Adiós al pelo enredado: el truco infalible para desenredarlo en segundos sin dañarlo

25/01/2025

El pelo enredado es un problema común que puede volverse frustrante, especialmente después de lavarlo o al exponernos al viento. Sin embargo, desenredarlo no tiene por qué ser un momento doloroso ni perjudicial para tu cabello. Con el truco adecuado, podrás evitar la rotura y mantener tu pelo sano y suave.

El truco para desenredar el pelo, paso a paso

La clave para desenredar tu cabello de forma fácil y rápida está en combinar dos elementos simples que ya tenés en casa: **acondicionador** y **agua**. Este truco es ideal tanto para

cabello **mojado** como **seco** y funciona especialmente bien en cabellos largos, rizados o propensos al *frizz*.

¿Cómo hacerlo?

- **Prepará un spray casero:** en una botella con atomizador, mezclá **dos partes de agua con una parte de acondicionador**. Elegí un acondicionador ligero que no deje residuos ni engrase tu cabello.
- **Rociá tu cabello:** aplicá el spray sobre las zonas enredadas. Si tu cabello está muy seco o enredado, rociá más cantidad para asegurarte de que los nudos se suavicen.
- **Usá un peine de dientes anchos:** comenzá a peinar **desde las puntas hacia arriba**, avanzando poco a poco hacia las raíces. Esto evitará que los nudos se acumulen y reducirá el riesgo de rotura.

Solo tenés que colocar acondicionador y agua en un recipiente spray. (Foto: AdobeStock).

¿Por qué funciona este truco?

El acondicionador actúa como un agente suavizante, lo que facilita que los nudos se deshagan sin esfuerzo. Al diluirlo con agua, se logra una **mezcla ligera** que no deja el cabello pesado, pero lo suficiente para que **sea manejable** y **fácil de trabajar**. Además, al usar un peine de dientes anchos, **reduce el riesgo de dañar las fibras capilares**, algo que es más común al usar cepillos rígidos o inadecuados.

Consejos para evitar que tu cabello se enrede

1. **Hidratá tu cabello regularmente:** el pelo seco tiende a enredarse más, ya que las fibras capilares carecen de suavidad. Utilizá mascarillas hidratantes al menos una vez por semana y acondicionador en cada lavado.

2. **Usá fundas de almohada de satén o seda:** las fundas de algodón generan fricción que puede provocar enredos durante la noche. Cambiarlas por opciones de satén o seda ayuda a mantener tu cabello más suave y sin nudos.

3. **Trenzá tu cabello antes de dormir:** hacerte una trenza floja antes de irte a la cama, reduce el movimiento del cabello mientras dormís y evita que se formen nudos.

4. **Evitá el exceso de calor:** el uso frecuente de planchas o rizadores puede resecar y debilitar el cabello, haciendo más propenso a enredarse. Si usás herramientas de calor, asegurate de aplicar un protector térmico.

5. **Cepillá tu cabello todos los días:** tomá unos minutos para cepillar tu cabello antes de lavarlo o acostarte. Esto elimina los enredos superficiales y evita que se acumulen con el tiempo.

Fuente: TN