



CONSELLS | Redacció | Actualitzat el 16/09/2020 a les 12:25

## Creus que et rentes bé els cabells? Així és com ho hauríem de fer, segons un expert



Els canvis de temperatura, els nervis, l'estrès... poden provocar que els cabells ens caiguin més. El que molta gent no sap, **és que no rentar-nos-els correctament també els pot debilitar i, per tant, causar-ne la caiguda.**

Així ho assegura el perruquer Brand Mondo al seu canal de Youtube. En un dels seus vídeos, l'expert aconsella que sempre que ens rentem els cabells ho fem amb aigua tèbia i que mai ens freguem el cap massa fort. **De fet, recomana moure les mans de manera suau i horitzontalment d'un cantó a l'altre del cap.**

**Per tant, millor evitar fer cercles per estendre el xampú, ja que això pot causar que ens caiguin més cabells del compte.** D'altra banda, és important escollir productes adequats pel nostre tipus de cabells i el més natural possibles, és a dir, sense parabens ni silicones.

D'altra banda, **si voleu aconseguir que els cabells us aguantin nets més temps, recuperem alguns consells que us poden ser útils.**

[playbuzz](function(d,s,id){var



---

```
js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById)return;js=d.createElement(s);js.id=i  
d;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script', 'exco-  
sdk');
```

```
[/playbuzz]
```