Warszawa, 15.09.2020 r.

Artykuł ekspercki

**Stylista fryzur, Piotr Sierpiński zdradza sposoby na gęste włosy**

**Gęste i długie włosy to marzenie wielu kobiet, szczególnie tych o cienkich i przyklapniętych kosmykach. Jeśli jesteś jedną z nich na pewno próbowałaś już domowych maseczek z jajek lub drożdży, wcierek czy najnowszych kosmetyków, licząc na cudowny porost włosów. Genów nie da się niestety oszukać, ale istnieją metody na optyczne zwiększenie objętości. Praktyczne informacje, dotyczące sposobów na gęste włosy zdradza Piotr Sierpiński, stylista fryzur współpracujący z gwiazdami.**

W przypadku, gdy Twoje włosy straciły na objętości w ostatnim czasie, warto przyjrzeć się swojemu zdrowiu i skonsultować z lekarzem, a także wykonać podstawowe badania. Jeśli natomiast od zawsze miałaś cienkie włosy, prawdopodobnie masz to w genach, ale nie jesteś na straconej pozycji. Zobacz co możesz zrobić, aby optycznie dodać im objętości.

**Podstawa – delikatne kosmetyki**

Cienkich włosów nie należy dodatkowo obciążać nadmierną ilością kosmetyków, co nie znaczy, że można pomijać etap pielęgnacji. Podstawą jest delikatny szampon, najlepiej o naturalnym składzie. Warto wybrać produkt przeznaczony właśnie do włosów cienkich. Niezwykle istotne jest także spłukiwanie włosów letnią lub lekko chłodną wodą, a unikanie gorącej. Odżywkę najlepiej nakładać wyłącznie na same końce.

Tego typu włosy mają zwykle tendencję do przetłuszczania się, ale ich codzienne mycie nie jest najlepszym rozwiązaniem, nawet w przypadku stosowania delikatnych szamponów. Zbyt częste oczyszczanie powoduje nadmierne wydzielanie przez skórę sebum i tym samym przetłuszczanie się włosów. Suche szampony nie są też dobrą opcją, ponieważ mocno osiadają na skórze głowy w efekcie czego trudno je dokładnie zmyć. Nieusunięty nadmiar tego typy kosmetyku może zaburzać pracę gruczołów łojowych, powodując swędzenie i przesuszenie skóry.

Nieświeże kosmyki można zamaskować nową fryzurą. Doskonale sprawdzą się warkocze, które dodatkowo są niezwykle modne. Spróbuj zapleść taki na kształt opaski, czy francuza z całości włosów – w internecie znajdziesz mnóstwo inspiracji i tutoriali. W trendach są także różnego rodzaju ozdoby do włosów, np. opaski czy chustki, które ukryją nieświeże pasma.

**Proste cięcie i pianka do stylizacji**

Strzyżenie ma ogromne znaczenie w przypadku każdego rodzaju włosów. Niekiedy zmiana fryzjera i sposobu cięcia sprawiają, że kosmyki ładniej się układają. Cienkie włosy zwykle najlepiej wyglądają, gdy są obcięte na prosto, bez cieniowania. Dodatkowo, bardzo dobrą fryzura dla rzadkich włosów jest bob lub long bob. To bardzo kobieca stylizacja, która naturalnie dodaje objętości.

Ogromne znaczenie ma też samo układanie włosów po umyciu. Na mokre włosy warto nałożyć piankę, dzięki której dłużej będą one uniesione u nasady. Cienkie pasma modeluj na grubą, okrągłą szczotkę lub jeśli zależy Ci na czasie – wysusz, spuszczając głowę do dołu. Dzięki temu włosy optycznie nabiorą objętości, a Ty zyskasz naturalny look. Niezależnie od sposobu – susz włosy letnim powietrzem, aby dodatkowo nie osłabiać ich zbyt wysoką temperaturą.

**Regularne szczotkowanie włosów**

Szczotkowanie włosów powinno być takim samym nawykiem, jak mycie zębów. Należy je rozczesywać, gdy są suche, min. dwa razy dziennie (rano i wieczorem). Najlepsza będzie szczotka z naturalnego włosia (zwykle dzika). Skutecznie usuwa zanieczyszczenia i obumarły naskórek, a także wygładza pasma, dodając im blasku. Ważny jest też masaż skóry głowy, który pobudza jej mikrokrążenie, stymulując porost włosów.

**Efekt natychmiastowy**

Jeśli chciałabyś uzyskać efekt natychmiastowy, możesz zagęścić włosy w salonie i ewentualnie dodatkowo je przedłużyć. Warto zwrócić szczególną uwagę na jakość włosów. Najlepiej jeśli są naturalne – wtedy pięknie dopasowują się do Twoich pasm i nie wymagają dodatkowej, skomplikowanej pielęgnacji. Ważna jest także metoda – ja pracuję na tzw. kanapkowej, ponieważ jest szybka i skuteczna, a taśmy niewidoczne. Wiele gwiazd korzysta z zagęszczania włosów, gdyż przy nowoczesnych metodach, zabieg ten gwarantuje efekt naturalnie gęstych włosów przez długi czas (należy go powtarzać co ok. pół roku).

***Piotr Sierpiński*** *to stylista fryzur, podchodzący do swojej pracy z ogromną pasją i zaangażowaniem. Posiada 13 lat doświadczenia w zawodzie, a jego specjalizacja to zagęszczanie i przedłużanie włosów. Jest właścicielem luksusowego atelier* [*Piotr Sierpiński, Hair*](https://piotrsierpinski.pl/) *w Poznaniu, uznanego przez magazyn Gala za Najlepsze Miejsce Beauty 2019*.

**Kontakt dla mediów:**

Ewelina Jaskuła

Tel.: +48 665 339 877

E-mail: [ewelina.jaskula@goodonepr.pl](mailto:ewelina.jaskula@goodonepr.pl)