

GRAZIA

GRAZIA SPÉCIAL CHEVEUX

& REMÈDES

pour booster sa rentrée capillaire

Racines grasses, matière en chute libre, couleur délavée : au retour des vacances les cheveux dépriment sec. Plan d'attaque pour leur redonner tonus, style et brillance cette nouvelle saison.



L'ORDONNANCE
L'Onguent Gourmand, Coloré par Rodolphe, 40 € les 200 ml.

LES LONGUEURS ONT VIRÉ *PAILLE*

LE CONSTAT

Bains de mer à répétition, exposition aux UV sans protection, manque de soins et d'attention... Les longueurs affichent une texture rêche et archi-sèche.

LE REMÈDE

On s'offre un soin en salon, comme le rituel Fusio-Dose de Kérastase (18 € les 10 minutes) qui propose une solution ciblée grâce à sa fusion d'actifs surconcentrés. Et à la maison, on suit les recommandations d'Aïda, première coloriste et soigneuse du cheveu chez Coloré par Rodolphe, en laissant poser « un mélange de Biafine, de masque nourrissant et d'huile essentielle de coco sur pointes et longueurs desséchées ». Idéalement, pour récupérer la douceur envolée, on s'astreint à ce traitement trois fois par semaine, pendant au moins un mois. Pour que l'efficacité soit maximale, on fait pénétrer ce mélange détonnant sur cheveux secs (sur les longueurs humides, les actifs glissent) et on rince avec un shampoing adapté, truffé d'agents hydratants et nourrissants.

LES PELLICULES SONT *DE RETOUR*

LE CONSTAT

La cause de ce malaise capillaire et social (d'après une récente étude européenne TNS Sofres, 8 personnes sur 10 affectées « vivent avec la peur de paraître sales et négligées ») : la prolifération de certaines levures et bactéries qui, en surnombre, entraînent un état chronique d'irritation cutanée. Résultat, la barrière cutanée est fragilisée, le renouvellement cellulaire s'emballé (3 fois plus rapide, il passe à 7 jours) et bam ! Ça desquame. Les accélérateurs de cette tempête neigeuse ? Le stress et les changements de saison, les pics de pollution, la fatigue et les soins lavants inadaptés, voire mal appliqués. Et ne pensez pas être un cas isolé : 1 femme sur 3 est concernée.

LE REMÈDE

Une ou deux fois par semaine, on alterne les conseils d'Aïda et de Delphine Courteille. D'abord, on se concocte un gommage maison et on masse, sur cheveux secs, un mélange de sucre et de masque capillaire. Le bon geste ? De légers mouvements de rotation, du bout des doigts, sur le cuir chevelu. Ensuite, on « pimpe » son soin lavant antipelluculaire en y injectant 2 c. à soupe de henné neutre dilué dans un peu d'eau chaude. Un cocktail idéal pour purifier la peau du scalp et zapper les squames.

LES RACINES GRAISSENT *EN EXPRESS*

LE CONSTAT

Stress, junk food, pollution, ou encore hérédité... Il n'en faut pas plus aux glandes sébacées pour entrer en suractivité, produire un maximum de sébum et, à l'arrivée, noyer les racines vingt-quatre heures à peine après le dernier shampoing. Et c'est encore plus fréquent si on a les cheveux fins.

LE REMÈDE

Le massage. Dans l'idéal, une minute par jour pour assainir un cuir chevelu greasy. Doigts sur le crâne, on appuie fermement et on effectue des mouvements de rotation en décollant légèrement la peau, un peu comme si elle roulait sous les doigts. Et ça, c'est déjà 80 % du traitement. Pour les 20 % restants, on suit les conseils de Delphine Courteille et on pose, une fois par semaine, juste avant le shampoing et pendant 15 minutes, un cataplasme « fat free », un mix d'argile bio et d'eau, impeccable pour absorber le trop-plein de sébum, vider les glandes sébacées et donc nettoyer le cuir chevelu. L'astuce bonus d'Aïda pour assécher en douceur ? Une cure de zinc, en gélules : 2 par jour pendant deux mois minimum.

LES CHEVEUX SONT *ELECTRIQUES*

LE CONSTAT

Matières synthétiques, shampoings et soins mal adaptés, brossage trop énergique, air sec... Il n'en faut pas plus aux cheveux pour se hérissier devant un tel traitement. Et ça tombe mal car avec le prochain retour des bonnets et du froid, c'est bien parti pour durer.

LE REMÈDE

D'abord éviter de terminer son shampoing par un puissant jet d'eau froide car, comme le rappelle Aïda, « c'est le brusque changement de température qui favorise l'électricité statique, donc mieux vaut rincer son shampoing — à PH neutre, sans silicone ni paraben — sous une eau tiède ». Autre recommandation : y aller mollo sur le conditionner, qui a une fâcheuse tendance à faire dresser les cheveux (fins) sur la tête, et opter plutôt pour un masque nourrissant. Ensuite, on pré-sèche correctement ses cheveux, afin d'absorber un maximum d'humidité avec une serviette en microfibrilles, et on mise sur un outil doté d'une fonction ionique. Côté température, on y va doucement, surtout si les cheveux sont fins : 57, c'est le nombre de degrés rêvé (selon Philips) pour sécher vite et bien, sans dessécher ni électriser. On termine en coiffant avec une brosse en poil de sanglier (le fer conserve la chaleur et rend la fibre électrique) sur laquelle on vaporise un léger effet laque pour bien discipliner.

