



**MAQUILLAGE ISMAEL GARCIA BLANCO  
POUR GEMEY-MAYBELLINE AVEC  
POUDRE DE SOLEIL DREAM TERRA  
SUN N°2, CRAYON À SOURCILS  
MASTER SHAPE (CHÂTAÎN FONCÉ),  
EXPERT WEAR BLUSH (ROSE AMBRÉ),  
MASCARA VOLUM'EXPRESS THE  
ROCKET (NOIR) ET ROUGE À LÈVRES  
SUPERSTAY 14 H (ULTIMATE BLUSH).  
MISE EN BEAUTÉ DES CHEVEUX  
DAVID MARTINEZ POUR GARNIER AVEC  
SHAMPOING MERVEILLEUX, MASQUE  
MERVEILLEUX AUX HUILES D'ARGAN  
ET DE CAMÉLIA ULTRA DOUX ET SPRAY  
COIFFANT LACTÉ HYDRA BOUCLES  
FRUCTIS STYLE.**





# Cure de jeunesse pour mes cheveux

Moins épais, moins forts, moins brillants... les cheveux aussi prennent de l'âge! La bonne nouvelle, c'est qu'on peut retarder ces effets avec des soins adaptés. On s'y met ?

**E**n fait, il existe deux types de vieillissement : celui de la fibre, indépendant de l'âge, et celui du cuir chevelu », explique Patricia Pineau, directrice de la communication scientifique L'Oréal Recherche. Le premier, provoqué par toutes sortes d'agressions (soleil, séchage, pollution...) met les écailles à vif et peut dégrader la kératine. Résultat, des cheveux plus secs, plus ternes, fourchus... Pour le deuxième, on peut parler de vrai vieillissement. « Il est lié à celui de la peau du cuir chevelu et est aggravé notamment par les bouleversements hormonaux dus à la ménopause », précise la spécialiste. Le métabolisme cellulaire ralentissant avec l'âge, l'environnement dans lequel baigne le follicule pileux se retrouve altéré, ce qui génère des signes de vieillissement : cheveux plus fins, plus mous, moins denses... « Nous avons découvert récemment la présence de cellules souches dans le cheveu, près de la racine, mais aussi sur la peau du cuir chevelu. Le secret de la jeunesse du cheveu dépend de l'équilibre entre les deux. Cette avancée montre l'importance de soigner le terrain en profondeur, mais aussi la surface, donc la peau », insiste Patricia Pineau. Comment ? Avec une alimentation équilibrée et des cures de compléments alimentaires associées à des soins anti-âge de surface pour favoriser la régénération. « Nous orientons nos recherches sur des actifs capables de stimuler ces cellules souches afin de permettre aux cheveux de garder force et vigueur, de ne pas s'affiner et de pousser toujours aussi nombreux », conclut la professionnelle. En attendant, on peut agir sur les trois grands axes qui signent la survenue de l'âge dans la chevelure : la densité, l'hydratation et la finesse de la fibre.

## On booste la densité

Quand tout va bien, nous avons entre 120 000 et 150 000 cheveux sur la tête. Une densité normale dont la stabilité est garantie par un équilibre parfait entre la période de croissance du cheveu (phase anagène) et sa chute naturelle (phase télogène), lorsque la nouvelle fibre créée par le follicule le pousse pour prendre sa place. Malheureusement, avec l'âge et les diverses perturbations hormonales, « l'usine cheveux » peut ralentir son rythme et baisser sa production. On a alors l'impression d'une chevelure moins dense, voire carrément clairsemée. Même si on ne constate pas de chute spectaculaire, il est préférable d'opter pour des soins spécifiques associés à des compléments alimentaires capillaires pour stimuler la croissance de nouveaux cheveux, plus nombreux et plus vigoureux.

### NOTRE SÉLECTION



#### 1. PRÉCURSEUR

C'est la première des formules à contenir une molécule issue de dix ans de recherche – la stemoxydine, dosée à 5 % – qui crée les conditions idéales au bon fonctionnement des cellules souches. Résultat : plus de 1 700 nouveaux cheveux créés après trois mois de traitement ! Neogenic, Vichy Dercos, 59,90 € les 14 monodoses de 6 ml.

#### 2. NATURELLE

Une kératine bio-active pure, issue de la laine de mouton néo-zélandais, préserve la solidité et la structure

du cheveu. Kératine Forte Anti-Chute & Volumateur, Biocyte, 29 € les 40 gélules.

#### 3. INNOVANT

La fameuse stemoxydine, actif phare qui réveille les cellules souches, est associée à de la vitamine B5 et B6 pour stimuler l'activité du follicule. Densifique, Kérastase, 50 € les 10 monodoses de 6 ml (sortie en mars).

#### 4. EFFET DOPANT

Cuivre, zinc, cystine et vitamines B renforcent la pousse et la résistance. Fortifiant Capillaire, Oenobiol, 17 € les 60 comprimés.

#### 5. ENGRAIS CAPILLAIRE

Du zinc, des extraits végétaux et de la taurine pour booster la pousse et la synthèse des protéines, dont la kératine, principal constituant du cheveu. Masse Capillaire, Innéov, 20,30 € les 60 comprimés.

#### 6. SANS RINÇAGE

Un concentré d'huiles essentielles de lavande et d'orange stimulantes optimise l'écosystème du cuir chevelu et active la pousse. Tonucia, Sérum Tonus Redensifiant, René Furterer, 33 € les 8 tubes de 8 ml (cure d'un mois).

## EFFET TROMPE-L'ŒIL

Composée de microfibrilles d'une kératine naturelle qui fusionne avec celle du cheveu, cette poudre, enrichie en sels minéraux de la mer Morte, s'accroche aux cheveux existants, masque les zones dégarnies et dissimule les racines. Elle donne ainsi en quelques secondes l'effet d'une chevelure plus dense. Non irritante, elle ne coule pas, ne tache pas, ne colore pas et résiste à la transpiration, au vent et à la pluie, jusqu'au shampooing suivant.

**Hair** 30, 5 nuances au choix. 59 € les 25 g pour 20 à 30 applications (rens. au 01 83 64 64 54).



## On maintient l'hydratation

Dans l'idéal, le cuir chevelu est recouvert d'une flore composée d'une multitude de micro-organismes garantissant la santé de la peau et du cheveu. Cependant, la transpiration locale (due au port de chapeaux et autres casques), la pollution et les shampooings trop décapants déséquilibrent facilement ce bel écosystème. De plus, les modifications hormonales liées à la ménopause accentuent le phénomène et sensibilisent encore plus le cuir chevelu. Résultat : des sensations d'inconfort et un cheveu qui pousse moins bien et devient plus difficile à coiffer. Mieux vaut alors privilégier des shampooings enrichis en actifs hydratants et nutritifs qui vont entretenir et protéger le pH de la peau, fortifier la fibre et la laver sans la décaper. Les gestes ont aussi une grande importance : durant le shampooing, massez le cuir chevelu du bout des doigts. Il n'y a rien de mieux pour activer la micro-circulation cutanée et assurer ainsi une bonne santé au cheveu.

### 1. BIENFAISANT

Son cocktail d'extraits végétaux revitalise les cheveux exigeants. *Shampooing Mythic Oil, L'Oréal Professionnel, 14 € les 250 ml.*

### 2. ANTISÈCHE

Un duo d'huiles associé à une base lavante douce pour assouplir sans alourdir. *Le Shampooing Merveilleux, Garnier Ultra Doux, 2,80 € les 250 ml.*

### 3. PETIT PRIX

Une technologie « fibre active » exclusive pour redonner une vraie douceur. *Shampooing Intense Care, Dove, 2,90 € les 250 ml.*

### 4. HIGH-TECH

De l'aminexil breveté antichute, du zinc purifiant et de l'arginine pour renforcer la micro-circulation cutanée. *Shampooing Intraforce, Redken, 16 € les 290 ml.*

### 5. RECONSTITUANT

Son actif exclusif, le Lack 1000, fait des merveilles. *Shampooing Total Repair Extrême, Elsève, 4,35 € les 250 ml.*

### 6. RESTAURATEUR

Trois huiles (carmélia, argan et pracaxi) pour nourrir intensément. *Shampooing Nutri-Régénérant, Prodig' Huile, Dessange Compétence Professionnelle, 4 € les 250 ml.*

## NOTRE SÉLECTION



## On renforce la fibre

Au-delà de ses premiers 5 ou 6 centimètres, le film lipidique qui gaine la cuticule et protège le cortex du cheveu est souvent altéré et fragilisé par toutes sortes d'agressions quotidiennes mécaniques et environnementales. D'autant plus si le cheveu est naturellement fin et moins résistant qu'auparavant. Résultat : mal protégé, il se casse, se fourche, se dessèche et devient de plus en plus difficile à maîtriser et à coiffer. La solution : des soins profonds réparateurs capables de « combler » la fibre, un peu comme pour une ride, mais aussi de la gagner jusqu'à la pointe pour l'empêcher de s'affiner et de se dédoubler.

## NOTRE SÉLECTION



### 1. DOUBLE ACTION

Un complexe exclusif, riche en éléments botaniques, antioxydants, vitamines et cystine, pour traiter le cuir chevelu et renforcer la fibre. *Après-Shampooing Scalp Revitaliser 1, Nioxin, 22 € les 300 ml.*

### 2. CIBLÉ

Un cocktail anti-âge composé de collagène d'origine marine, de sélénium et de vita-

mines C et E pour rendre aux cheveux tonus et vitalité. *Masque Vital Active Franck Provost, 24 € les 175 ml.*

### 3. VÉGÉTALE

Une kératine de substitution injectée au cœur de la fibre comble les manques et renforce le cheveu, tandis qu'un extrait de champignon protège la fibre de la chaleur. *Phytokératine,*

*Spray Réparateur Thermo-Actif, Phyto, 17,90 € les 150 ml.*

**4. PROTECTRICE** Une formule gorgée d'huile de moringa, riche en antioxydant, à utiliser sur cheveux secs ou humides, avant le shampooing, en soin de nuit ou pour protéger les longueurs... *Exquisite Oil, Matrix, Biolage, 24 € les 92 ml.*

## CHEVEUX BLANCS : PAS QU'UNE QUESTION D'ÂGE !

Non, on ne blanchit pas en un jour ! Il s'agit d'un processus lent qui passe d'abord par le grisonnement et peut apparaître avant 30 ans. Pourquoi la production de mélanine du cheveu connaît-elle des dysfonctionnements et pourquoi s'arrête-t-elle parfois totalement ? « On ne le sait pas encore, mais la recherche avance, commente Patricia Pineau. Il y a une disparition des mélanocytes sur deux à cinq ans, liée à celle d'une protéine. Durant cette période, quelques mélanocytes sont encore présents, encore faut-il les rendre "actifs", en clair capables de produire de la mélanine et de la transférer aux kératinocytes pour que le cheveu pousse pigmenté. On va y arriver ! » En attendant, le meilleur anti-cheveux blancs reste... la coloration.

Par Sylvie Charier. Photos Emanuela Cino. Stylisme Nado Al Tabbal, assistée de Sohphea Yen. Natures mortes Benoît Jeannoton.