



E-BOOK CAPILLAIRE



ADIEU SECHERESSE BONJOUR SOUPLESSE

*Découvrez comment transformer votre
chevelure en suivant ces 3 conseils essentiels
pour une hydratation durable*



SAMANTHA SAINT-FLEUR

Hello Chère précieuse,
Tu te demandes pourquoi tes micro boucles ont
toujours besoin d'être hydratés ?! ton
hydratation ne dure pas plus de deux jours et tu
ne comprends pas pourquoi ?

Tu es au bon endroit ici on va parler de la
sécheresse capillaire ,
ce problème qui nous démotive complètement
on se demande pourquoi nos cheveux afros
semblent ils toujours demander plus
d'hydratation ?

Dans ce guide, on va explorer toutes les raisons
pour lesquelles nos cheveux afros ont tendance
à ressembler à des éponges assoiffées. On va
mettre les mains dans le cambouis pour
comprendre ce qui se passe avec nos crinières
et surtout, comment leur donner tout l'amour et
l'hydratation dont elles ont besoin pour briller
comme jamais !

Attachez vos ceintures et préparez-vous à un
voyage amusant et instructif dans le monde
des cheveux afros et de leur soif insatiable
d'hydratation. C'est parti pour une aventure
capillaire qui va vous faire aimer encore plus
vos boucles ! 🌟

Présentation

Je suis Samantha, la fondatrice de **Saint-fleur** j'ai compris pourquoi les cheveux crépus ont du mal à avoir une certaine longueur pourquoi nos cheveux sont secs cassants et comment y remédier je souhaite te partager cela



Mon objectif, te permettre d'en finir avec la sécheresse, mieux comprendre tes cheveux, les porter fièrement lorsque tu le souhaites et sans compromis

Les news !

Himba , ton soin hydratant et démêlant
instantané est disponible sur le site :
www-saint-fleur.fr , tu as -10% avec le code
BIENVENUE (sur ta première commande)



Aussi je propose des consultations capillaire en
cabinet au val d'Europe dans le 77 a 40min de
paris RER A ! pour traiter les problèmes de
sècheresse cuir chevelu alopecie



ce guide dédié à l'un des défis les plus communs et frustrants rencontrés par ceux qui possèdent de magnifiques cheveux crépus : la sécheresse.

Si tu te demandes souvent pourquoi tes cheveux semblent constamment secs, malgré tous tes efforts pour les hydrater, tu n'es pas seule.

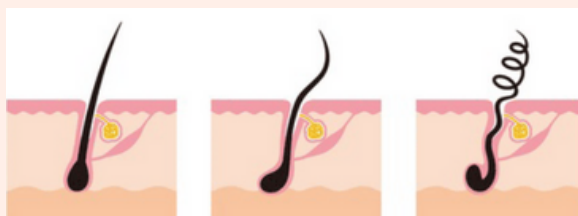
La sécheresse des cheveux crépus est un problème fréquent, mais avec la bonne compréhension et les bonnes pratiques, il est tout à fait possible de le surmonter.

Introduction : Les cheveux crépus sont uniques non seulement en termes de beauté et de style mais aussi en termes de structure biologique. Leur forme en spirale et leur texture distincte présentent des défis spécifiques en matière de soin et d'hydratation

1. Introduction – Pourquoi l'hydratation est-elle un défi pour les cheveux crépus ?

Les cheveux crépus sont souvent caractérisés par une texture en spirale serrée.

Contrairement aux cheveux lisses, les cheveux crépus ont une difficulté à transporter les huiles naturelles produites par le cuir chevelu le long de la tige capillaire en raison de leurs boucles serrées.



Les cheveux sont principalement composés de kératine, une protéine robuste qui forme la tige capillaire. Cette tige est structurée en trois couches : la cuticule (la couche externe), le cortex (la couche intermédiaire) et, dans certains cas, la médulla (la couche centrale).

1. Introduction – Pourquoi l'hydratation est-elle un défi pour les cheveux crépus ?

1. Cuticule Sur cheveux lisses : La cuticule de ces cheveux est généralement plate et serrée, ce qui protège le cortex et aide à retenir l'humidité naturelle. La sécrétion de sébum par le cuir chevelu se déplace facilement le long de la tige, donnant aux cheveux un aspect luisant et sain.

Cheveux crépus afro : La cuticule des cheveux crépus est souvent soulevée et moins serrée en raison de la courbure naturelle des cheveux. Cela rend le cheveu plus fragile et susceptible de perdre son humidité, donnant un aspect plus sec.

2. Cortex Cheveux lisses : Le cortex des cheveux lisses est uniformément protégé par la cuticule, permettant une meilleure rétention des éléments hydratants et des pigments de couleur.

Cheveux crépus afro : Le cortex des cheveux crépus peut être facilement exposé en raison de la cuticule moins dense. Les boucles serrées mettent également le cortex sous tension, augmentant le risque de cassures.

Conséquences courantes :

"Cheveux rêches et ternes."

"Casse fréquente lors du coiffage."

"Difficulté à retenir la longueur souhaitée."

"Sensibilité accrue aux agressions extérieures."

Comment y remédier ?!

Ne vaporise plus tes cheveux, nos cheveux n'aiment pas l'eau

La fibre capillaire n'absorbe pas l'eau aussi facilement qu'on pourrait le penser. L'eau reste souvent en surface ou s'évapore rapidement.

Lorsqu'elle pénètre dans les cheveux, si elle n'est pas "scellée" par un produit adapté (comme Himba), elle s'évapore, laissant les cheveux encore plus secs qu'avant

Par exemple , avant de faire une coiffure si tes cheveux sont très secs tu peux humidifier légèrement appliquer himba et réaliser ta coiffure protectrice



2. Manipulation excessive La manipulation excessive, que ce soit par brossage, peignage ou coiffage, peut causer des stress mécaniques aux cheveux crépus qui sont déjà délicats. Chaque fois que tu manipules tes cheveux, tu risques de les casser, surtout si cela est fait de manière agressive ou sur des cheveux secs.

Solution : Essaye de réduire la fréquence de manipulation de tes cheveux. Utilise des techniques de coiffure protectrice qui ne nécessitent pas de manipulation quotidienne.

Assure-toi également que tes cheveux sont hydratés en utilisant un leave in avant de les peigner ou de les brosser et utilise toujours des outils à dents larges ou tes doigts pour démêler. Ne démêle jamais tes cheveux à secs Utilise toujours un gel ou un Leave in ou même ton après shampooing pour démêler

le cheveu ne doit jamais être sec et même si tu portes un foulard, privilégie les foulards en soie ou en satin veille à ce qu'il ne soit pas trop serré et surtout une fois à la maison laisse tes cheveux libre sans foulard ou autre

Routine + coiffure adaptés

Même sous ta perruque ou sous tes
braids utilise HIMBA
grâce au beurre de kokum et l'huile
de pracaxi les cheveux sont
renforcés sur la durée

**Routine Hydratante express, je partage plein de recettes sur ma
page instagram [samantha.hairafro](#)**

Etape 1: Bain d'huiles ou prépo (soin avant
shampooing) de préférence démêlant avec un gel
(Gombo, lin, ou aloe au choix)

Etape 2 : Shampooing doux sans sulfate

Etape 3: Masque : Alternier entre les masques
hydratant et les masque protéinés La notion
d'hydratation dans les masques représente le fait
d'ajouter un agent hydratant dans son masque voici
une liste) Féculé de pomme de terre Gel de lin Lait
de coco Gel d'aloe Miel

Etape 4 - Leave in HIMBA

Etape 5 Coiffure protectrice

Mes conseils

Tout commence de l'intérieur, il y a un travail d'acceptation à réaliser, acceptation de soi de sa texture et accepter ce nouveau regard sur notre beauté qui peut être très difficile surtout si tu n'as pas beaucoup porté tes cheveux au naturel.

Mais c'est un processus et avec de la volonté et beaucoup de croyance tu vas y arriver.

Je suis disponible si tu as besoin d'une aide supplémentaire. Je t'encourage sincèrement, je suis certaines que tu pourras prochainement en finir avec la sécheresse et découvrir l'hydratation longue durée . Avec toute ma bienveillance, Samantha

