

# Sublimez votre coupe afro : le rituel d'entretien complet

---

## La méthode L.O.C. pour une hydratation durable

- Liquid (Hydratation) : Utilisez de l'eau pure ou un spray hydratant sans alcool pour réhydrater la fibre capillaire.
- Oil (Scellage) : Appliquez une huile adaptée à votre porosité (Jjoba ou amande douce pour porosité faible ; Ricin ou olive pour porosité forte).
- Cream (Protection) : Appliquez un beurre capillaire (karité, mangue) pour sceller l'hydratation et définir la texture.

## Routine de lavage et démêlage

- Lavez vos cheveux avec un shampooing sans sulfates pour nettoyer sans décaper les huiles naturelles.
- Démêlez uniquement sur cheveux humides et imprégnés d'après-shampooing.
- Procédez toujours des pointes vers les racines pour éviter la casse.
- Utilisez un peigne à dents larges en bois, en corne ou en plastique sans couture.
- Appliquez un soin profond (masque) une fois par semaine pour renforcer la fibre.

## Protection et séchage

- Privilégiez le séchage à l'air libre pour préserver la santé de vos cheveux.
- Si l'usage du sèche-cheveux est nécessaire, utilisez impérativement un diffuseur à basse température.
- Dormez sur une taie d'oreiller en satin ou en soie, ou portez un bonnet en satin pour limiter la friction nocturne et la casse.