja de utilizar el flequillo. Sin embargo, debido a la influencia represiva de la religión cristiana predominante en Europa hacia la segunda mitad de esta época (Entre el XI y el XVI) la exhibición del cabello largo de las mujeres en público comenzó a ser considerado un elemento erótico e indecoroso. Por lo tanto, las mujeres debían de llevar velos para tapar su cabello. Los tintes eran considerados pecado mortal y estaban muy mal vistos. En esta época predominaba la austeridad, por lo que el afeitado y la coquetería desaparecieron casi por completo. Los sacerdotes determinaban el largo del cabello de los hombres que solía ser a la altura de los hombros, por cuestiones de practicidad, pero descuidados en general.

Ya en el renacimiento, como su nombre indica, la peluquería experimenta un impulso muy importante al igual que la estética en general. En esta época Italia se convierte en el centro europeo de la elegancia, recuperando tradiciones y costumbres de la antigua Grecia y Roma como el culto a la belleza y al arreglo personal. Las cabelleras femeninas comienzan a ser el centro de creatividad de los peluqueros, que juegan con peinados mucho más sofisticados y numerosos accesorios innovadores: redecillas, diademas, trenzas postizas, joyas entrelazadas, etc. Continúa el gusto por la frente descubierta, y se recupera la predilección por el cabello largo y rubio (con variaciones en ceniza, hilo de oro o azafrán) como símbolo de buen gusto. Los hombres adquieren un gusto por la barba sofisticada, que podían elegir entre llevar larga, recortada o con refinados bigotes y estilos. Solían llevar el pelo hasta la nuca o corto.

También se creó la moda de las pelucas, de gran influencia entre los hombres de casta noble.

Si en el renacimiento comenzáramos a ver el gusto por las pelucas, durante la época del Barroco (siglos XVII y XVIII) serán prácticamente imprescindibles. La gran riqueza decorativa y extravagante de esta época, se refleja en el *look* de las pelucas blancas que llevaban, a través de las cuales se diferenciaban los diferentes estamentos sociales. Además se mezclan con el peinado, joyas, gasas, plumas, flores, cintas y otros elementos llamativos. Se crea por primera vez la permanente en caliente para lograr unos rizos perfectos y duraderos para la peluca: lo lograban enrollando los mechones de pelo en un cilindro metálico que calentaban previamente luego en un horno de panadería o fraguas. Tanto hombres como mujeres continuarán con estos estilos extravagantes hasta la Revolución Francesa, donde todo el lujo y la exuberancia quedarán relegados a las nuevas ideas republicanas.

Durante el siglo XIX, con la Revolución Francesa y la Industrial, se vuelve al pelo natural y sencillo, así que la utilización de pelucas desaparece junto con la desaparición de la nobleza. La peluquería y la barbería comenzaron a considerarse profesionalmente y nacieron los primeros salones de belleza modernos para mujeres donde se introdujeron numerosos artículos vanguardistas como tónicos a base de ingredientes naturales, mascarillas e incluso colorantes sintéticos. En este ámbito también se inventa el primer secador de pelo: una especie de bonete de metal conectado a un tubo flexible que soplaba aire caliente proveniente de una cocina de gas. Nacieron también las primeras maquinillas de afeitar, que eran navajas de acero, con mango de metal y muy afiladas bastante parecidas a las que utilizamos en la actualidad. En suma, esta época es sin duda donde comenzamos a conocer la peluquería de la que disfrutamos en la actualidad.

El XX es el siglo de lo innovador y donde nace la moda tal y como hoy la conocemos. Los productos de tratamiento específico dejan de ser artesanales y comienzan a aparecer las grandes firmas de peluquería. De hecho la peluquería se comienza a considerar dentro de nuestras necesidades básicas y se le dedica una parte económica dentro de las familias. En este contexto, también surgen las escuelas y los estudios sobre peluquería aplicada. Estar a la última es algo deseado por todos y más asequible que en épocas anteriores, gracias a la masificación industrial. Los medios de comunicación (como el cine y la prensa) son los que marcarán el ritmo de cada movimiento. Los estilos de cabellos y peinados son prácticamente tan diferentes y variados como los que tenemos hoy en día.

Ya en la actualidad, podemos hablar más de tendencias que de moda, es decir, se intenta sugerir más que imponer. Y tenemos la libertad de elegir el color, forma y textura que más nos parezca ya seamos hombre o mujer. Se puede decir que estamos en una era de creatividad e innovación donde cada vez se busca más la singularidad y originalidad en lugar de las influencias populares.

2. Nuestras marcas de productos capilares

A continuación os vamos a mostrar un listado con todas las marcas de productos de peluquería:

ABRIL ET NATURE
ALTERNA
AMERICAN CREW
AVEDA
BABYLISS
CARITA
COLLISTAR
FLOÏD
GARNIER
GCK
GHD
INVISIBOBBLE
KANEBO
KERASTASE
L'OREAL EXPERT PROFESSIONNEL
MOROCCANOIL
MACADAMIA
MATRIX
OROFLUIDO
PARLUX
PHILIP B
PIZ BUIN
REDKEN
REVLON
SEBASTIAN
SEIBELLA QUERATINA
SHISEIDO
SHU UEMURA
SISLEY
SCHWARZKOPF
TIGI
TANGLE TEEZER
TRENDY HAIR
VALMONT
WELLA

Marcas más vendidas

Debido a la variedad de marcas y tipos de productos de peluquería, es normal que resulte complicado en ocasiones tomar una decisión. Sin embargo, siempre hay algunas marcas que destacan por su popularidad entre los amantes de la belleza, y por consiguiente se convierten en las más vendidas.

Como cuidar y nutrir nuestro cabello diariamente es un tema tan fundamental como tener buenos hábitos alimenticios o cuidar nuestro cuerpo, también somos más exigentes a la hora de elegir los productos adecuados para nuestro cabello. De la misma forma, la marca adquiere más importancia ya que también influye a la hora de elegir nuestro producto ideal.

Los productos capilares que os ofrecemos en nuestra tienda online pertenecen a marcas reconocidas por sus años de experiencia y su gran notoriedad mundialmente. Podéis acceder a marcas de toda la vida, o incluso conocer aquellas nuevas e innovadoras que se han abierto paso en el mercado gracias a su sofisticación.

Para que conozcáis mejor algunas de nuestras marcas, os vamos a mostrar cuáles han sido las cinco marcas de peluquería más vendidas este último año 2015:

1. GHD GOLD
2. Sebastian
3. Tigi
4. Kerastase
5. Revlon

Después de conocer estas marcas, seguramente querréis saber el motivo de su éxito. La verdad es que cada año siempre hay artículos que despuntan frente a otros y se colocan en el top ventas de productos de peluquería más solicitado en nuestro país, precisamente por su singularidad y eficacia. Para que tengáis algunos ejemplos de estas singularidades en peluquería, también os vamos a detallar cuáles fueron los top ventas capilares del pasado año 2015:

Plancha de pelo GHD Gold *mini styler* de GHD.

Tratamiento nutritivo *potion 9 styling treatment* de Sebastian.

Tratamiento nutritivo Uniq One *all in one hair treatment* de Revlon.

Espuma para cabello *Catwalk curlesque amplifier* de Tigi.

Champú *Resistance Reconstruction bain force architecte* de Kerastase.

Champú hidratante Sebastian *Hydre shampoo*.

Serum *Densifique soin cuir chevelu* de Kerastase.

Serum *Specifique aminexil* de Kerastase.

3. Composición general de los productos de peluquería

La cosmética capilar cumple la función tanto de proteger como de mantener el cabello sano, así como corregir las posibles alteraciones que pueda sufrir nuestro cuero cabelludo. Por esta razón, es importante conocer qué ingredientes aplicamos a nuestro pelo decantándonos siempre por fórmulas que sean más respetuosas con nuestro pH natural y las propiedades hidrolipídicas de la piel del cuero cabelludo. Para ello os queremos ayudar ofreciéndolos una vista general de los ingredientes más comunes en nuestros productos capilares:

Los ingredientes del champú

Hoy existen en el mercado diversas presentaciones este limpiador para diferentes tipos de pelo: normal, seco, graso. Además los encontramos en diferentes estados físicos como líquidos, sólidos en espumas y geles, como también diferentes presentaciones.

La fórmula más básica de un champú contiene los siguientes ingredientes:

- Agentes tenso-activos entre un 20-30%: son los que proporcionan detergencia, espuma, acondicionan el cabello y dan efectos especiales (brillo, volumen...)
- Agentes acondicionadores entre un 1 y un 3%: son los que proporcionan la suavidad, emolencia y facilidad de peinado.
- Modificadores de la viscosidad: son los que logran la textura espesa o más líquida del producto.
- Conservantes: algunos como los ésteres de benzonato o los polémicos parabenos, son los que se utilizan más para prevenir el crecimiento de bacterias y hongos en nuestros artículos. Sin embargo cada vez más se están sustituyendo esta forma tan agresiva de conservantes, por otros antioxidantes naturales más respetuosos con nuestra salud.
- Perfumes: estos han de ser compatibles con los componentes de su formulación y sirven para enmascarar los olores propios de las materias primas y ofrecer una mejor presentación.

- Los aditivos especiales son de diversa índole y son los que aportan factores concretos como por ejemplo: propiedades antioxidantes, anticaspa, protector de los rayos UV, extractos nutrientes, etc.

Además de estos componentes básicos los champús también pueden contener otros ingredientes como colorantes, agentes modificadores del pH, etc.

Además de esta formulación, cada tipo de champú específico, debe tener unos ingredientes específicos en función de la utilidad que le queramos dar y nuestro tipo de pelo.

- Si queréis un champú neutro os recomendamos: pantenol, colágeno, aminoácidos de queratina y complejos vitamínicos beneficiosos para nuestro cuero cabelludo como la vitamina D.
- Para cabello seco vuestro champú debe llevar: extracto de germen de trigo, vitamina E y proteínas de la leche.
- Un champú para pelo grasoso es bueno que contenga: hidrolizado de proteínas de seda, filtro solar y vitamina E.
- Si quieres un champú que regule la caspa, puede tener: leche hidratante, extractos vegetales, pirritona de zinc o climbazole.
- Si necesitas prevención anticáida: placenta vegetal, ketaconazol, tensoactivos protéicos y proteínas son algunos de los que te beneficiarán.
- Champú para cabello grasoso: extractos vegetales de la ortiga o del romero y componentes astringentes como el etanol, propanol o el isopropanol.
- Cabellos teñidos: los hidrolizados de proteínas de seda, el filtro solar o la vitamina E serán tus aliados.
- Para obtener volumen, tu champú puede contener: agentes acondicionadores, extracto de camomila o extracto de caléndula.

Los acondicionadores

Por otro lado, tenemos al compañero inseparable de nuestro champú: nuestro acondicionador, que por lo general trabaja para contrarrestar y suavizar los efectos del detergente del champú. Además como cuando lavamos nuestro pelo perdemos facultades naturales, el acondicionador nos ayudará a restituir y suavizar estos efectos.

Existen varios tipos de ingredientes de acondicionador del cabello, que difieren en composición y funcionalidad:

- Cremas hidratantes: su función es mantener la humedad en el cabello. Por lo general, éstos contienen altas proporciones de humectantes.
- Reconstructores que por lo general contienen proteína hidrolizada. Su misión consiste en penetrar en el cabello y fortalecer su estructura a través de la reticulación del polímero.
- Acidificantes: son reguladores de la acidez, que mantienen el pH del acondicionador de aproximadamente 3.5, próximo al pH neutro de nuestro cuero cabelludo.
- Desenredantes que sirven para modificar la superficie del cabello y hacerlo más dúctil y maleable.

- Protectores térmicos: generalmente polímeros absorbentes de calor, protegiendo el cabello contra el calor excesivo causado, por ejemplo, por secadores o planchas de pelo.
- Iluminadores: sirven para reflejar la luz y dar brillo, a través de productos químicos que se unen a la superficie del cabello. Estos son, generalmente, los polímeros.
- Los aceites, que pueden ayudar a que el cabello seco se vuelva más suave y flexible.
- Surfactantes: el cabello se compone de aproximadamente el 97% de una proteína llamada queratina. La superficie de la queratina contiene aminoácidos cargados negativamente. Por ello los acondicionadores por lo general contienen tenso-activos catiónicos, que no se lavan por completo, debido a que sus extremos hidrófilos se unen fuertemente a la queratina. Por tanto, los extremos hidrófobos de las moléculas de tenso-activas actúan como una capa protectora en la superficie del cabello.
- Humectantes tales como alcoholes grasos, pantenol, dimeticona, etc.
- Agentes antiestáticos que complementan a los humectantes, para evitar que el cabello quede estático.
- Conservantes del mismo tipo que el de los champús.
- Ingredientes con factor de protección solar para evitar la degradación de las proteínas y la pérdida de color.

Serums y mascarillas

A continuación tenemos artículos de cuidado más específicos para nuestro cabello: los serums y las mascarillas que son más bien tratamientos aplicados a nuestro cabello. Por lo general ambos tipos de productos contienen menos ingredientes químicos y son algo más suaves con nuestro cabello, ya que su misión es nutrirlo y repararlo. Pero igualmente presentan algunos ingredientes en común con los anteriores: sulfatos, agentes acondicionadores, conservantes, aditivos especiales, conservantes y perfumantes, etc.

Los serums pueden presentar diferentes formas dependiendo de lo que quieran tratar. Los hay en aceite, vaselina, crema o hasta en cápsulas. En líneas generales, para tratar el pelo, suelen contener:

- Aceites vegetales como, por ejemplo, el aceite de sésamo o de oliva virgen. Los nutrientes se extraen de componentes orgánicos como plantas, flores y frutas (como el coco, el limón o la naranja).
- Desenredantes: para modificar la textura del cabello y hacerlo más manejable.
- Iluminadores: polímeros que nos aportan brillo.
- Protectores térmicos: ingredientes aislantes del calor, para proteger de las agresiones externas o al uso del secador o la plancha y pelo.

Las mascarillas en cambio, son cremas hidratantes que se pueden aplicar en seco o bien necesitan agua para actuar y efectuar sus principios activos. En general suelen contener:

- Crema hidratante con características humectantes: es la principal responsable de la textura de nuestra mascarilla.
- Glicerol: está presente en todos los aceites, grasas animales y vegetales, y es uno de los principales componentes hidratantes de la sequedad en nuestro cabello.

- Agentes acondicionadores que le otorgan suavidad y emolencia a tu cabello.
- Protectores solares y térmicos.
- Nutrientes extraídos de componentes orgánicos: vitamina C y D, antioxidantes, proteínas, etc.

La diferencia entre un serum y una mascarilla está en que la mascarilla se utiliza de una manera más casual, ya que es más concentrada y su aplicación es para tratar el pelo dañado, o que previamente ha sufrido algún tipo de agresión externa. Por lo tanto con utilizarla una vez a la semana bastará. En cambio un serum es de uso más práctico y específico: lo aplicaremos siempre que queramos lograr un efecto concreto al momento: dar brillo, suavizar, nutrir o proteger del calor y el sol. Ambos tratamientos se pueden aplicar tanto en seco como en mojado (dependiendo del producto) y no se deben aplicar en la raíz, sino desde la mitad de la hebra hacia las puntas.

Tónicos capilares

De la misma manera que los serums y las mascarillas, la finalidad de los tónicos es tratar nuestro cabello en algún sentido concreto. Para ello utiliza diversos componentes:

- En general lo forman agua y alcohol (60-70%) como excipientes.
- Poca concentración de glicerinas, a diferencia de los anteriores productos de tratamiento.
- Nutrientes extraídos de componentes orgánicos, sobre todo vegetales: extracto de caléndula, de abedul, tomillo, vinagre de manzana, etc.

Existe un tónico para cada tipo de cabello y sus componentes activos varían en función de los problemas que quieran tratar, por ejemplo, para la alopecia pueden contener romero, manzanilla o lavanda.

Los tónicos se utilizan después de lavar el cabello y es un tratamiento muy específico y cuidadoso de tu cabello, así que antes de utilizarlos infórmate bien de tu tipo de cabello y tus necesidades capilares.

Gominas

Se presentan en forma de gel, que se aplica sobre el cabello formando una capa plástica resistente que mantiene el peinado. Para ello utiliza ingredientes como:

- Polímeros acrílicos (como la povidona o PVP) que se encuentran disueltos en disolventes volátiles e inoocuos para el pelo.
- Alcoholes como el isopropílico o el propilenglicol que serán los principales excipientes del producto.
- Perfumantes, conservantes y en algunas fórmulas hasta colorantes para mejorar su presentación.

Como su principal misión es fijar el cabello, no contiene grasas y no aporta brillo. Los polímeros serán los encargados de dar el efecto mojado o de humedad presente en determinadas fórmulas.

Lacas y espumas

Las espumas poseen una composición similar a las gominas y su excipiente principal es el agua. Lo que diferencia este producto de los demás es su presentación, ya que están envasados en recipientes a presión, mezcladas con un gas propelente y sustancias espumantes que le aportan la textura espumosa al ser extraído. En general, para conseguir esto contienen:

- Polímeros acrílicos o vinílicos: al igual que en las gominas, son los que forman la película plástica que fija el cabello.
- Tensio-activos no iónicos de propiedades espumantes
- Grasas de diferentes naturalezas que le aportan la emoliencia y la suavidad a la fórmula.
- Mezcla de alcoholes que funcionan como excipiente y que se evaporarán tras su aplicación junto con el agua.

Las lacas, al igual que las espumas, están envasadas en recipientes a presión, pero en este caso el excipiente no es el agua sino una mezcla de alcoholes. Por lo demás contiene ingredientes similares.

Las lacas se pulverizan sobre nuestro cabello y el cosmético lo cubre formando una capa de diminutas gotitas. El alcohol se evapora y los polímeros se encargarán de fijar nuestro peinado. Proporcionan mayor rigidez al peinado. Tampoco contienen grasas ni emolientes en cantidades significativas, porque desfavorecería la fijación.

Llegados a este punto, podéis ver que en líneas generales la composición de los productos capilares son similares en función de su utilidad: champús y acondicionadores; agentes tratantes del cabello; fijadores y cosméticos capilares. Conociendo estas bases siempre te será más fácil conocer lo que es mejor para tu cabello.

4.Cuál es tu tipo de cabello y cuero cabelludo

Antes de establecer el plan de cuidados diarios de nuestro cabello, lo primero que debemos hacer es conocer bien las características que presenta nuestro cuero cabelludo y cómo tratarlo, así como el tipo de pelo que poseemos. En la piel de nuestro cuero cabelludo tenemos glándulas sebáceas que se encargan de producir la lubricación natural de nuestro cabello. Precisamente este es el elemento crucial a la hora de conocer qué tipo de cabello tenemos, ya que no todos producimos el mismo sebo y cada metabolismo es diferente. Factores como la alimentación o el estrés son algunas de las cosas que pueden influir en esto. Por tanto los tipos de cuero cabelludo que podemos tener son los siguientes:

Cuero cabelludo graso

El cuero cabelludo graso es, normalmente, el resultado de tu una producción natural de aceite o sebo en tu piel de forma excesiva. Las razones de este trastorno pueden ser debidos a cuestiones metabólicas, o estar relacionadas a la alimentación y al estrés. También puede

deberse a cambios hormonales importantes (como los que se dan durante la pubertad o la menopausia).

Es habitual con este tipo de cuero cabelludo sentir que nuestro cabello está sucio a pesar de haberlo lavado recientemente. Estas características suelen ir acompañadas por problemas de acné en las zonas de la piel en contacto con el pelo o también caspa.

Los tipos de cabello con más propensión a estas características, son los cabellos claros, ya que suelen ser mucho más finos y por tanto más susceptibles de ser grasos. Este tipo de cabello necesitará una limpieza frecuente, pero no diaria, ya que si lo lavásemos cada día, conseguiríamos un efecto totalmente contrario al deseado (al eliminar la grasa natural que se produce, nuestro cuerpo reaccionaría fabricando todavía más grasa, para suplir la carencia). Necesitarás champús que no contengan aceites y que más bien posean astringentes como los alcoholes, con un detergente suave. Lo mejor es que optes por el lavado en seco, y no utilices demasiadas mascarillas (en caso de necesitarlas, solo aplícala en las puntas).

Cuero cabelludo seco

Este tipo se da cuando la superficie de queratina que recubre la piel de nuestra cabeza no produce de manera natural los lípidos necesarios para mantenerla suave e hidratada y además insuficiente como defensa de las agresiones externas. En este estado de deshidratación también influye el hecho de que la retención natural de agua es escasa y la producción de sebo también. Por esta razón las personas con cuero cabelludo seco, también suelen ser bastantes sensibles y a menudo se ven afectadas por la caspa.

Este tipo de cabello presenta un aspecto apagado y sin vida, y es propenso a quebrarse con facilidad. Para tratar este cabello necesitarás champús con propiedades humectantes, y mejor si contienen aceites vegetales que te ayuden a hidratar mejor tu cuero cabelludo. Es importante que no lo laves con frecuencia, pero si es bueno hidratarlo habitualmente en seco, aplicando una mascarilla o serum adecuado rebajado con un poco de agua.

Cuero cabelludo normal

Si tienes la suerte de tener un cuero cabelludo saludable, con un pH equilibrado y sin problemas de exceso de grasa o sequedad, este es tu tipo de pelo.

El cuero cabelludo normal no presenta alteraciones de ningún tipo y produce una excelente lubricación y queratina natural que lo hacen menos propenso a presentar algún problema.

Para mantener este tipo de pelo, bastará con que nos cuidemos bien de no utilizar champús que puedan alterar el pH de nuestro cuero cabelludo, o que lo puedan resecar o dañar. Lo mejor que puedes hacer si tu cuero cabelludo está sano, es mantener buenos hábitos de alimentación e hidratarlo con frecuencia, en lugar de someterlo a una excesiva limpieza o tratamiento.

Cuero cabelludo mixto

Este tipo se da cuando se distribuye solamente cerca del cuero cabelludo, dejando las puntas totalmente secas, y con propensión a quebrarse. Lo que sucede es que, al igual que con el tipo graso, las glándulas sebáceas producen un exceso de grasa que es absorbido por el cuero cabelludo pero no llega a imbuir todas las zonas de nuestro cabello.

Para lavar el cabello mixto, es bueno comenzar mojándolo con agua tibia o caliente para reblandecerlo y abrir los poros y que resulte menos complicado limpiar la grasa que se forma en la raíz. Necesitarás el mismo tipo de champú que en el tipo de cabello graso o incluso que el normal lavándolo solo cuando sea necesario. Para las puntas es bueno que las sigas un tratamiento con mascarilla hidratante o serum, de aplicación en seco.

Cuero cabelludo sensible

Este último tipo de cuero cabelludo no es tan común, pero está apareciendo cada vez con más frecuencia en nuestra sociedad. Picor, pinchazos, quemazón o reacciones alérgicas atópicas son algunos de los síntomas que sufren las personas con un cuero cabelludo sensible.

No hay que confundir estas reacciones cutáneas con alguna enfermedad anómala del cuero cabelludo, sino como una reacción antinatural de nuestro cuerpo ante determinados factores externos o a los ingredientes de nuestros productos. No obstante se puede tener una piel sensible sin ser necesariamente alérgico, ya que el factor principal es la manifestación de una molestia en nuestro cuero cabelludo que no suele ser habitual en los demás.

Para tratar este tipo de cabello, es mejor hacerlo con champús específicos para tu tipo, libres de elementos agresivos y de detergente muy suave. Lo mejor es que consultes cuanto antes a tu dermatólogo para que conozcas cuales son aquellos puntos en los que debes ir con más cuidado.

Cuando hayas conocido el tipo de cuero cabelludo al que perteneces, el siguiente paso será conocer los diferentes tipos de cabello que hay según su textura, para saber mejor como debes cuidar el tuyo. Los diferentes tipos de pelo son:

Cabello grueso

Este tipo no debe confundirse con poseer una cantidad muy densa de pelo, la principal característica de este cabello es que el diámetro de la hebra es mayor y posee más proteínas. Es un tipo de cabello más resistente que los demás y soporta muy bien el desgaste, los peinados difíciles o los tintes. Además es más fácil de moldear.

El problema que presenta es que absorbe casi un 45% más de humedad que el fino y esto deviene en la problemática más frecuente de esta estructura capilar: el exceso de volumen y de frizz. Esto, sumado a una mayor cantidad de capas de cutículas, hace que el cabello grueso tenga una superficie áspera (esto no significa que igualmente puedas lucir un cabello normal o mixto).

Para dar vida a este pelo, hay que mantenerlo hidratado. Es bueno usar champú y crema de enjuagues especiales. Junto con esto además aplica serums y mascarillas específicas que te ayuden a suavizar los bordes ásperos de la cutícula y le de brillo.

Cabello fino

Este cabello es todo lo contrario al grueso. Su principal característica es que presenta una hebra muy fina, carece de fuerza y es quebradizo. Cuesta de desenredar y posee un aspecto opaco y una textura "pajosa". Esto se debe a que es un pelo muy seco y no está cubierto por la grasa capilar que debería tener. Por esto, la cutícula del cabello es áspera y porosa dándole a nuestro cabello un aspecto deshidratado y apagado.

Si este es tu tipo deberás dedicarle especial atención. Los productos que más te beneficiarán serán los que contengan elementos humectantes y a la vez sean suaves y respetuosos con tu cabello debido a su fragilidad. Será bueno que apliques una mascarilla al menos una vez a la semana, esto le proporcionará mayor hidratación. Si además complementas esto realizando de vez en cuando masajes capilares, favorecerás una mayor circulación sanguínea del cuero cabelludo propiciando una mayor producción de aceites naturales.

Cabello liso

Tener el cabello lacio es el sueño de muchos, y es que este tipo de pelo es deseado por su gran versatilidad y equilibrio capilar. Su principal ventaja es que lo puedes moldear a tu gusto y las posibilidades de cortes de pelo son infinitas. Sin embargo cualquier alteración o deterioro se notará mucho más en este tipo de pelo que en otros, por ello su cuidado ha de ser algo más minucioso.

Entre sus problemas más frecuentes está la falta de volumen, de brillo, las puntas abiertas o la tendencia a encrespamiento ante la estática. Para mantenerlo saludable, lávalo con champúes suaves, bajos en detergentes y no muy humectantes. Utiliza poco acondicionador y mascarillas, y opta por peinarlo a menudo con un peine específico para tu cabello. Además si aplicar algún producto antifrizz después del peinado, te ayudará a prevenir los problemas de estática.

Cabello rizado

Sin duda el pelo rizado tiene unas características especiales, es bastante delicado y si no se trata como es debido es probable que cabe luciendo apagado, apelmazado y quebradizo. Pero dependiendo del grado del rizo también puede ser denso y achatado.

Por naturaleza es un cabello más seco que los demás tipos, por ello hay que hidratarlo y nutrirlo en profundidad cada día. También es más sensible porque cada hebra es curvada, así que la cutícula se abre con más facilidad y de ahí que se encrespe, se seque o pierda brillo. Es importante no solo hidratarlo, sino utilizar productos específicos que ayuden a sellar la cutícula y evitar que pierda humedad.

Es importante que no lo laves a diario, sino que más bien apliques la mascarilla o serum que necesites en seco para mantenerlo hidratado, y para desenredar y dar forma mejor si está húmedo.

Cabello ondulado

Presenta hebras no tan rizadas como tipo de cabello rizado, ya que su curvatura presenta trazos mucho más amplios. Por tanto, es un poquito más grueso y no tan denso. En este caso, puede ser que no sea estrictamente seco y presente características de un cabello graso o mixto.

Igualmente debes evitar lavar tu cabello todos los días, y utiliza el champú que más respete tu tipo de cuero cabelludo. Asimismo, mejor si contienen elementos humectantes y reparadores. El secador provoca mayor encrespamiento del pelo, así que debemos intentar evitarlo. Es mejor el secado natural o con un difusor que contenga poco caudal de aire.

Cabello crespo

Este es el tipo de cabello más rizado y fino que hay. Es el más delicado de todos y requiere especial atención. Es muy denso y tiene mucho volumen, por lo que tiende a estar encrespado. Además no refleja la luz y suele presentar un aspecto apagado. Si lo tienes largo, a simple vista puede parecer como una fina nube que flota alrededor de nuestro rostro.

Para potenciar el rizo y darle fuerza, deberás seguir una hidratación muy estricta utilizando productos específicos. Los aceites capilares te vendrán muy bien ya que se absorben enseguida y te servirán también para darle más luz a tu pelo.

Al igual que con el pelo rizado u ondulado es mejor no lavarlo frecuentemente, y aplicar serums y mascarillas adecuadas en seco, para mantenerlo nutrido diariamente. Recuerda siempre peinarlo después de humedecerlo, para no romper las hebras, y procura no someterlo a peinados que lo estiren demasiado. Evita la plancha o el secador, ya que el calor le afecta mucho y podría resultar en la rotura caída de tu cabello.

Si ya has situado tu tipo de pelo y cuero cabelludo, no te será difícil conocer los productos que más te beneficiarán. No olvides cuidar tu pelo diariamente y aportarle siempre los nutrientes que necesitan (especialmente si es rizado) y conseguirás estar siempre radiante.

5. Tipos de productos de peluquería para tu cabello

A la hora de elegir aquellos artículos que más beneficiarán a nuestro cabello, necesitaremos también tener en cuenta cuáles son los tipos de productos capilares que existen y qué sus diferentes utilidades para nuestro cuero cabelludo.

Comenzaremos por la categoría más importante: los champús: los hay para cada una de las necesidades que pueda tener nuestro cabello.

Atendiendo a su textura podemos distinguir dos tipos:

Formulas cremosas: tienen una textura más densa y una alta capacidad hidratante. Son más adecuadas para cabellos secos o dañados.

Textura en gel transparente: lo componen ingredientes más neutros y son buenos para cualquier tipo de pelo, pero con preferencia para los cabellos grasos. Son ideales para utilizarlos dentro de nuestra rutina diaria, siendo más efectivo si se aplica como primer champú, previo a la utilización de acondicionadores o mascarillas.

Con relación a los ingredientes y su aplicación son más extensos:

Champú neutro

Este tipo de champú sirve para todo tipo de cabello y no trata ningún problema específico. Es más adecuado como limpiador de uso diario, con ingredientes imparciales que respetan el pH neutro de nuestro cuero cabelludo. Este champú es el adecuado para personas con un pelo normal y equilibrado o incluso mixto.

La formulación de este champú suele ser suave, ya que es lo ideal para utilizarlo diariamente sin perder las facultades naturales de nuestro pH ni maltratar nuestro cabello. Estos champús son ligeramente ácidos destinados a regular nuestro nivel de pH y contienen menores cantidades de detergente para limpiar, además de eliminar cualquier elemento químico demasiado agresivo. Algunas fórmulas puede contener ingredientes botánicos (extracto de plantas, frutos,...) para aportar humectación y nutrientes.

Champú equilibrante

Se utiliza para tratar específicamente cabellos dañados, con un pH desequilibrado, o con excesiva producción de grasa (y por tanto, también, caspa). Son ideales para cabellos lisos u ondulados que se han expuesto demasiado a las inclemencias del tiempo o a tratamientos químicos fuertes.

Champú hidratante

El champú hidratante tiene la misión de preservar la humedad en nuestro cabello, hacerlo más flexible y más suave al tacto. Es ideal para cabello rizado o encrespado, fino y con tendencia a la sequedad. Su riqueza en aceites naturales, glicerinas y agentes acondicionadores benefician una buena hidratación de nuestro cabello.

Este champú es prácticamente imprescindible para personas con pelo seco, rizado o encrespado, y fino. Se puede aplicar diariamente si lo utilizas en cualquier tipo de cabello que no sea seco, sin embargo si tu tipo de pelo es reseco es aconsejable hacerlo menos (dos o tres veces por semana).

Champú para cabello tintado

La fórmula de este champú reduce el arrastre de los pigmentos de color que se escapan durante el aclarado, y además incluyen filtros que reducen el efecto decolorante de la luz solar. Debes buscar el más adecuado para tu pelo y el tipo de tinte que lleves aplicado. Algunos incluso están formulados para potenciar tu color específico y darle brillo.

En este caso tampoco podemos utilizar el champú todos los días ya que, dadas las condiciones delicadas de nuestro cabello teñido, será mejor no someterlo demasiado al lavado que a pesar de todo puede repercutir en nuestro color. En su lugar nuestro mayor cuidado será la hidratación.

Champú efecto lacio

Este champú suele tener una textura cremosa y contener bastantes factores humectantes e hidratantes. Está formulado específicamente para cabellos rizados, ondulados o rebeldes.

Suelen contener también queratina, una proteína de estructura fibrosa que producimos de manera natural y que forman las capas más externas de la piel. Esto reconstruye nuestro cuero cabelludo y favorece un mayor equilibrio capilar: ayuda a cerrar cutículas y disminuir la estática.

Podrían utilizarse también en pelos lisos que quieran mantener su estado natural sin sufrir encrespamiento o resequedad.

Champú anticaspa

Está hecho específicamente para aquellos con un cuero cabelludo que produzca exceso de sebo. Se utiliza como un tratamiento específico y existen diferentes formulaciones en función de nuestro tipo de cabello pero todos tienen algo en común: su principal principio activo es combatir la caspa. En este sentido todos contienen algunos ingredientes comunes: alquitrán de hulla, ácido salicílico y azufre, ketoconazol (un fungicida que se utiliza para tratar los hongos en caso de infección), etc.

Nuestro consejo en este caso es que acudas cuanto antes a tu dermatólogo para determinar cuál es la mejor manera de tratar tu problema de caspa y determinar el mejor champú para tratarte.

Tan importante como el champú es el acondicionador, así que para ellos también existe una clasificación extensa de variedades para los diferentes tipos de cabello. Independientemente del tipo de cabello, podemos distinguir:

Acondicionadores profundos o mascarillas acondicionadoras

Estos acondicionadores tienden a ser pesados y espesos. Tienen un alto contenido de agentes hidratantes y nutrientes que se adhieren al pelo aportando un aspecto más saludable y manejable. Para actuar, necesitarán actuar durante más tiempo que otros acondicionadores (entre 5 y 10 minutos) antes del aclarado.

Se pueden usar varias veces por semana dependiendo de lo dañado que este nuestro cabello, pero por lo general no se debe utilizar con frecuencia. Es adecuado para cabellos teñidos. También para la exposición continuada al sol, el cloro de la piscina o el maltrato que puede suponer el secador o la plancha de pelo.

Acondicionadores normales o regulares

Tienen la misma función que los anteriores, pero uso es más rápido, ya que tan pronto como se aplican se aclaran. Algunos de sus principios incluso pueden formar parte del mismo champú. Hay diferentes tipos en función de los distintos tipos de cabello.

Se pueden usar cada vez que se lava el pelo como acondicionador regular.

Acondicionador re-estructurador

Estos acondicionadores son los que le dan cuerpo y forma temporal al cabello. No tienen exactamente un efecto reparador como una mascarilla, pero sí aportan voluminosidad, emolencia y brillo. Son muy parecidos a los acondicionadores normales, pero algo más dedicados al tratamiento específico de los cabellos dañados. Son el paso previo a aplicar nuestra mascarilla de uso específico.

Acondicionadores para desenredar

Aunque todos los acondicionadores nos ayudan a desenredar el pelo, los hay con ingredientes pensados específicamente para esta labor.

Los acondicionadores desenredantes contienen agentes especiales que vuelven el cabello más elástico, manejable y lacio. Este tipo de acondicionador es ideal para personas con el pelo rizado, ondulado o con mucho volumen. Es bueno que utilices un peine durante el aclarado para ayudar a desenredar de forma más eficaz.

A continuación, si lo que buscamos es un tratamiento más específico de nuestro cabello recurriremos a una mascarilla. En función de lo que necesites, hay varios tipos de mascarillas capilares:

Mascarillas alisadoras con aclarado

Estas se aplican con el fin de ayudar a alisar el cabello después del lavado. Suelen aportar también elementos protectores de las agresiones externas o posibles maltratos. Son parecidas a los acondicionadores profundos, pero en este caso se aplicará durante más tiempo.

Mascarilla nutritiva con aclarado

Es un tipo de mascarilla ideal para cabellos normales ligeramente secos o muy secos. Se utiliza para reparar las zonas más dañadas como las puntas.

Mascarilla de hidratación profunda libre de sales y sulfatos con aclarado

Nos servirá para alargar los tratamientos de reposición de masa capilar o de queratina alisadora. Las hay de diferentes fórmulas. Algunas contienen aceite, como por ejemplo, el de macadamia,

para nutrir y reparar los efectos de un champú muy agresivo. Otras llevan colágeno, que complementará el nuestro y potenciará su producción natural. Además aportará más volumen en cabellos finos.

Mascarillas instantáneas

Son mascarillas de utilización rápida: se aplican después del lavado igual que las anteriores. Puedes aplicarlo en pequeña cantidad desde la mitad de la hebra hasta las puntas, con un peine. El tiempo de exposición suele ser de medio minuto y el resultado es como si nos hubiéramos aplicado una mascarilla tradicional.

Mascarillas que no necesitan aclarado

Son cremas que se aplican después de lavar el cabello y no se aclaran. Este tipo es ideal para personas con el cabello muy seco o encrespado, ya que estos son más delicados y es bueno mojarlos a diario, así que el resultado será mucho más visible y respetuoso con nuestro cabello.

Mascarillas termoactivas sin aclarado

Estas se activan con el calor de un secador o de las planchas de pelo. Si el secador y la plancha funcionan con componentes que produzcan iones será mejor, ya que las sustancias activas de las cremas penetrarán en forma de partículas muy pequeñas que harán que se hidrate el cabello en vez de secarse con el calor. Es eficaz en cabellos lisos y equilibrados, pero en la mayoría de los otros tipos habría que estudiar bien su utilización.

Por supuesto los cabellos secos, finos y rizados, no pueden utilizar este tipo de mascarilla, ya que les perjudicaría directamente.

Mascarillas nocturnas

Los principios activos de estas mascarillas necesitan varias horas para ser correctamente asimilados en nuestro pelo y cuero cabelludo. Por tanto se aplican antes de ir a dormir y se aclaran por la mañana. Estas mascarillas restauran la fibra capilar durante toda la noche.

Mascarillas solares

Son mascarillas pensadas para ser utilizadas después de tomar el sol, o tras haber sido expuestos largas horas al sol. Aportan suavidad y nutrición para reparar la exposición al calor. Además también aplican filtros para rayos UVA y UVB.

Mascarillas densificadoras

Son mascarillas que aportan fibra y volumen a los cabellos finos o muy finos. Contienen elementos activos como la fibra-cylane, una molécula capaz de crear una masa capilar duradera. Penetra profundamente en el cabello y se difunde en el interior de la fibra para un efecto densificante. El efecto es acumulativo, aplicación tras aplicación la fibra capilar se vuelve más gruesa.

Son tantas las cosas que hay que tener en cuenta que si no conocemos previamente todas las mascarillas que pueden aplicarse a nuestro cabello, nos podríamos equivocar fácilmente así que

antes de comenzar un tratamiento capilar efectivo infórmate bien de cuáles son las características que te beneficiarán más.

Otros productos de aplicación específica que debemos de conocer bien antes de comenzar a utilizar son los serums, independientemente de la forma que presenten (que puede ser oleosa, cremosa, en vaselina, etc.) hay de distintas finalidades:

- Serum reparador: nutre y repara el cabello dañado a través de nutrientes orgánicos aceites vegetales como las proteínas de queratina o el aceite de argán.
- Serum para dar brillo: incluyen ingredientes como los polímeros, ideales para dar brillo a nuestro pelo.
- Serum para puntas dañadas: contienen sueros de tratamiento para reparar las puntas a partir de un concentrado de nutrientes orgánicos y vegetales.
- Serum hidratante: presentan diferentes composiciones, y al igual que las mascarillas de hidratación pueden contener diversos nutrientes específicos para lograr su cometido: colágeno, aceites vegetales, agentes acondicionadores, etc.
- Serum protector: los hay para proteger del calor o los rayos del sol, y para proteger el calor en los cabellos teñidos.
- Serum anti-frizz: se utiliza después de haber usado la plancha o el secador para evitar el encrespado. También si solemos tener este el cabello encrespado, aplicar este tratamiento cada día, reducirá notablemente el exceso de volumen o frizz.

Estos son, en líneas generales, los tipos de serums específicos más comunes que nos podemos encontrar para tratar nuestro pelo. Pero como cada cabello es un mundo, los hay de muchos tipos y aplicaciones específicas, trata siempre de elegir aquel que se adapte mejor al problema que quieras tratar y a tu tipo de cabello.

Lacas, espumas y fijadores

En esta categoría tenemos productos específicos cuya misión ya no será tanto tratar nuestro cabello, sino fijar los efectos que queramos lograr.

Dentro de los tipos de espumas podemos distinguir diferentes tipos similares a los anteriores productos, con la finalidad prologar sus efectos:

- Espumas alisantes: también hay espumas para ayudar al alisado, pero a diferencia de las mascarillas o los serums, estas no contienen tantos nutrientes ni dejan tanto brillo en nuestro cabello, son más bien un complemento.
- Espumas para rizar el pelo: sirven para mantener un efecto rizado bonito (aunque hayan personas que se lo tengan que trabajar un poco). También funciona bien como fijador en este sentido.
- Espumas hidratantes: ideales para aplicar en cabellos secos para humedecer e hidratar nuestro pelo diariamente y darle un aspecto más vivo durante más tiempo.

- Espumas para dar volumen: añaden más volumen y nutrición a las hebras de tu cabello, dándole un efecto más grueso, fuerte y saludable.
- Espuma de color: es un tipo de espuma pigmentante, que proporciona un teñido cómodo, rápido y eficaz. Es muy fácil de aplicar, pero no deja tanto brillo como los tintes vegetales, a parte, los colores fuertes (como el caoba), dan un resultado muy artificial. Esto es debido a que su finalidad no es proporcionarnos algo permanente y tan elaborado como un tinte real, sino momentáneo.

También tenemos los geles fijadores, responsables de dar efecto y duración a nuestros peinados:

- Gomina fijadora
- Gomina para dar brillo
- Gomina hidratante

También están las lacas que cumplen una función similar a la de los fijadores con unas finalidades más específicas:

- Proteger de los rayos del sol.
- Ayudar al desenredado para una mejor confección de nuestro peinado.
- Humectantes e hidratantes que pueden proporcionar un efecto mojado a nuestro cabello durante bastante tiempo.

Tónicos para el cabello

Los tónicos capilares se utilizan con la finalidad de dar vigor al cabello, esto significa que luchan contra la fragilidad y opacidad del pelo. Estos problemas capilares si no se tratan en su momento de forma adecuada pueden derivar en la aparición de sebo y caspa hasta la alopecia. Es por ello que es importante encontrar un producto que nos ayude a dar vitalidad al pelo.

Existen diferentes tónicos, y se aplica generalmente tras haber lavado o acondicionado el cabello.

Entre la variedad de tónicos encontramos uno para cada tipo de cabello y para cada tipo de problema capilar. Entre ellos destacamos el tónico de tomillo para todo tipo de cabello; el de romero, manzanilla y lavanda o el de nogal para los problemas de caída de cabello incipientes. En el caso de cabellos grasos se recomienda el uso de tónicos capilares a base de romero o lúpulo.

Con esto ya tienes una idea general de cuáles son esos productos capilares entre los que puedes elegir, y que más te beneficiarán, bien sea por tu tipo de pelo o bien por su mejor adecuación a tus finalidades.

6. Como aplicar tus productos para el cabello

La eficacia de un producto no tan solo viene establecida por lo bueno que sea el producto en sí, sino que también cuenta en gran medida que se aplique o distribuya correctamente durante nuestra rutina diaria de cuidado.

Los pasos generales que debes seguir en su aplicación son los siguientes:

El champú

Comenzando por aquí, debes tener en cuenta que el lavado no debe ser demasiado vigoroso, ya que cuando nuestro cabello está húmedo, pierde elasticidad y es más vulnerable a los lavados agresivos. Por ello la mejor forma de lavarlo es evitando la excesiva fricción durante el lavado.

- Es importante que laves tu cabello solamente en la medida en la que sea recomendable para tu cabello. Por ejemplo: en pelos secos, encrespados, rizados o delicados se recomienda hacerlo una vez cada tres días. Por supuesto, siempre con el champú más adecuado.
- Aplica el champú colocando una pequeña cantidad en las manos, frota y luego extiendes todo el producto por el pelo de forma uniforme.
- Procede al lavado masajeando el cuero cabelludo, realizando movimientos circulares.
- Para aclarar es preferible el agua tibia.

Si aplicas el producto diariamente basta que lo apliques una vez. Si lo haces con menos frecuencia por tu tipo, puedes aclarar y volver a repetir el proceso para intensificar la limpieza, ya que pasarás más tiempo sin utilizar el champú.

El acondicionador:

Este es el complemento imprescindible del champú, ya que nos ayuda a suavizar las cutículas del cabello y a contrarrestar la carga negativa excesiva del cabello, generada por los detergentes del champú. Lograremos un mejor aspecto y tacto suave.

La mejor manera de proceder a su utilización es la siguiente:

- Después de lavar el pelo, mejor si lo secas un poco o esperas a que no esté tan mojado.
- Aplica el acondicionador recomendado para tu tipo en el pelo y no en el cuero cabelludo, distribuyendo el producto desde la línea de contorno hasta la nuca.
- Dejar actuar durante 1 minuto para permitir que el producto actúe. Aclarar bien y pasar a secar suavemente. Después seguiría el estilizado del pelo si es el caso.

Productos de tratamiento para nuestro cuero cabelludo

Cuando vayamos a aplicar un tratamiento para el cuero cabelludo, como un tónico, será importante poner especial atención a la aplicación, para favorecer la eficacia de los productos que apliquemos a nuestro cabello. En general deberás proceder de la siguiente manera:

- Partir el cabello a lo largo utilizando un peine fino.

- Trabajar desde el centro hacia afuera, aplicándolo directamente sobre el cuero cabelludo.
- Masajear con delicadeza realizando movimientos circulares.
- Dejas actuar el tiempo recomendado, aplicar calor si es necesario.
- Aclarar o dejar el producto dependiendo de sus características y las necesidades de nuestro pelo.

Para la aplicación de serums, mascarillas o productos de tratamiento específico

- Aplicar siempre después de haber lavado el pelo con el producto recomendado para tu tipo.
- Distribuye el tratamiento por todo el cabello de la forma más uniforme posible. Si tienes el cabello largo, aplícalo en las partes intermedias y en las puntas de tu pelo, evita la raíz. Si en cambio, tienes el pelo corto, es mejor que apliques el tratamiento solamente donde sea necesario.
- Déjalo actuar el tiempo necesario, y si es preciso puede que también tengas que aplicar calor (si el producto te lo indica).
- Finalmente, en función de tu producto, aclarar bien o simplemente dejar que tu pelo lo absorba (si es un tratamiento en seco).

La laca también tiene una forma de aplicarse mejor para que su efecto sea más visible y duradero en tu cabello. Para ello debes saber:

- Antes de aplicarla, agítala y realiza una pulverización en el aire para quitar posibles obstrucciones que pueda tener la boquilla.
- Lo mejor para aplicar la laca sin dañar nuestro pelo ni dejarlo pegajoso, es pulverizándola a unos 30 centímetros de nuestro cabello. Realízalo con movimientos circulares continuos.
- Si tenemos el pelo lacio y fino y lo que deseamos es más volumen, lo más eficaz será aplicar nuestra laca con la cabeza inclinada hacia abajo. Desde la raíz hasta las puntas, y permanece en esa posición durante unos segundos. Cuando inclines la cabeza a la posición normal otra vez y tras peinar tú cabello, puedes aplicar un poco más de laca si quieres más fijación.
- En el caso de una laca alisadora para mantener el cabello liso por más tiempo, lo que haremos será aplicarla con la ayuda de un peine fino. Rocía el peine con la laca y pásalo por cada uno de los mechones de tu pelo.
- Es importante no abusar del uso de laca en el cabello, pues si aplicamos demasiado hará que pese más y se ensucie con mayor rapidez.
- Además para para las personas con el cuero cabelludo sensible o reseco, no es bueno utilizarlas mucho ya que tienden a resecar el pelo. De aplicarlas, hacerlo tan solo en las puntas.

Geles fijadores

Para aplicar y disfrutar más de tu peinado durante más tiempo, existen ciertas pautas que mejoraran la eficacia de tu gel fijador:

- Antes de aplicarlo deber haber lavado y acondicionado tu pelo. También péinalo y desenrédalo para que esté más maleable.
- Cuando tu cabello esté bien seco, procede a aplicar tu gel fijador poniendo una pequeña cantidad en tus manos y frotándolo con movimientos circulares para que el gel sea más fácil de manejar. Cuando hayas hecho esto aplícalo sobre tu cabello lo más uniforme posible. Procura utilizar solo en lo largo del pelo y sin llegar a tocar las raíces.
- Hecho esto pasarás a darle forma con los dedos o, preferiblemente, con la ayuda de un peine para darle la forma que más se amolde a ti.
- Si sientes que el cabello no toma la forma que quieres, puedes aplicar un poco más de fijador después de haber peinado.

Espumas

Este es otro producto que se debe tener en cuenta a la hora de aplicarse, ya que tiene finalidades muy concretas y de ello depende su eficacia:

- Las espumas se aplican en el cabello cuando todavía está húmedo, después del lavado (tras haberlo secado un poco) y antes del peinado.
- Después de su aplicación se puede dejar secar al aire, pero a diferencia del fijador aporta una sensación más suave.
- Aplícalo de la forma más uniforme posible a lo largo de todo tu cabello.
- Al igual que con la laca, si queremos dar volumen a nuestro cabello deberemos aplicarla con la cabeza inclinada hacia abajo. Desde la raíz hasta las puntas, y permanecer en esa posición durante unos segundos. Si luego secamos con el secador conseguiremos resultados más visibles.
- Si lo que quieres es hidratar y acondicionar tu pelo, si la aplicas con la ayuda de un peine aplicándola en cada uno de los mechones de tu pelo, facilitarás su mejor absorción.
- Por último, procura siempre aplicar las cantidades necesarias para tu cabello y no utilices demasiada, porque podrías provocar su apelmazamiento.

Con estas directrices ya tienes unas pautas generales para poder aprovechar bien los productos de peluquería dentro de tu rutina diaria de cuidado e higiene capilar. Es posible que necesites otros cuidados más personales, en caso de tener problemas como seborrea o caída del cabello: en estos casos lo mejor será que acudas cuanto antes a tu dermatólogo y sigas las recomendaciones necesarias para tratarte mejor.

7. Tu peinado ideal según la forma de tu rostro

A la hora de elegir tu peinado y el corte de pelo que más te guste, lo más importante es realizar un análisis de la estructura de tu cara, para determinar qué es lo que mejor te sentará.

Esto es muy importante, ya que si nuestro peinado y la forma de la cara no encajan, el resultado puede ser un desastre. A pesar de que el peinado nos guste y el corte esté bien realizado si realmente no es la mejor opción para nuestro rostro lo notaremos. Esto pasa porque un buen corte de pelo o un peinado tienen que ver con figura y geometría. La forma de nuestro peinado debe encargarse de: minimizar los atributos menos agraciados; Destacar y potenciar los más notables.

Para elegir bien no hace falta ser unos expertos, lo que nos ayudará será saber identificar las formas de rostro que hay y que estilos le favorecen más.

De forma general, y según nuestros estándares de belleza en la actualidad, lo que se busca es transmitir la idea de forma ovalada del rostro, siendo esta la forma más agradable para nosotros. Para lograr esto cada tipo de rostro debe seguir pautas diferentes dependiendo de su forma:

Forma cuadrada

Si este es la forma de tu cara, tu peinado ideal incluye variar opciones:

- Un estilo “emplumado” en la parte superior y suave alrededor de las orejas es perfecto para disimular un rostro cuadrado.
- Si tienes el cabello fino o muy delgado, te quedará genial llevar el pelo largo y liso y le dará más armonía a tu rostro.
- Si tu cabello es ondulado, péinalo de forma que los rasgos faciales queden rodeados por capas suaves y con relieve. Te proporcionará un aspecto más sofisticado y atractivo.
- Para tu flequillo: para la mayoría de estilos de pelo (excepto el ondulado) se puede lograr un flequillo largo que toque las cejas y que descienda por niveles hacia los lados. Pero si tu cabello es grueso o crespo, es mejor que cortes por niveles todo el flequillo para despejarlo.
- Si te tiñes, te puede quedar bien aportar unos rayos de brillo alrededor del rostro, que suavizarán tus rasgos cuadrados.

Por otro lado debes evitar:

- Si te cortas el cabello muy corto, exagerarás tus facciones cuadradas, así que no es lo más apropiado.
- Un flequillo lineal de lado a lado tampoco te aportará mucha suavidad, sino al contrario: endurecerá más tu rostro y lo convertirá en una figura geométrica perfecta.
- Un peinado corto “tipo Bob” que termine por encima o por debajo de la línea maxilar inferior, es lo menos aconsejable con este tipo de rostro.

En general, deberás asegurarte de que tu peinado logre cierta redondez y cierta altura en el flequillo, y te sentará bien

Cara ovalada

Este es el tipo de rostro más deseado por todos y el que goza de mayor estima dentro de nuestros gustos. Si este es tu rostro estás de suerte, porque cualquier peinado te sentará bien. Aun así vamos a darte algunos consejos por si tienes dudas a la hora de elegir:

- Si tu cabello es largo abundante y ondulado pídele a tu peluquero que te lo corte de forma que los rizos se vean más ligeros. Puedes peinar la parte superior hacia atrás para lograr un aire suave y romántico. Pero si no te gustan los rizos tan largos y quieres otro estilo, puedes cortártelo y peinarlo de forma desordenada ¡te sentará igual de bien!
- Si tu cabello es fino y quieres llevarlo largo, será mejor que te lo cortes suavemente y de forma escalonada. De este modo agregarás volumen a tu *look*. Si por el contrario te gusta el pelo super corto, perfecto, tu rostro es el ideal para lucir todo tipo de peinados cortos.
- Si no tienes el pelo ni muy fino ni muy grueso, un peinado corto con los lados más largos que la parte superior te sentará genial.
- Para tu flequillo: si tienes el cabello grueso prueba el flequillo corto; si es fino puedes optar por uno largo y tenue.
- Si llevas el pelo teñido: puedes añadir toques más oscuros alrededor del rostro para acentuar la forma ovalada de tu cara.

Aunque no lo parezca es recomendable también evitar ciertas cosas con este tipo de rostro:

- No cubras demasiado tus rasgos con flequillo muy abundantes o peinados orientados hacia adelante. Esto no te sentará bien, ya que al echar cabello sobre el rostro lo que haremos será disimular nuestra forma facial.

Rostro con forma de corazón

Este tipo de rostro no es tan benigno como el ovalado, pero también goza de cierta versatilidad y agrado. Para elegir tu peinado perfecto, en líneas generales, evita los cortes sobrecargados en la parte superior y lograrás un aspecto irresistible.

- Opta por un estilo que cree volumen alrededor de la parte inferior del rostro. Independientemente del tipo de cabello que tengas es recomendable no llevarlo demasiado largo.
- Si tienes el cabello grueso es recomendable que lo cortes de forma escalonada para suavizar el área del mentón. Mantén los niveles de cabello cortado tan cercanos al maxilar inferior como sea posible para que puedan caer sobre la cara.
- Los rizos largos se ven genial en una cara en forma de corazón siempre y cuando sean suaves y ligeros.
- Un peinado corto con los lados más largos que la parte superior te vendrá bien siempre y cuando no lo dejes crecer más allá del maxilar inferior.
- Flequillo que te pueden ir bien: un flequillo corto y ligero puede parecer sencillo pero se verá hermoso sobretodo en un cabello grueso.

Debes evitar:

- Estilos que enfatizen la parte superior de tu rostro.
- Demasiada altura en la corona.
- Peinados hacia atrás muy pegados.
- Si la figura de corazón de tu rostro es muy pronunciada, los peinados cortos con cuello estrecho le darán una apariencia sobrecargada.

En general con este tipo de rostro lo que debes enfatizar son los pómulos.

Forma redondeada

Con este tipo de rostro todos nuestros esfuerzos estarán destinados a alargar la forma de nuestra cara:

- Si tu cabello es largo y ondulado te sentará bien un corte escalonado en la parte de atrás y de abajo para darle más forma. Esto te creará sensación de alargamiento.
- Evita el volumen a los lados, ya que dan anchura y es lo que no necesitamos precisamente.
- En caso de cabello liso y largo, lo que mejor nos vendrá será dejarlo caer sobre el rostro alargando las mejillas para hacerlas más estilizadas y los pómulos más estructurados.
- En el flequillo podemos probar: un flequillo largo y ligero que pueda peinarse hacia un lado le dará una apariencia más alargada al rostro redondo.

Debes evitar:

- Cortar el cabello en forma redondeada.
- Peinados muy cortos con flequillos lisos o muy cortos.
- Demasiado cabello sobre mejillas y orejas no nos favorecerá, porque haría nuestra cara más amplia.

Rostro alargado

Para este tipo de rostro tenemos también bastantes opciones:

- Si el cabello es largo y fino es mejor llevarlo corto para dar la apariencia de que es más grueso el rostro es más amplio. Puedes llevar un corte no estructurado y desordenado.
- Si el cabello es grueso y abundante, estamos de enhorabuena porque casi todos los peinados será una opción viable.
- Opciones de flequillo: por el contrario en lo referente a flequillos no todo sentará bien. Si necesita disimular una frente alargada lleva un flequillo grueso y lineal. En cambio si tienes la frente pequeña, lo mejor será evitar los flequillos (ya que solo lograrías enfatizar la figura alargada de tu cara).

Deberás evitar:

- El cabello demasiado largo, o agregar mucha altura en la parte superior que harán ver el rostro más alargado todavía.

En general lo recomendable será intentar que nuestro rostro no sobrepase el nivel de los hombros.

Si nos fijamos en nuestro rostro antes de cortarlo o lograr el peinado que más nos guste, tendremos asegurado casi al cien por cien un resultado impecable, sin necesidad de estar siempre consultando con un estilista. Si sigues estos consejos lucirás un aspecto ideal, ¡casi sin proponértelo!

8. Elige lo mejor para tu cabello con ayuda profesional

Después de tener una idea general de los tipos de productos capilares y sus diferentes formas de aplicación, es normal hacernos la siguiente pregunta: ¿qué artículo le sentará mejor a mí pelo? Sí, como ya sabemos, no todos cabellos son iguales ni reciben los productos de la misma forma así que antes de realizar nuestra elección debemos meditar un poco sobre el tema. Además de tener claro nuestro tipo de pelo, deberemos pensar en el tipo de producto, sus características, su textura... Elementos que te pueden complicar las cosas.