

BELLEZZA

LA CURA DEI CAPELLI IN PRIMAVERA

È importante scegliere lo shampoo giusto per volume e cuoio capelluto

CURA DEI CAPELLI

I capelli si sporcano facilmente ogni giorno, a causa di smog, polvere e agenti inquinanti.



Per avere capelli esteticamente belli occorre partire dalla salute del cuoio capelluto e considerare la stagione in cui ci troviamo. Come prendersi cura di cuoio capelluto e capelli nelle varie stagioni, come la primavera? Risponde Silvia Cecchinato, tecnico tricologo, nel suo libro *La hair care che nessuno ti spiega - Guida agile per la cura dei tuoi capelli* (Edizioni **Lswr**). Ecco i tips & tricks da seguire per ottenere dei risultati tangibili, per avere una chioma folta e sana è indispensabile partire dalla cura del cuoio capelluto, occorre, quindi, prestare attenzione alla routine quotidiana e capire

quali azioni adottare non solo in base alle proprie necessità e caratteristiche, ma anche in base alla stagione in cui ci si ritrova. In base al periodo dell'anno, infatti, cambiano le esigenze di capelli e pelle.

Quale è la migliore detersione?

Lo scopo dello shampoo tecnicamente è quello di eliminare l'accumulo di sporco superficiale all'epidermide e lasciare i capelli detersi e pettinabili. In particolare, deve essere in grado di eliminare sebo e impurità senza essere troppo aggressivo e rischiare di irritare e alterare il cuoio capelluto. Inoltre, deve avere un

giusto pH e deve lasciare i capelli condizionati, non elettrizzati e non annodati. I capelli si sporcano facilmente e quotidianamente a causa

di polvere, smog, agenti inquinanti presenti nell'atmosfera e spesso per eccesso di sebo e sudore. È importante perciò tenerli sempre puliti. In generale,

lo shampoo giusto deve dare buone sensazioni sia in termini di pulizia e leggerezza del cuoio capelluto sia di morbidezza e volume dei capelli. Tutto ciò lo può fare grazie a degli ingredienti fondamentali che sono i tensioattivi. Il mix tra i diversi

tensioattivi fa la differenza nella resa di uno shampoo, non l'assenza o la demonizzazione dei tensioattivi. Infatti, ciò che rende uno shampoo più o meno schiumogeno o più o meno compatibile con la pelle del cuoio capelluto sono la tipologia del tensioattivo utilizzato in maggiore quantità, chiamato appunto tensioattivo primario e il numero totale di tensioattivi utilizzati in formulazione. Il tensioattivo primario quindi indica che tipologia di detergente sarà e quanta schiuma farà, ma la dermocompatibilità dipenderà dalla tipologia e dal numero degli altri tensioattivi presenti.

Diamo un consiglio ai nostri lettori

La cura dei capelli deve essere una gioia, un momento in cui curate non solo i capelli ma anche voi stessi o voi stesse. E questo appuntamento va vissuto con pace e accettazione della propria bellezza. Esistono poi degli esperti, degli specialisti che sapranno consigliarvi e accompagnarvi in un viaggio di benessere e bellezza.

Quali i danni ai capelli in primavera?

Con l'arrivo della primavera spesso si può notare una forte caduta di capelli, simile a quello che avviene in autunno. Ma in primavera si notano soprattutto alterazioni della barriera cutanea del cuoio capelluto, che presenta più frequentemente desquamazione eccessiva, rossore, prurito e acutizzazione delle dermatiti. Tutto questo avviene prima di tutto perché la crescita dei capelli è influenzata dal cambio delle ore di sole. Quando si dorme poco e male e nelle ore sbagliate si procura un grave stress ai bulbi piliferi. ■



Silvia Cecchinato



1.EQUIVALENZA. Shampoo profumato Black Label 144. Deterge, ammorbidisce, lucida e profuma delicatamente i capelli. Una fragranza orientale con una nota di testa sottilmente fruttata e un finale gourmand. € 8,90

2.PROFESSIONALE BY FAMA. Prodigious - Multi-tasking hair spray uno spray multifunzione che si applica sui capelli umidi per uniformare la porosità del capello e non necessita di risciacquo. ML 200, € 34,90

3.REVLON PROFESSIONAL. Eksperience purity bagno purificante, un detergente purificante per il cuoio capelluto che riequilibra, detossina e lascia una sensazione di pulizia e freschezza sul cuoio capelluto. ML 250, € 21

4.BIPOINT. Hair serum Un siero concentrato da aggiungere a qualsiasi tipo di colorazione fai da te (temporanea e permanente). Protegge il capello durante il trattamento, rinforzandone la struttura e prevenendo potenziali danneggiamenti. ML 30, € 18,90

5.ROUJ. Detergente universale probiotic haircare, shampoo per una profonda e corretta pulizia dei capelli e del cuoio capelluto, nel rispetto del naturale mantello idrolipidico della cute. ML 150, € 15

6.L'OCCITANE. Brume rilassante corpo e capelli Arricchito con olio essenziale di Lavanda e CBD (Cannabi-

diolo) a base di canapa, questo spray multiuso, formulato con il 95% di ingredienti di origine naturale, lascia pelle e capelli delicatamente profumati. ML 50, € 16

7.MELVITA. Olio di jojoba bio, per i capelli, questo olio vegetale dalla consistenza leggera e dal profumo incantevole regola il sebo e rivitalizza i capelli secchi e fragili. Migliora la lucentezza e dona elasticità. € 14

8.PIXI. Lo stick idratante On The Glow di PIXI è perfetto per idratare la pelle ovunque ti trovi. Formulato con un complesso a base di vitamina D2 antiossidante e ginseng, per idratare e riequilibrare pelle e capelli. € 23,50

9.LAVERA. Shampoo Colour & Care Nel cuore della formula la quinoa che -ricchissima di proteine e aminoacidi- favorisce la rigenerazione di capelli rovinati, secchi e sfibrati e protegge il colore dall'aggressione dei radicali liberi combinata al melograno -ricco di Vitamina A,B,C e oligoelementi come lo zinco, con proprietà antiossidanti, nutritive, lenitive, idratanti e antibatteriche. 250 ml € 7,39

10.BIOFFICINA TOSCANA. Latte leave-in ravvivante Per rendere brillanti i capelli biondi e silver attraverso un'azione anti-giallo, tonalizzante. Nella formula anche un attivo derivato dal riso, cheratina vegetale e acqua di riso fermentata con proprietà idratanti e protettive. €16,90 | 100mlpieghe. Dal finish satinato e dalla coprenza modulabile. € 16,75

8 CONSIGLI PER COME INTERVENIRE SULLA CADUTA PRIMAVERILE

1. Per il benessere dei capelli sarebbe importante dormire almeno sette ore a notte e decisive sono le prime tre, quelle tra mezzanotte circa e le tre. In molti casi la caduta di capelli è causata proprio dall'alterazione dei ritmi sonno-veglia che in primavera sono molto più frequenti;
2. Esfoliare periodicamente e più frequentemente il cuoio capelluto;
3. Fare impacchi a base di oli vegetali emollienti e restituitivi, prima dello shampoo, in posa minimo per un'ora;
4. Applicare lozioni specifiche per stimolare la microcircolazione e i follicoli piliferi, contenenti so-

- stanze antiossidanti, antibatteriche, che si scelgono in base allo stato del cuoio capelluto e dei capelli;
5. Introdurre nella routine sieri riparatori ed equilibranti per il cuoio capelluto;
6. Massaggiare il cuoio capelluto quotidianamente per stimolare la circolazione, elasticizzare la cute e ricavarci un momento antistress;
7. Prestare attenzione all'alimentazione che deve essere ricca di proteine, verdure di stagione, frutta secca;
8. Cominciare a proteggere il cuoio capelluto dai raggi UV con prodotti specifici e copricapo traspiranti.

CURA IL LOOK

di Elena Ballerini
conduttrice tv



Igiene trivalente

La pelle non è solo tatto, ma è anche visione, sogno di contatto e soprattutto è il miglior abito che possiamo indossare. Abbiamo ricercato una perfetta skin care attraverso l'esperienza di Pamela Del Giovane, del centro estetico polispecialistico Marilyn Hintime di Roma.

Cos'è l'igiene estetica trivalente?

Nel centro polispecialistico si utilizza un metodo speciale che lo differenzia da altri simili. Non si chiama più pulizia del viso perché è un trattamento che lavora su epiderma, derma e fasci muscolari. Dopo un'esfoliazione profonda con la micro dermoabrasione, non utilizziamo il vapore per la prematura, ma un prodotto che ha lo stesso effetto, lavoriamo sul drenaggio e sulle rughe donando luminosità e turgidità al tessuto. È un trattamento specifico in base alla genetica individuale con un'azione preventiva per permettere all'organo pelle di affrontare in sicurezza tutte le variazioni climatiche ad ogni cambio di stagione.

In quali fasi si articola?

Si comincia con una pulizia profonda della pelle con micro-cristalli di diamante che levigano e affinano la grana della pelle. La seconda fase si occupa della purificazione della pelle, del drenaggio di tossine e scarti metabolici. Si passa poi allo scollamento dei tessuti riattivando la microcircolazione con conseguente ossigenazione della pelle e a seguire utilizziamo il cosmeceutico, un vero e proprio filler senz'aghi. L'ultima fase è quella della tonificazione dei fasci muscolari, donando un effetto lifting immediato.



Pamela Del Giovane

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.