

PLAN PARA TRANSFORMAR TU PELO EN 30 DÍAS

POROSIDAD MEDIA

SEMANA	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Semana 1	Hidratación: Mascarilla (10 min), sellar con acondicionador	Vacío	Hidratación: Acondicionador con unas gotas de aceite de Argán (aclarar)	Vacío	Nutrición: Mascarilla (10 min), sellar con acondicionador hidratante	Vacío	Hidratación: Acondicionador + dos gotas de aceite de Argán (aclarar)
Semana 2	Nutrición: Mascarilla (10 min), sellar con acondicionador hidratante	Vacío	Hidratación: Acondicionador + 2 gotas de aceite de Argán (aclarar)	Vacío	Nutrición: Mascarilla (10 min), sellar con acondicionador hidratante	Vacío	Nutrición: Acondicionador + acondicionador sin aclarado hidratante
Semana 3	Hidratación: Mascarilla (10 min), sellar con acondicionador hidratante	Vacío	Nutrición: Acondicionador	Vacío	Nutrición: Mascarilla (10 min), sellar con acondicionador hidratante	Vacío	Reparación: Mascarilla (10 min), sellar con acondicionador hidratante
Semana 4	Hidratación: Mascarilla (10 min), sellar con acondicionador	Vacío	Nutrición: Acondicionador	Vacío	Hidratación: Mascarilla (10 min), sellar con acondicionador	Vacío	Hidratación: Acondicionador

CLARA