

Ideias para aprender a tratar do seu cabelo de uma forma natural

Todos sabemos que existem inúmeras receitas e mezinhas caseiras para tudo, e o cabelo não é excepção. Um bom [remedio natural queda de cabelo](#) é aquele em que não é necessário recorrer a utilizações de remédios feitos à base de produtos químicos. Se também sofre de queda de cabelo, o que é normal em todo o ser humano, pondere bem o facto de vir a utilizar um remedio natural contra a queda de cabelo, porque a verdade é que muitos dos métodos naturais acabam por serem mais eficazes para muitas pessoas, e por vezes muito mais eficazes do que muitos dos tratamentos artificiais. Claro que isto só funcionará se o seu problema for ligeiro, não tiver nada a ver com problemas mais graves e mais profundos, tais como problemas hormonais, genéticos ou advindos de graves problemas de saúde. Mesmo que tenha já comprado alguns produtos para ajudar a travar a queda de cabelo ou calvície, experimente utilizar frequentemente este tratamento muito simples que lhe vamos de seguida apresentar. Como já deverá ter ouvido por aí, todos os nossos fios de cabelo têm um ciclo de vida: ou seja, crescem, vivem e tal como tudo o resto na natureza, também morrem e caem. Muitos especialistas consideram que uma [queda de cabelo](#) é considerada normal, sempre que a queda ronde uma media de 30 a 90 fios de cabelo por dia, e em especial sempre que se possa verificar a sua reposição, quer isso dizer, que sempre que nos caem fios, é suposto nascerem outros fios novos para substituição dos que caíram. Só se considera a queda como um verdadeiro problema de saúde, sempre que essa substituição não aconteça, como está previsto acontecer. Se não tomar as devidas providencias, esse problema poderá ser de muito difícil resolução e reversão e poderá até transformar-se em algo que todos nós tememos: a calvície. Geralmente as quedas mais frequentes são originadas por fadiga excessiva no organismo, pelo tão falado stress quotidiano, por uma má alimentação onde falem vitaminas, sais minerais, ou falta de proteínas. Muitas das vezes, também os ambientes fechados onde exista falta de ventilação natural, que é substituída por excesso de aparelhos de ar condicionado, onde abundam inúmeras luzes artificiais, ou até o simples acto de usar um boné frequentemente, poderão contribuir em grande parte para agravar este problema. Um excelente remedio natural contra a queda de cabelo, é um mineral que existe no nosso corpo e na natureza chamado silício. Este mineral encontra-se mais concentrado em determinadas zonas do nosso corpo, tais como a pele, as unhas, as cartilagens, os ossos, os tecidos nervosos, e como é óbvio, no nosso couro cabeludo. E a questão é, como poderá obter o silício que está em falta ao seu organismo? Simples. Poderá obtê-lo através de alimentos, desde que consumidos com alguma frequência. Alguns desses alimentos são peças de fruta como morangos, cereais, nomeadamente a chicória, a cevada e a aveia, entre outros grãos, mas também os vegetais como a alface ou a couve-flor, especialmente quando cozidos, uma vez que se concentram mais nutrientes do que no estado cru, poderão ser uma excelente ajuda para resolver este problema da queda. Caso não aprecie muito estes alimentos acima referidos, fique a saber que também poderá encontrar silício à venda em lojas de produtos naturais, onde o poderá comprar em pequenos frascos, sob a forma de um liquido gel que misturado com uma bebida, poderá ser ingerido diariamente, sob aconselhamento da técnica/técnico de venda de produtos naturais e homeopáticos.

About the Author

Ola leitores. Chamo-me Maria e ao longo do tempo tenho vindo a pesquisar inumeros artigos relacionados com cabelo que gostaria de partilhar com vocês Queda de Cabelo.

Source: <http://www.centralartigos.com>