

LIMPIEZA EMPODERADA DE HERRAMIENTAS Y ACCESORIOS PARA EL CABELLO



Rut Benavides
Coach Holística de Salud

Índice

Introducción	1
Guía de Limpieza Paso a Paso	2
Invitación	4
Descargo de Responsabilidad y Aviso Legal de Propiedad Intelectual y Utilización del Contenido	5

La limpieza de los cepillos, peines y accesorios para el cabello es más importante de lo que parece.

Con el tiempo, acumulan polvo, grasa y residuos de productos que pueden opacar el cabello y afectar la salud del cuero cabelludo.

En esta guía encontrarás los pasos simples y económicos para mantener mis herramientas limpias y listas para el cuidado capilar.

Empoderandote,

Rut Benavides



Guía de Limpieza Paso a Paso



Así lucen mis cepillos pidiendo auxilio después de varios días de uso.

Llenos de polvo, cabello y residuos de producto.
¡Es hora de darles un respiro!

Uno



Retira la suciedad y cabello acumulado.

Con la ayuda de un cepillo de cerdas de jabalí, limpio hasta remover todo lo acumulado.

Dos



Baño de renovación.

En un recipiente de plástico, mezclo agua tibia con un chorrito de shampoo, coloco los cepillos y accesorios, lo dejo remojar por una hora.
Esto ayuda a eliminar la grasa y residuos de producto.

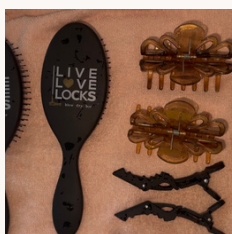
Tres



Cepillar y aclarar con agua.

Utilizo un cepillo de dientes para limpiar entre las cerdas.
Aclaro bien con agua hasta que no queden restos de jabón.

Cuatro



Sacudir y dejar escurrir.

Sacudo suavemente y dejo escurrir unos minutos sobre una toalla para quitar el exceso de agua.

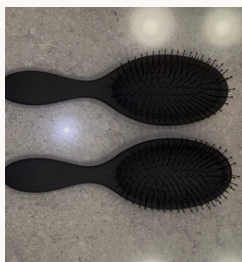
Cinco



Secar al Sol o al Aire libre

Coloco los cepillos y accesorios al sol o al aire libre para que puedan secarse completamente.

Seis



Resultado Final!

Mis cepillos y accesorios quedan tan limpios que parecen nuevos, listos para mantener mi cabello bien peinado.

Nota: Realizo esta limpieza 1 vez al mes.

¿Lista para comenzar tu TRANSFORMACIÓN?

Creo que un gran primer paso para construir nuevos hábitos es mi:

“Programa de 90 Días de Transformación Total de la Salud y el Bienestar”

Esta diseñado para ayudarte a **construir hábitos que perduren** y se adapten a tu estilo de vida, sin dietas restrictivas ni entrenamientos intensos.

Solicita mas información en:

- **team@rutbenavidescoaching.com**
- **rutbenavidescoaching.com**

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD

La información proporcionada en este eBook no pretende sustituir el asesoramiento médico, de salud mental o nutricional brindado por un médico, terapeuta, dietista u otro profesional de la salud debidamente capacitado y con licencia.

No ignores, retrases ni evites buscar atención médica o tratamiento basándote en la información compartida en este material. Si tienes alguna condición médica, alergia, inquietud específica sobre tu salud o estás lactando consulta con tu médico o proveedor de salud antes de comenzar o modificar cualquier actividad física o práctica de bienestar.

AVISO LEGAL DE PROPIEDAD INTELECTUAL Y UTILIZACIÓN DEL CONTENIDO

El formato de esta guía está protegido por derechos de autor y están destinados exclusivamente para tu uso personal.

Los pasos descritos provienen de recomendaciones de Blowout Professor en YouTube, adaptados a mi propia experiencia.

No está permitido reproducir, vender, compartir, modificar, distribuir ni reclamar como propio esta guía, ya que es propiedad intelectual de **RUT BENAVIDES COACHING** y se proporciona únicamente para uso individual.

Rut Benavides Coaching
THE ROOT TO EMPOWERMENT

rutbenavidescoaching.com

team@rutbenavidescoaching.com



[rutbenavidescoaching](https://rutbenavidescoaching.com)