

beauté  
cheveux

# cheveux SOS densité !

Le cheveu fait l'allure ! Or, plus de 55 % des femmes sont concernées par une chute de cheveux modérée, une perte de densité. Voir sa chevelure s'affiner est une préoccupation majeure et ce, à tous les âges. Entre traitements de fond efficaces et solutions camouflantes performantes, comment choisir ? Les conseils de spécialistes.

Patricia Riveccio



**L**a lutte contre la perte des cheveux n'est pas nouvelle. Déjà, les Égyptiens fabriquaient des onguents qui devaient maintenir les cheveux en place sur la tête... Symbole de force et incontestable outil de séduction, la chevelure n'a pas une longue vie tranquille, que l'on soit homme ou femme.

### L'électricité contre l'alopecie

Précurseur de la radiofréquence (courant de 1 Mégahertz), publié en 2000, le docteur Philippe Simonin a breveté un courant électrique de très haute fréquence pour réparer les accidents de la peau et dont l'efficacité a été démontrée par des chercheurs du CNRS. Son traitement qui cible à l'origine les rides, une cicatrice, une zone cutanée abîmée, s'attaque aux alopecies androgénétiques avec succès. Une découverte due à une remarque d'une patiente qui voyait ses sourcils repousser au fur et à mesure du traitement, et ce, de façon significative. Ce traitement de régénération capillaire améliore la microcirculation et agit sur le métabolisme du cuir chevelu. « *Ce procédé réduit la formation de DHT en freinant la multiplication de la 5-alpha réductase, responsable de l'affaiblissement du cuir chevelu* », précise-t-il... Comment ? En effleurant le cuir chevelu avec des électrodes en or, qui produisent une légère sensation de chaleur vibratoire. « *Mais, bien sûr, ajoute le docteur Simonin, ce procédé est sans résultat si les follicules ont été détruits.* » Après quelques séances, la chute est ralentie et ses patients constatent une augmentation du volume et la repousse des cheveux.

### Le pouvoir de la lumière

Des LEDs (Light Emitting Diode) pour stimuler la repousse des cheveux ? Oui, depuis quelques années en France, cette technique utilise effectivement les faisceaux lumineux des diodes pour booster la vitalité capillaire. En fait, les LEDs ont une action anti-inflammatoire. La lumière qui pénètre la surface de la peau sans créer de chaleur améliore la micro circulation sanguine vers les follicules, la régénération des cellules (elles sont mieux oxygénées et assimilent plus vite les nutriments) et la reproduction de ces dernières pour une meilleure stimulation de la pousse des cheveux. Une méthode non douloureuse avec, disent les spécialistes, un résultat visible à partir de la 6<sup>e</sup> séance : la chute des cheveux est stoppée, de nouveaux cheveux apparaissent avec une pousse de bonne qualité.

### Nourrir le cheveu de l'intérieur

« *La santé du cheveu est comme celle de l'os, un indicateur que quelque chose va mal. C'est un signe qui passe rarement inaperçu, mais si on cherche bien, il y a de fortes chances d'en découvrir d'autres qui vont nous amener à réaliser une investigation. Grâce à celle-ci, on va trouver un certain nombre de déséquilibres et c'est à partir de là que nous pouvons travailler,* explique le docteur Didier Panizza, spécialiste en nutri métabolique. *Comment abordons nous un problème ? En essayant de le comprendre. Je fais un bilan biologique, un examen de la graisse viscérale, c'est un vrai livre qui me permet de voir* ...

### Il y a chute et chute

Il y a tout d'abord la génétique. Même s'ils peuvent sauter une ou deux générations, on retrouve très souvent les mêmes problèmes de chute de cheveux chez l'un des parents ou l'un des grands-parents. Et chez les femmes, les cheveux ne tombent pas régulièrement et de la même façon tout au long de l'année. Il existe des variations saisonnières : l'automne et le printemps sont synonymes de chutes plus importantes mais aussi tous les bouleversements hormonaux : pendant les premiers mois de la grossesse, les cheveux peuvent chuter mais aussi à partir de la sixième semaine qui suit l'accouchement ou un peu plus tard si la femme allaite. Certaines pilules contraceptives peuvent soit aggraver soit ralentir la chute des cheveux. La pré-ménopause est un autre cap à franchir et les cheveux peuvent perdre de leur densité. Enfin, les traitements, chimiothérapie, anti-inflammatoires, anticoagulants, jouent un rôle important dans la dégradation de la chevelure. La chevelure s'appauvrit jusqu'à une légère ou véritable alopecie laissant apparaître le cuir chevelu, surtout au niveau de la raie pour les femmes.

beaucoup de choses, elle est fondamentale pour la santé. On explore l'inflammation, l'oxydation, les défenses anti-oxydantes, les hormones stéroïdiennes, la thyroïde et l'intestin. De quoi obtenir un panorama de la santé très large et de la matière pour décrypter le phénomène. Grâce à toutes ces informations, je vais pouvoir me servir de la nutrition comme d'un levier. La perte de cheveux s'inscrit dans un contexte général. Par exemple, il faudra remédier à une carence en oméga 3, cela participe obligatoirement à votre perte de cheveux. Mais les prendre systématiquement sans avoir ces informations est inutile, idem pour le zinc et d'autres nutriments. »

### La cosmétique pour stimuler

Pour agir sur la repousse des cheveux, il faut viser la racine (la matrice). Sur le marché, il existe des soins locaux formulés à cet effet. Chez Nioxin, la marque américaine présente sur le marché français depuis peu, on propose une gamme entièrement consacrée aux cheveux clairsemés et manquants de densité : en shampooing, après-shampooing et en soin. Leur nouveau traitement Diaboost, sans rinçage, permet d'augmenter le diamètre de la fibre capillaire. Un indispensable pour un résultat immédiat ! Une cure de créatine (trois fois par semaine) et de tétrapeptides, associés à des vitamines réactive la pousse (Creastim, Ducray). Côté shampooing, Forticea (Furterer) stimule la microcirculation cutanée et apporte un peu de volume et de vigueur aux cheveux. Enfin, n'oubliez pas que masser son cuir chevelu, nourrir, hydrater les cheveux sont des gestes importants. Pourquoi ne pas leur offrir un masque à l'avoine, composé d'huile de jojoba, de beurre de karité en même temps qu'une lotion capillaire tonifiante au romarin qui favorise la croissance naturelle des cheveux (Weleda).

### Des compléments capillaires invisibles

« Les femmes pensent que perdre ses cheveux est une fatalité, mais il existe des solutions. Désormais, les femmes n'ont plus à subir cet état si c'est une souffrance ou un complexe, affirme Isabelle Anglade, la fondatrice de la société Élite Hair. Lorsque se coiffer est devenu un véritable combat par manque de volume (on peut perdre jusqu'à 50 % de volume sans que la coiffure choque) en sentant avec la brosse que l'on n'a plus l'épaisseur habituelle pour équilibrer votre coiffure, c'est un choc. C'est là que nous pouvons intervenir et apportons de la densité sur les zones qui en ont besoin. Nous proposons des solutions pour chaque problématique mais, il faut insister, ce ne seront pas vos cheveux. C'est une solution esthétique qui vient se fixer dans vos cheveux. » Les additifs capillaires s'intègrent parfaitement aux cheveux naturels et donnent du volume instantanément, c'est réellement bluffant ! Chez Élite, la gamme Volume+, c'est 100 % de cheveux naturels et 50 % de volume en plus ou encore Easy Volum', Top Volum' et Volum'Light, qui se fixent en quelques clips pour apporter une belle densité. Chez Any d'Avray, le Top Secret est un dessus de tête qui se pose sur les cheveux avec un système de fermoirs clips et le trois quart de tête se pose en superposition sur le dessus de la tête pour deux fois plus de volume ! ■

## SOINS ET COIFFANTS POUR FAIRE MONTER LE VOLUME !



- Il donne un super volume à la chevelure et ce pour au moins 48 heures ! Les cheveux restent naturels et ne collent pas. Volume Spray, Massato, 21 €



- Il gaine le cheveu, ne colle pas et apporte du volume et de la tenue aux cheveux mous et fins. Phytovolume actif, Phyto, 14 €  
[www.phyto.fr](http://www.phyto.fr)



- Les brosses sur les cheveux fins ou clairsemés, ça fait mal ! Celle-ci démêle sans aggraver le cuir chevelu. Un bon accessoire. Hair Brosse Professionnel, 22,80 €



- Hydratant et élastifiant, ce shampooing s'accompagne du Replumping Conditionner et du Replumping Hair Filler Superactive. Trois produits à base d'acide hyaluronique et d'extraits de prune qui aident les cheveux fins à retrouver une belle vie... Replumping Shampoo, Davines, 17,20 € N° conso : 01 46 33 22 13 et [www.davines.com](http://www.davines.com)

## La dermofusion

Si vous pensiez que les Japonais perdaient moins leurs cheveux que les occidentaux, vous avez tout faux ! « Au Japon, être chauve est une forme de négligence esthétique, raconte Isabelle Anglade. Ils ont recours à des solutions capillaires de sociétés cotées en bourse ! La problématique est plus facile, ils ont moins de couleurs de cheveux et ces derniers sont raides. C'est plus facile. En France, une nouvelle et fabuleuse technique, Dermofusion, permet aux personnes chauves de vivre simplement avec des cheveux, de pratiquer tous les sports, y compris la natation, ne pas avoir peur du vent, de se passer les mains dans les cheveux... Avec Dermofusion, les cheveux sont implantés un à un sur une fine membrane de l'épaisseur d'une lentille de contact. Elle est totalement indétectable et requiert simplement un rendez-vous régulier pour un contrôle. »

- Composée de microfibrilles de kératine naturelle, cette poudre est un produit indispensable pour mettre de bonne humeur celles qui n'en peuvent plus de voir un peu plus chaque jour, les zones du crâne s'éclaircir ! Une petite secousse et non seulement la raie blanche disparaît, mais le volume y est... Hair 30 Professionnel, 59 €. Disponible en 7 nuances. [www.hair30.com](http://www.hair30.com) et numéro lecteurs : 01 83 64 64 54.

