

PSYCHOLOGIES

MAGAZINE

La beauté sur le divan

Sensations

Je me fais des cheveux blancs

Et s'ils apparaissent parce que nous avons du mal à faire face à trop d'émotions négatives ? Conseils pour bien vivre avec sa "blandeure".



Ils sont la star des réseaux sociaux depuis que la journaliste Sophie Fontanel a mis en scène son blanchissement sur Instagram. « Enfin, à 53 ans j'ai entrepris d'apparaître », écrit-elle dans *Une apparition* (Robert Laffont), le livre quelle a consacré à sa « blandeure ». Malgré ce témoignage encourageant, l'arrivée des cheveux blancs n'est ni toujours aussi bien vécue ni toujours aussi désirée. En témoigne l'expression populaire « se faire des cheveux blancs », qui ancre dans notre inconscient collectif quelle est forcément liée au stress. « Pour moi, cela fait sens, confie Marianne, 53 ans. À 32 ans, j'ai eu un énorme choc émotionnel et j'ai attrapé des cheveux blancs. » « L'anxiété ou la peur de la mort sont responsables d'une production accrue de peroxyde d'hydrogène (eau oxygénée) au niveau du cuir chevelu, qui détruit les pigments colorés », explique Cécile Morgan, médecin nutritionniste et homéopathe¹. Une étude démontre en outre que les Européens ont une prédisposition génétique favorisant le blanchissement des cheveux.

J'ASSUME DONC JE SUIS... LIBRE

Et si après tout, nous nous laissons guider par l'expérience inspirante de Sophie Fontanel. Et si, comme elle l'écrit, « tout ce qu'on racontait sur les cheveux blancs

était faux ? Et si ces monceaux de teintures sur des millions de chevelures [...] cachait en fait une beauté supplémentaire qui sauverait les femmes

de bien des angoisses, de bien des servitudes ? » Sa coiffeuse, Delphine Courteille, conseille à celles qui veulent lui emboîter le pas de se faire accompagner par leur coloriste, durant la phase de transition. « Lorsque votre blanc est uniforme, prenez le temps, une fois par semaine de laisser poser en masque avant le shampoing, de l'huile de coco ou de macadamia bio. Le cheveu blanc est plus épais, et parfois dru ou frisottant, et demande donc plus de soin... de qualité. Surtout, bannissez le silicone car, en formant une pellicule sur la fibre il vous empêchera de les déjaunir. » Côté coupe, la pro conseille de moderniser « Mettez sur une coupe moderne avec du relief pour mettre en valeur votre nouvelle "blandeure" ! » Prête ?

1. Le Dr Morgan exerce aussi à la Thalasso Miramar d'Arzon.



LE BON RITUEL

Les anti-grisaille : Shampoing déjaunisseur Le Poivre et sel Coloré par Rodolphe, 250 ml. 25 €