



9 mesi in bellezza

di Laura D'Orsi still life di Luca Donato

Mamme con la testa a posto

Tinta sì, tinta no? Quando si aspetta un bambino, l'appuntamento dal parrucchiere crea tanti dubbi. Qui te li togliamo



S. CHINIZIA / VANMASTEEL

www.ecostampa.it



3

I trattamenti dal parrucchiere sono un dilemma frequente per le mamme in attesa, preoccupate di non usare sostanze che possano nuocere al loro piccolo. «In realtà non c'è motivo di privarsi di un bel taglio e di una rinfrescata al colore: l'importante è seguire alcune precauzioni» spiega la dermatologa **Magda Belmontesi**. «In generale, durante la gravidanza, è meglio non aggredire la struttura del capello che, per un minore apporto di ferro, tende a indebolirsi. La permanente, per esempio, è un trattamento piuttosto stressante e viene fatta con sostanze che, a contatto con la pelle,

1. Curl Collection Lightweight Mousse di Tigi (18 euro), a base di alghe marine, è adatta a chi ha i ricci e toglie il crespo. **2.** Shampoo Ricci da Domare di Sunsilk (2,95 euro) facilita la stiratura dei capelli. **3.** Color Shine & Protect Express-Repair-Spray di Testanera (6,80 euro) mantiene più a lungo la tinta e non va risciacquato.

potrebbero entrare in circolo e raggiungere il bambino. Meglio essere prudenti. Al massimo se ne può eseguire una molto leggera sulle punte». Per quanto riguarda il colore, si alla tinta purché sia senza ammoniaci e meglio se di origine vegetale, per esempio al mallo di noce, tè rosso o henné. «Se non si sono mai usate prima queste colorazioni, però, è meglio aspettare dopo la gravidanza» avverte la dermatologa. Durante i nove mesi, infatti, la pelle è più sensibile e reagisce facilmente. Per mascherare i primi capelli bianchi si possono chiedere al parrucchiere colpi di sole o flash perché, grazie al loro particolare procedimento, si evita il contatto del cuoio capelluto con le sostanze nocive. Infine, le mamme che amano lisciare i capelli devono rinunciare alla stiratura chimica, ma possono ricorrere alla piastra, applicando prima un fluido protettivo.

UN PO' DI RELAX CON I FIORI DI BACH

Il parto è vicino? I fiori di Bach aiutano ad allontanare ogni timore. «Sono efficaci anche aggiunti all'acqua del bagno, un paio di volte alla settimana» suggerisce Scilla di Massa, naturopata e floriterapeuta. «Il mix ideale è composto da 5 gocce ciascuno di Mimulus, Aspen, Walnut e Lavender. I primi due fiori scacciano le paure, Walnut aiuta ad affrontare il cambiamento e Lavender a conquistare serenità». (R.C.)

