

TENDENCIAS

6 eficaces trucos que harán que tu pelo crezca más rápido de lo normal. ¡Buenísimo!

El Ciudadano · 9 de diciembre de 2015

El cabello es lo primero en que pensamos cuando queremos cambiar de look o tratamos de hacer un cambio radical en nuestra vida: lo cortamos, decoloramos y eso hace que se dañe y deje de crecer.



Una de las cosas que muchas mujeres desean es que su cabello crezca rápido. Y es que el pelo es el marco de la cara y lo que refleja los cuidados que tenemos, ya que muchas veces delata lo mal que nos alimentamos y la falta de agua.

Además, el cabello es lo primero en que pensamos cuando queremos cambiar de look o tratamos de hacer un cambio radical en nuestra vida: lo cortamos, decoloramos y eso hace que se dañe y deje de crecer.

Sin embargo, para buena suerte nuestra, existen algunos trucos que harán que tu pelo crezca más rápido de lo normal ¡Anótalos!

1. Masajes: El cuero cabelludo necesita estimulación, de esta forma los folículos se activarán y harán que tu cabello crezca. La idea es que lo realices todos los días durante 10 minutos, si tienes aceites, como de coco, aún mejor.

2. Evita estresarte: Aunque no lo creas, andar todo el día estresada repercute en el aspecto de tu cabello. Procura vivir más relajada y cuando tengas un tiempo medita, tu pelo y piel te lo agradecerán.

3. Alimentación: Ya es sabido por todas que la alimentación incide en todo nuestro exterior: desde el pelo hasta la punta de los pies. Por lo mismo trata de evitar los alimentos no saludables y prefiere los vegetales, frutas y legumbres, además de tomar como mínimo dos litros de agua al día.

4. Descansa: Durante la noche es el momento en que el pelo crece con más rapidez, por lo mismo procura dormir las horas necesarias. Además, según consigna Upsocl, utilizando una mezcla de aloe vera y aceite de coco sobre el cuero cabelludo lograrás nutrir tu pelo mientras duermes. Para que no manches la almohada puedes colocar una toalla o bien dejarlo actuar por una hora aproximadamente y luego enjuagar.

5. Cepillar: Procura cepillar tu cabello una o dos veces durante la noche. De este modo estimularás el cuero cabelludo, eso sí, debes hacerlo sin tirar tu pelo ni dañarlo.

6. Cebollas: Sí, aunque no lo creas, la cebolla es un aliado para tu cabello. Solo debes cocer unas tres cebollas en abundante agua, y utilizarlo el líquido en el último enjuague.

Vía: <http://mamasminas.cl>

Fuente: [El Ciudadano](#)