



Ana Sánchez Blázquez

Redacción E&J



---

## ‘Hair oiling’, el hábito de cuidado del cabello que promete hacer milagros

Cada vez somos más conscientes de la importancia de cuidarnos tanto por dentro como fuera para estar sanos y ser nuestra mejor versión. Todas las mañanas y noches nos lavamos y cuidamos el rostro para retrasar la aparición de los signos de la edad y tener una piel radiante. Sabemos qué ejercicios realizar para tener un cuerpo sano y fuerte y los hábitos que seguir para tener una buena salud física y mental.

Sin embargo, hay muchas partes del cuerpo de las que **nos olvidamos de mimar, una de ellas es el cabello**. Creemos que solo es necesario cuidar el pelo cuando tenemos un problema capilar visible y, en realidad, este necesita un tratamiento más cuidado y especial del que, la mayoría, le suele dar.

Hay una idea instaurada de que la calidad y salud del pelo es una cuestión genética, sin embargo, existen varias prácticas diseñadas para **transformar el cabello en uno fuerte, bonito y cuantioso**. Aquí es donde entra nuestro nuevo gran aliado, el *hair oiling*. Una técnica que, aunque este aho

...

SUSCRÍBETE >

para una conversión completa a PDF |