

Translations:Shampooing sec/21/fr

Pour les curieux.ses et les aventuriers.ères vous pouvez tenter le no-poo, le fait d'espacer voire de totalement supprimer les shampoings. Cela ne veut pas forcément dire ne plus se laver du tout (certains.e.s utilisent un lavage à l'eau, à l'argile comme le Rhassoul, de l'eau bicarbonatée ou vinaigrée ou justement, uniquement des shampoings secs). Un des secrets pour espacer ses shampoings peut être une "cure de sébum" c'est à dire laisser ses cheveux gras pendant environ un mois afin que le corps régule lui même la production. En effet, plus vous lavez vos cheveux, plus ils auront tendance à se protéger à produire beaucoup de sébum et donc à regraisser vite, cercle vicieux. Cela demande un peu de courage, mais avec un confinement/télétravail ou la créativité de bonnets/turbans/foulards, on peut y arriver sans passer pour un.e pestiféré.e.