

GRAZIA

J'Veux du Cuir (chevelu au top)

CHEVEUX PLATS, PELLICULES, DÉMANGEAISONS :
PRENEZ LE PROBLÈME À LA RACINE AVEC GRAZIA !

Par Gabrielle Stérin avec Amandine Georges
Photos Thomas Paquet / Natures mortes Jean-Paul Goffard

STOP AU GRAS !

Un cuir chevelu gras est synonyme de cheveux fins dans 90 % des cas. Coupable n° 1 : le sébum, produit par des glandes sébacées en suractivité. En plus de graisser la fibre, il «noie» le cheveu, empêche sa croissance et entraîne des chutes en série. Responsables de cette frénésie ? L'hérédité, le stress, la junk-food, ou la pollution. A l'arrivée, des racines luisantes 24 heures après le shampooing. Relaver le lendemain, la solution ? Nenni.

LA SOLUTION MAISON Un massage manuel. A raison d'une minute par jour, c'est 80 % du traitement. Mains sur la tête, on appuie avant d'effectuer des gestes de rotation en décollant légèrement la peau. Mais pas de mouvements brusques ! Aïda, coloriste et soigneuse du cheveu

chez Coloré par Rodolphe, est formelle : «*Masser = irriguer. Frotter = irriter*». Côté vanity, on opte pour une lotion nettoyante en pré-lavage, un shampooing spécifique au pH neutre (sans silicone ni paraben pour décroasser en douceur), et des gélules de zinc à avaler en cure, un vrai coup de fouet aux cheveux gras et raplapla.

LA SOLUTION SALON Un cataplasme à la boue. Direction le salon du coloriste Rodolphe pour confier ses racines grasses aux mains expertes d'Aïda. Au programme, application de boue pour absorber et régulariser les sécrétions de sébum puis, après rinçage, massage du crâne. Soins Régulateur de Sébum, 40 € les 30 minutes au salon par Rodolphe. 26-28, rue Danielle-Casanova, Paris 2e. Tél.: 0142614659. www.coloreparodolphe.com

HALTE AUX PELLICULES

La poudreuse sur les pistes, c'est bien. Sur notre pull, beaucoup moins. La cause de ce malaise capillaire, qui touche une personne sur deux : l'activation anormale du pityriasis, un champignon le plus souvent inactif, qui dérègle le renouvellement cellulaire à la surface du crâne. Tout ça grâce au stress, aux changements de saison, à une mauvaise hygiène alimentaire ou à un soin lavant mal adapté. Et plus on brosse pour s'en débarrasser, plus le cuir chevelu est irrité et les pellicules se mettent à pulluler.

LA SOLUTION MAISON Un lavage purifiant. Pour éliminer sans décaper. Le conseil d'Aïda ? «*Bien cerner le problème pour faire la différence entre psoriasis et pellicules sèches. Dans le premier cas, pose sur les racines un mix de lotion traitante et de crème purifiante. Après un massage et une heure de pose, elles décollent en douceur.*» Squames blanches classiques ? «*Un shampooing truffé d'agents calmants et anti-inflammatoires, rincé avec un mélange apaisant de vinaigre blanc, gros sel et eau minérale, voilà la bonne combine pour les zapper.*»

LA SOLUTION SALON Un soin végétal. Il s'agit d'un rituel personnalisé à grand renfort de plantes et d'huiles essentielles apaisantes. Vapeur d'ozone, cataplasme adapté, modelage, rinçage revigorant : un vrai moment de détente avec un max d'efficacité à la clé.

FINI LES GRATOUILLIS !

Coloration trop agressive, stress, anxiété, soins mal adaptés, brushings à répétition ou environnement pas toujours friendly... et voilà que ça picote, chatouille, tiraille, démange. Du coup, on est tentée de gratter, avec au final un cuir chevelu à vif en permanence, accompagné de rougeurs, pellicules indésirables. voire, dans certains cas, de chutes de cheveux. Un vrai cercle vicieux.

LA SOLUTION MAISON Un soin apaisant. En plus d'un shampooing spécifique (au moins 3 fois par semaine, rincé à l'eau tiède), on mise sur un sérum pour cuir chevelu sensible à masser puis on laisse poser sans rincer, ou un scrub, quand la coloration démange trop. A ce propos, avant d'envisager un blond cendré ou un roux fou, mieux vaut y aller mollo et faire une touche d'essai à l'intérieur du bras. La peau réagit mal ? Coloration végétale obligatoire. Le truc en plus : mélanger une ampoule d'huile dans la couleur pour rasséréner le cuir chevelu.

LA SOLUTION SALON Un diagnostic pointu. Effectué au capillscope pour déterminer avec précision l'état et les besoins du scalp, avant de passer au traitement, concocté sur mesure. Première étape, l'application d'une lotion apaisante aux huiles essentielles rafraichissantes, suivie d'un shampooing et d'un soin anti-irritation. Impec pour les têtes échauffées... •

Merci à Aïda da Cruz, première coloriste et soigneuse du cheveu chez Coloré par Rodolphe.

3 RECETTES DE GRAND-MÈRES

POUR DES CHEVEUX SAINS SUR UN CUIR SAIN

• Le masque à l'argile absorbe le surplus de sébum et assainit le cuir chevelu un peu trop greasy. Dans un bol, versez 2 c. à soupe bien bombées d'argile en poudre et diluez dans un peu d'eau jusqu'à l'obtention d'une pâte épaisse. Une fois par semaine, un quart d'heure en racine, et voilà le scalp maté !

• Le gigot de 7 heures est au four et vous ne savez pas quoi faire de la dernière tête d'ail ? Ecrasez-la et faites-la macérer dans 5 cl d'huile d'olive tiède. Appliquez en couvrant les cheveux, surtout les racines, puis laissez poser au moins une heure pour éliminer les pellicules. Rincez bien, ne serait-ce que pour l'odeur...

• Si ça chatouille, concoctez une infusion de poudre de pivoine. Versez 900 ml d'eau bouillante sur 100 g de poudre, laissez infuser pendant 15 minutes. Filtrez et appliquez la décoction, refroidie, en eau de rinçage sur la chevelure. Vous verrez, ça calme les démangeaisons.