



# GLAMOUR

texte : Christelle PAILLARD

## Express *beauté*

### La minute pro

## «Changer de couleur souvent, c'est vraiment dangereux ?»

Sur les shows, les tops changent de couleur de cheveux comme de gloss et «même pas mal!». Dans la vraie vie, on ne se lance pas sans filet, comme nous l'explique Rodolphe, coloriste.

«Soyons clairs : la colo caméléon, c'est assez nocif pour les cheveux, surtout quand on passe du brun au blond. Chaque changement fragilise le bulbe du cheveu, et les longueurs, de plus en plus poreuses, finissent par ne plus absorber les pigments colorants. Sans parler de la botte de foin sur la tête ! Mais s'il vous prend l'envie de changer de coloration comme de sac à main, voilà le programme: **1/ Mieux vaut foncer que décolorer.** Ex.: troquer un châtain clair contre un roux profond, un blond contre un noir corbeau. **2/ Pensez aux formules ton sur ton sans ammoniacque,** qui se patinent au fil des lavages en affichant des reflets différents, sans massacrer le cheveu. **3/ Soignez!** Comme les Américaines, dormez une fois par semaine avec un masque capillaire sur les longueurs, lavez avec un shampoing doux au pH acide et utilisez une crème démêlante. **4/ Pédale douce sur les lisseurs,** sèche-cheveux et autres défrisages. Les cheveux ne peuvent gérer qu'un agresseur à la fois... »