



RECOMENDAÇÕES PARA O USO DE PRODUCTOS RINSE-OFF



Lavagem e chuveiro :

- Num adulto, em média, a pele é o maior órgão, com 1.8 m² e 10 a 14 kg. A pele é o nosso invólucro protetor. Ela protege-nos contra a desidratação e as influências ambientais negativas (p. ex. parasitas, frio, calor,...). Além disso, a pele está intimamente ligada com o nosso sistema imunitário e participa em vários processos, como p. ex., processos metabólicos ou de regulação.
- A lavagem demasiado frequente ou “incorreta” destrói a camada protetora natural da pele e o ser humano fica mais vulnerável às irritações da pele ou alergias.
- Utilize o gel de chuveiro com parcimónia ou tome chuveiro de vez em quando apenas com água. Os geles de chuveiro contêm compostos tensoativos que são desengordurantes, podendo assim remover a camada protetora da sua pele.
- Evite os geles de chuveiro com efeito gorduroso. A pele adapta-se a um fornecimento de gordura artificial e depois já não consegue autorregular-se.
- Os sabonetes sólidos apresentam habitualmente um melhor balanço em termos ambientais do que os geles de chuveiro, uma vez que não contêm água, necessitam de menos material de embalagem e de nenhuns conservantes.
- Ao tomar chuveiro deve prestar atenção a que a água não esteja demasiado quente. Caso contrário, a pele corre o risco de secar. Além disso, o chuveiro não deve durar mais do que 10 minutos.
- A esponja de banho não deve faltar no chuveiro. É macia para a pele e proporciona um efeito de limpeza e de peeling. Evite as escovas de esfrega, uma vez que são ásperas e podem danificar a área superficial. As luvas de lavagem são igualmente impróprios, uma vez que, no caso de limpeza incorreta, são locais de incubação ideais para as bactérias.
- Os pedaços de sabonete são muito versáteis. Se forem guardados no armário da roupa conferem à roupa um odor agradável e previnem ao mesmo tempo contra as traças.
- A regra aplicável é: quanto menos espuma os sabonetes e os champôs fizerem, mais suaves são para a pele e os cabelos.



Lavagem dos cabelos :

- O cabelo é não só um adorno natural, como é também uma proteção natural. Protege a cabeça contra o calor e a radiação UV. Frequentemente, os champôs prometem que fornecem vitaminas e proteínas. Mas isso não é correto, uma vez que os cabelos só são cobertos com a substância apropriada e, dessa maneira, a superfície parece mais lisa. O cabelo não consegue absorver nada e algumas substâncias no champô até podem influenciar negativamente o couro cabeludo.
- Menos é mais! Mais champô não torna os cabelos mais limpos. Uma pequena gota de champô no couro cabeludo e massajar os cabelos húmidos e lavar abundantemente com água morna. Quanto menos espuma o champô fizer, mais suave é para a pele e os cabelos. Uma manipulação parcimoniosa permite não só poupar a sua pele, como o meio ambiente e o seu porta-moedas.
- Evite lavar os cabelos com demasiada frequência. Toda a massagem do couro cabeludo aumenta a produção de gordura através das glândulas sebáceas, o que pode causar cabelos gordurosos.
- Evite as irritações do couro cabeludo, como p. ex. a água quente, secagem quente, spray para os cabelos, ...
- Os champôs contra a caspa não devem ser utilizados por um período de tempo prolongado, uma vez que contêm substâncias ativas que irritam o couro cabeludo adicionalmente.

