

# MONTIAMOCI LA TESTA

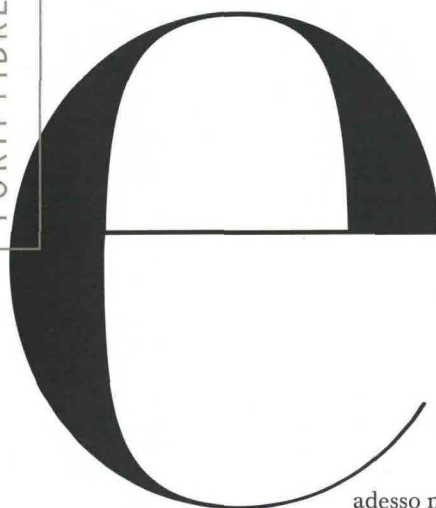
CON SETA, CASHMERE & CHAMPAGNE

*Lipidi per le ciocche crespe, proteine per i capelli più fini, oligoelementi per i più grassi. La remise en forme delle chiome stressate da lavaggi frequenti, sole & sale passa da una dieta extra-lusso. E da un brindisi inebriante*

Testo LETIZIA RITTATORE VONWILLER

Foto STRAULINO

FORTI FIBRE



adesso mettiamoci tutte a dieta. No, i chili accumulati in un'estate di happy hours e simpatiche sregolatezze non c'entrano nulla. È un'altra la remise en forme indispensabile di cui stiamo parlando: bisogna ridare spessore, brillantezza, forza e salute a chiome stressate da sole, sale, lavaggi (troppo) frequenti, colorazioni (troppo) decise. Insomma, urge nutrire i capelli. Recenti teorie scientifiche, infatti, dicono che una dieta equilibrata, composta da prodotti ad hoc, ricchi ora di carboidrati, ora di proteine, ora di grassi, si rivela un'ottima alleata tricologica. Spiega il perché il dottor Ivo Donati, responsabile scientifico di MTJ: «Appena a un millimetro di distanza dal cuoio capelluto, il fusto del capello è composto all'80 per cento da ogni genere di sostanze, come proteine, lipidi, minerali, tutte indispensabili alla loro crescita. Un patrimonio che, se perso, si può ricostituire intervenendo localmente». I principali responsabili delle "carenze alimentari", come detto, sono stress ambientale, colorazioni, trattamenti, stirature, lavaggi frequenti.





www.ecostampa.it

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

095256



Nei saloni di Los Angeles è esplosa la moda dell'alimentazione tricologica. Per ritemperare i fusti si servono pozioni nutrienti a base di olio di moringa ed estratto di bambù. Ricco di silicio

«Tutte aggressioni», spiega **Magda Belmontesi**, dermatologa, «che provocano alterazioni tridimensionali: le squame del fusto si disidratano, si demineralizzano e quindi si aprono. Una routine regolare con maschere e balsami riduce le cariche elettrostatiche e funziona da ristrutturante e da prevenzione».

**T**ra i più grandi sostenitori dell'alimentazione tricologica ci sono alcune star della West Coast americana. Gwyneth Paltrow, che ha una vera ossessione per la cura dei capelli, ha aperto un negozio con l'hair stylist David Babai a Los Angeles, il Blow Dry Bar, dove si servono pozioni a base di olio di moringa, ad alto contenuto proteico, e di estratto di bambù, ricco di silicio. Ma non occorre essere una star per "montarsi" la testa: basta sapere che cosa scegliere nel menu per una chioma perfetta. La cheratina, proteina fondamentale per la struttura del fusto, è l'ingrediente-principe di numerosi prodotti ristrutturanti: fa bene a tutti i capelli, soprattutto a quelli più fini, perché, penetrando nella fibra, la elasticizza e ne rinforza la cuticola. Altre proteine che si rivelano un'autentica manna per le chiome sono quelle derivate dalla seta (trattengono l'acqua e, come il collagene, formano un film protettivo), dal latte (danno volume), dalla lana di pecora o dal cashmere (agiscono in modo selettivo sui punti danneggiati della struttura cheratinica, aumentando la resistenza e accentuando la lucentezza del colore). Preziose anche alcune proteine di origine vegetale, presenti in frumento, mandorla, riso: contengono gli stessi aminoacidi della sequenza della cheratina e restaurano le irregolarità della fibra.



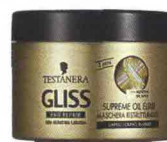
## AMMORBIDENTE

Pappa reale e burro di karité per Effetto Reale Maschera di L'Erbolario (€ 13).



## FAST-SERVICE

Agisce in un minuto Gliss Supreme Oil Elixir Maschera Ristrutturante di Testanera (€ 6,49).



## SCIUGLI-NODO

Difficili da pettinare? Nutricerat Maschera di Ducray. Con burro d'illipè (€ 18,10, in farmacia).



## AZIONE D'URTO

È Damage Remedy Intensive Restructuring Treatment di Aveda (€ 32,50, in salone).



## PUNTO DI RISTORO

Tre volte più lisci con Keratin Restore Mask di System Professional (€ 25, in salone).



## STYLING & CURA

Con olio di cotone, dà consistenza alle ciocche Pasta Modellante Fibrosa di Cielo Alto (€ 8,50).





Modello Kasia Maria per Mega Model Agency. Trucco e capelli: Loni Baur per Ballsaal

www.ecostampa.it

095256

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



FORTI FIBRE

*Tra i ritrovati più recenti, il peeling extralight: a base di acido citrico (contenuto in ananas, agrumi e frutti rossi) rimuove cellule morte e forfora. Poi, per dare nuova luce alla capigliatura, ecco le bollicine più preziose*

Per prolungare l'idratazione vanno bene soprattutto gli zuccheri, «come l'acido ialuronico, un polisaccaride noto per la sua capacità di captare acqua e trattenerla all'interno, appunto, della fibra, rimpolpandola», sottolinea Belmontesi. Ciocche aride, crespe e spente si ammorbidiscono e si "lucidano", invece, con i lipidi.

**I** più funzionali, utilizzati spesso combinati tra loro, sono l'olio di argan (ricco di Omega 3 e 6, minimizza i danni ossidativi provocati dai radicali liberi), avocado (simile al nostro sebo), cocco (antibatterico e antimicotico), semi di lino (anti-doppie punte), jojoba (facilmente assorbibile), crescita dei prati (agisce sulla prevenzione della caduta), semi di cacao (rigenerante). E poi ci sono gli oligoelementi, presenti negli estratti di alghe e plancton termale: dalle virtù antinfiammatorie, antibatteriche e depurative, hanno effetti rigeneranti sui capelli indeboliti dai lavaggi frequenti e su quelli grassi. L'acido citrico che si ricava dagli agrumi, dall'ananas e dai frutti rossi è l'ultima moda per capigliature supersane. Funziona come un leggero peeling, rimuovendo le cellule morte o l'eventuale forfora sulla cute, ed è un vero e proprio booster per le chiome stoppose dal pH troppo alcalino (a causa dell'acqua calcarea o del cloro, per esempio). Gli fanno concorrenza, però, le bollicine: una casa cosmetica, infatti, ha inserito nei suoi prodotti per capelli estratti di champagne. Promettono di far diventare qualsiasi tipo di chioma più brillante, senza far ubriacare. Cheers!



## ENERGIA GLAM

Contiene estratti di champagne e proteine della seta Masque De Luxe di La Biosthetique (€ 58, in salone).



## EFFETTO LUCE

Proteine della seta per la Maschera Riparazione e Bellezza di Biopoint (€ 12,65).



## IN FIORE

Iris per combattere le doppie punte: Touche Perfection di Kérastase (€ 27, in salone).



## DARSI UN TONO

Da Mj Superior Therapy il lusso di Mask Absolute Nourishing al cashmere (€ 67).



## TANTO E SUBITO

Due acidi ialuronici per Phytokératine maschera ultra riparatrice di Phyto (€ 24, in farmacia).



## TOCCASANA

Miele e albicocca: è un toccasana Balsamo Forti e Nutriti di Herbal Essences (€ 1,99).

