



CURA NATURALE DEI CAPELLI

Prima lezione

Breve introduzione sul total natural

1. Conoscere il capello

La struttura di cute e fusto

2. Carta di identità del capello

Capire che tipo di capello si ha e quali sono i suoi punti di forza e debolezza

3. Conoscere le materie prime più utili per il benessere del proprio capello

- Stimolare la crescita dei capelli

Oli ed erbe in grado di stimolare i follicoli piliferi

- Lavare i capelli

Farine, argille e erbe che possiedono potere detergente

- Idratare i capelli

Gel naturali per mantenere i capelli idratati e flessibili

- Condizionare i capelli

Come mantenere i capelli lucenti e combattere il crespo

- Rafforzare i capelli

Impacchi proteinizzanti, erbe tintorie naturali e metodi per ottenere o mantenere il capello spesso e corposo

- pH dei capelli

Mantenere i capelli in salute nel loro stato di pH ideale



- Il leave in

Mantenere le punte sane e preparare i capelli alla notte

Seconda lezione

4. INIZIARE UN PERCORSO TOTAL NATURAL

Strategie per la transizione da una cura dei capelli “artificiale” a una più naturale

Capire se un prodotto è adatto per i propri capelli

Da quale prodotto cominciare

Strutturare una routine per diverse tipologie di capelli

5. RISOLVERE ALCUNE DELLE PIÙ COMUNI PROBLEMATICHE LEGATE AI CAPELLI

Combattere i capelli grassi, la forfora e il crespo

6. REALIZZARE UN BALSAMO NATURALE E IL GEL DI FIENO GRECO

Dimostrazione pratica di due ricette base