

Les ongles sont garants de notre santé, protégeons-les ! - 1/2

Que l'on soit un homme ou une femme c'est au niveau des ongles que l'on remarque étonnamment de choses. Aussi bien sur un point médical que sur la personne que l'on est. En tant que femme moi j'y accorde beaucoup d'importance, pas uniquement sur un point de vue esthétique car ce serait tout simplement superficiel, il s'agirait alors d'un détail... Mais laissez-moi vous expliquer.

Les ongles sur cette photo sont assez beaux et bien entretenus. En effet c'est joli et simple. Mais... Chacun de nous sait pertinemment qu'un tel effet n'est absolument pas naturel !

Les ongles en dises long sur une personne, notamment sur la santé.

Des ongles jaunies, cassés, dédoublés, rongés ou fendus sont les signes d'une mauvaise alimentation, de carences alimentaires, de stress, etc... Des ongles fragilisés qui se retrouvent alors coupés à ras ou survernés... Mais cela n'est pas une solution...

Imaginez-vous à un entretien d'embauche ou à un concours et que pour x raisons vous deviez présenter un papier important ou alors que votre gestuelle est basée sur votre manière de parler en agitant les mains. La personne en face de vous reste suspicieuse quant à votre hygiène, votre capacité à prendre soin de vous ou par rapport à votre environnement, votre mode de consommation alimentaire, etc...

Pas génial ? Et surtout avouez que ce n'est pas très agréable même pour nous-même voir parfois gênant lorsque les ongles s'accrochent sur un vêtement ou autre et parfois légèrement douloureux.

Il existe des solutions toutes simples

La meilleure solution c'est de ne pas laisser empirer les dégâts. Mais cela prend du temps. Les quatre premières étapes peuvent être appliquées chez un homme et ne donnent rien de plus que des ongles à l'effet naturel qui seront cependant soignés.

- Pour commencer, il faut les couper, on prend un nouveau départ. Mais ne pas s'ils sont vernis, il faut l'enlever avant de les couper.

- Ensuite on va faire un mélange de grand-mère : de l'huile d'olive et quelques gouttes de citron dans un bol que l'on fera chauffer pour qu'il soit tiède dans lequel on va plonger ses bouts des doigts pendant à peu près deux minutes par mains.

- Une fois que cela est fait, il va falloir se masser chaque doigt un par un. (attention c'est très gras donc préparez une serviette en dessous !) Et nos chères grands-mères ont tout prévu ; pour une hydratation des mains qui sont souvent asséchées, pas besoin de toutes les crèmes vendues dans le commerce à la composition douteuse ! En effet, ce mélange huile d'olive/citron est naturel et un excellent hydratant pour la peau ! Massez-vous donc les mains délicatement jusqu'à ce que l'huile pénètre légèrement la peau puis laissez poser le temps que la peau absorbe bien tout ce qui peut la nourrir.

- Ensuite utilisez un polissoir (sorte de lime plus douce) qui va vous permettre de polir vos ongles. Ils seront lisses et étonnamment plus beaux. Cela dit il ne faut pas en abuser et ne pas s'en servir plus d'une fois par mois sous peine de les abîmer. (Il ne faut pas abuser des bonnes choses ;)

- cinquième étape : mettez sur vos ongles comme un vernis un soin nourrissant (souvent de couleur verte) tout en poussant les cuticules et laissez sécher. Une fois sec passez un durcisseur (ou une base réparatrice, toujours de couleur transparente) et faites sécher.

Les ongles sont garants de notre santé, protégeons-les ! - 2/2

Voilà le soin prend fin et vous verrez que vos ongles auront tout de suite meilleure mine ! =)

Laissez-les pousser et recommencez ce soin la semaine suivante sans les polir et sans les couper mais en les limant. Cette deuxième séance vous pouvez mesdemoiselles ajouter des stickers pour tout de même donner un petit côté mignon et vous montrer que rien n'est désespéré.

continuez les soins pendant à peu près un mois avant de pouvoir les revernir et laissez-les parfois respirer sans rien mettre dessus. Et vous verrez alors que ce n'est pas compliqué d'avoir de beaux ongles à l'allure naturel !
=)