

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 pour 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.