

Che cos'è, come scegliere e come usare l'indurente per unghie

Le unghie fragili e che si spezzano facilmente sono un grave problema, anche estetico, dovuto a cause diverse come l'umidità, l'immersione continua delle mani in acqua per le pulizie per esempio o perchè si svolge un lavoro che prevede il continuo contatto delle unghie con l'acqua. Anche la manicure fatta di continuo, **l'utilizzo eccessivo di smalti semipermanenti e di solventi a base di acetone** possono contribuire ad indebolire ulteriormente l'unghia. Altre cause vanno ricercate nella carenza di minerali e vitamine come la B12, biotina e ferro, minerali utili per unghie sane e forti. Il problema tuttavia può essere risolto prendendosi cura delle proprie mani e unghie, anche dall'interno dunque, ma soprattutto applicando con costanza un indurente per unghie.

Indurente per unghie, di cosa si tratta?

L'indurente per unghie è un prodotto che viene applicato sulle unghie per renderle più forti e prevenirne la rottura. **Esercita una funzione protettiva** e può essere applicato da solo o prima di una manicure anche più volte la settimana. Diverse sono tuttavia le tipologie di indurente per unghie, come gli indurenti per reticolazione, il classico indurente rinforzante e l'idratante per le unghie.



- **Indurente per reticolazione:** si tratta di un prodotto a base di formaldeide e calcio che reagisce con le proteine presenti nell'unghia debole rendendola più robusta.
- **Indurente rinforzante:** nylon e proteina solfidrica sono gli ingredienti principali di questa tipologia di indurente che agisce sugli strati superficiali dell'unghia rendendola più liscia e rinforzandola.
- **Idratante per unghie:** a base di oli e cere agisce ammorbidendo l'unghia in modo da far sì che si pieghi, ma non si spezzi. Gli idratanti vanno applicati con costanza perchè tendono a scomparire facilmente.

Come va utilizzato l'indurente per unghie?

L'indurente va applicato sull'unghia pulita e priva di ogni residuo di smalto ogni due giorni, dopo due giorni va rimosso e riapplicato per fare in modo che i principi attivi agiscano in modo efficace sull'unghia e questo vale soprattutto per l'indurente di tipo reticolare che va ad agire più all'interno dell'unghia.

Dopo due settimane di utilizzo a giorni alterni di solito le unghie appaiono più forti e robuste.

L'indurente per le unghie funziona veramente ad alcune condizioni: scegliere un prodotto di qualità, applicarlo costantemente e agire anche dall'interno dell'organismo colmando, parallelamente all'applicazione del prodotto, eventuali carenze di vitamine e minerali attraverso supplementi integrativi e un'alimentazione più varia. Quello che più conta affinché l'indurente faccia davvero il suo lavoro è comunque **la costanza e la regolarità nell'applicazione**.

Indurente per unghie fai da te, come prepararlo in casa?

Gli indurenti per unghie in commercio sono senza dubbio ottimi prodotti, tuttavia contengono anche molte sostanze chimiche tossiche come la formaldeide il cui utilizzo sarebbe da evitare il più possibile. Oltretutto in caso di unghie fragili e che si spezzano bisogna prendere una pausa da solventi e smalti per dare il tempo alle unghie di rigenerarsi. Ma come fare se le unghie sono impresentabili?

Proviamo a preparare un indurente fai da te super efficace con un solo ingrediente, l'olio d'oliva. Basta scaldare un po' di olio di oliva, anche in microonde, e farlo raffreddare in una ciotola. Con un cotton fioc si spennella l'unghia soprattutto alla base e si lascia agire per circa 10 minuti. Trascorso questo tempo si risciacqua e si asciuga bene, lasciando l'unghia libera. L'operazione va ripetuta una volta al giorno per due settimane. L'olio d'oliva funziona **grazie ai nutrienti ed ai polifenoli**, antiossidanti naturali con spiccata azione antifungina.

Durante il periodo di trattamento con l'indurente fai da te è meglio proteggere le unghie dalle

sostanze aggressive ed evitare di stressarle anche semplicemente per aprire una lattina, questo per evitare di danneggiare ulteriormente unghie già fragili.

Consigli utili per unghie fragili

- Ogni tanto prendete una pausa dalla manicure e **applicare il solo indurente alternato a creme e oli per unghie**.
- Limitate l'esposizione delle mani all'acqua e a detergenti particolarmente aggressivi. Se questo non è possibile utilizzate i guanti.
- Scegliete un indurente che contenga sostanze come **vitamina E** e oli e soprattutto sceglietelo privo di formaldeide. Leggete attentamente l'INCI sulla confezione per sapere cosa contiene il prodotto.
- Alcuni indurenti contengono superfood, alimenti presenti in natura con spiccate **proprietà rinforzanti ed emollienti**, basti pensare alle proteine del grano oppure all'aloè vera. Vale la pena provarli.
- Idratate continuamente le unghie anche dall'interno bevendo molto.
- Utilizzate spesso il tea tree oil, l'olio essenziale di melaleuca infatti è molto efficace per rinforzare le unghie che spesso si indeboliscono in seguito alla presenza di funghi. Il tea tree oil agisce come antibatterico e disinfettante dunque, contribuendo indirettamente a rinforzare le unghie.

L'indurente per unghie supporta in modo efficace situazioni di fragilità dell'unghia, interviene riparando e irrobustendo le unghie, ma occorre prendersi cura delle unghie quotidianamente con oli e creme come si fa per il viso, evitando l'utilizzo dei solventi a base di acetone e gli smalti aggressivi. Infine la manicure con smalto non andrebbe fatta spesso lasciando l'unghia libera di respirare più a lungo possibile. Una sinergia tra buone abitudini, costanza e regolarità nell'applicazione dell'indurente e una dieta adatta ricca di vitamine e minerali costituiscono il mix vincente per unghie forti e belle.