

BELLEZZA

speciale



# capelli

## **l'abc che fa tendenza**

**animalier/ antietà/ biondo/  
booster/ cc cream/  
coda couture/  
dettaglio/ effetto bagnato/  
fai-da-te/ fascia/ guru/ hi-tech/  
integratori/ karlie kloss/  
liscio perfetto/  
make up a sorpresa/ nastro/  
oli super/ punk-rock/ quiz/  
riga/ ricostruzione/  
sfumato/ trico test/ umidità/  
volume/ zinco**

a cura di ALBERTA PIANON [dmbellezza@mondadori.it](mailto:dmbellezza@mondadori.it)  
hanno collaborato ALESSANDRA CIPELLI, LAURA D'ORSI, CARLA TINAGLI

WWW.DONNAMODERNA.COM 89

BELLEZZA

Capelli blondi o castano chiaro e un raccolto voluminoso e sobrio, ecco cosa serve per disegnare l'animalier.

## animalier

Per le modelle che hanno indossato l'alta moda autunno-inverno di Jean Paul Gaultier, la hairstylist Odile Gilbert ha creato un maculato davvero spettacolare. **Tendenza selvaggia** Quello visto in passerella è un look favoloso, ma un po' impegnativo da replicare: le macchie leopardate, infatti, sono state dipinte sui capelli a mano, con l'aiuto di stencil e pennellini. **Tendenza domata** Due spunti da copiare, però, ci sono: il maxi chignon molto ordinato ma gonfissimo, con tanto di posticci per dare volume; e il make up con riga spessa e ombretto fulvo, che rinforza lo sguardo leonino.

# capelli antietà

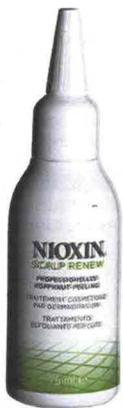
Anche ai capelli vengono le "rughe". Con l'età diventano porosi e meno lucidi, a volte più secchi e stopposi, altre più grassi e pesanti. Ma si può rimediare: dalle radici alle punte, ecco tutti i passi da seguire.

**La beauty routine** «Una volta al mese, uno scrub del cuoio capelluto consente ai bulbi di ossigenarsi e nutrirsi meglio» consiglia la dermatologa **Magda Belmontesi**. «Scegli shampoo e balsamo specifici anti-età, a base di oligoelementi, vitamine e antiossidanti come i polifenoli dell'uva, che li rendono elastici e resistenti».

**Gli extra** Se i fusti sono sottili e non tengono la piega, prova la cheratina idrolizzata: la trovi in siero o in spray, da applicare dopo ogni lavaggio per qualche minuto. Se il punto debole sono le punte, usa prodotti sigillanti, a base di siliconi. E fai attenzione al phon: va scaldato per gradi, iniziando dal getto freddo. Infine, ogni dieci giorni, fai una maschera al collagene: nutre, dà volume e lucentezza. ▶

## per curarli

*Passati i 40 anni serve qualcosa in più dello shampoo. Come questi quattro prodotti che aiutano i capelli a mantenersi forti, lucidi, giovani.*



### il peeling

Rimuovendo impurità, cellule morte ed eccessi di sebo, **Nioxin Scalp Renew** rinforza e ringiovanisce i capelli (dal parrucchiere).



### il siero

Le cellule vegetali native di **Kerastase Initialiste** stimolano le radici. E i capelli crescono più belli (48 euro, dal parrucchiere).



### la crema

**Crème de Jour Protectrice** di **Carita** ripara e ridà vitalità ai capelli stanchi. In più li rende docili e facili da pettinare (27,50 euro).



### lo spray notte

Cura urto per capelli spenti, danneggiati e secchi: **Spray notte Protezione e Riparazione Istantanea** di **Pantene** (6,99 euro).

**BELLEZZA**



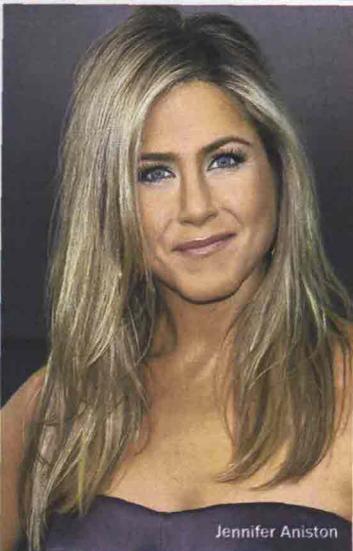
Scarlett Johansson



Amanda Seyfried



Blake Lively



Jennifer Aniston



**Illuminanti**

**1.** Contiene acqua ossigenata e agenti idratanti Cromatix Blonde Spray di **Personal Biopoint** (15,70 euro) che schiarisce in modo naturale. **2.** Si applica dopo lo shampoo e non si risciacqua Okara Active Light di **Rene Furterer**, un mix protettivo che mantiene belli i colpi di luce (21,50 euro). **3.** Racchiude pigmenti madreperlati che aggiungono luce e, in più, sostanze idratanti: Urban Care 100% Blond Maschera Riparatrice di **Jean Louis David** (26 euro, dal parrucchiere).



**biondo**

Perché la tinta dei capelli di Jennifer Aniston da ben quattro anni vince come il biondo più richiesto? Il segreto è tutto in quell'effetto capelli schiariti dal sole da ragazza californiana creato da Michael Canale'. Il colorista personale della star lo ottiene con **sottilissimi colpi di luce in grado di valorizzare al meglio la carnagione**. Il risultato è un look fresco che non ha bisogno di trucco. Quello di Jennifer non è l'unico biondo che piace alle donne. Molto richiesti in salone sono anche le sfumature delle attrici Scarlett Johansson, Blake Lively e Amanda Seyfried. Vuoi replicarne uno? Ritaglia quello che preferisci e porta la foto al tuo parrucchiere: così per lui sarà più facile capire la nuance che desideri.

**Ultra concentrati**

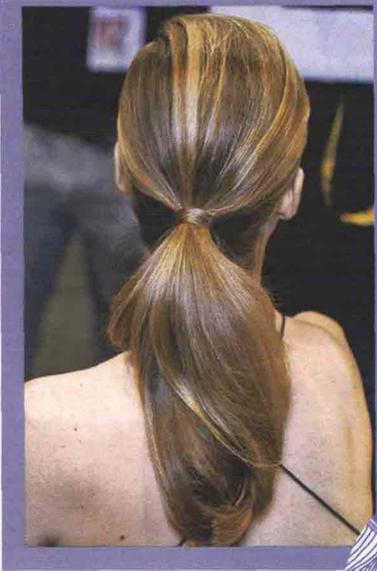
**1.** Stimola l'attività del bulbo pilifero **Biotymus AC Donna** (39 euro, 15 fiale). **2.** Contiene stemoxydine, una molecola che "risveglia" i bulbi assopiti **Dercos Neogenic di Vichy** (61 euro, 14 fiale). **3.** Rende i capelli più forti **Specialist Hairgrowth Lozione Stimolante di Indola** (36,60 euro, 8 fiale). **4.** Racchiude cellule staminali vegetali **Trattamento Anticaduta in fiale Speciale Donna di Personal Biopoint** (12 fiale, 35,50 euro). **5.** Estratti di piante ad azione tonificante e stimolante per le **Fiale Anti Caduta di Keramine H** (13,20 euro, 12 fiale). **6.** Nel cocktail di **Bioscalin Fiale Anticaduta Donna**, ci sono isoflavoni di soia a effetto ridensificante (51,95 euro, 10 fiale). Tutti in farmacia.

**booster**

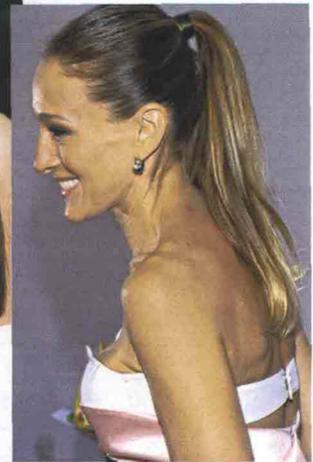
*Oververo acceleratore della crescita. Si possono chiamare anche così quelle cure urto in fiale che apportano energia nuova ai capelli. Ultra concentrate in principi attivi, sono l'ideale ai cambi di stagione. Le formule più all'avanguardia, poi, non si limitano ad agire sul microcircolo del cuoio capelluto, ma arrivano nel cuore del bulbo pilifero.*



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



**Da passerella**  
A destra, l'attrice **Mori Takimoto** all'ultimo Festival di Venezia e, accanto, **Sarah Jessica Parker** alla serata del New York City Ballet. Sotto, la modella polacca **Adriana Karembeu** sul red carpet a Cannes. A sinistra, una coda ultra lucida nel backstage di **DSquared2**.



## coda couture

La più semplice, un elastico e via, non è da considerare solo un rimedio d'emergenza per quando i capelli non stanno in piega. Ora la coda di cavallo fa tendenza anche sul red carpet. Da Cannes a Venezia, passando per i gala più mondani, **l'acconciatura minimal viene sempre più spesso abbinata all'abito lungo**. Per fare bella figura, però, le chiome devono essere lucidissime, piene e ordinate. Se hai i capelli corti puoi utilizzare un'extension del tuo colore naturale oppure di uno o due toni più chiara. Perfette quelle di Hairdo: il modello Coda Avvolgente, per esempio, è disponibile in 14 nuance in versione liscia oppure ondulata (59,90 euro hairdo.it). ▶



### CC CREAM

Ora fa tendenza la versione per i capelli. Come la CC cream per il viso, è un "tutto in uno": idrata, lucida, protegge, rinforza, mantiene la piega. Caviar CC Cream di **Alterna** (31 euro, in salone) è con estratto di caviale. Magica CC Cream di **Collistar** (in 6 nuance, 15 euro) è colorata per creare dei riflessi.

## dettaglio



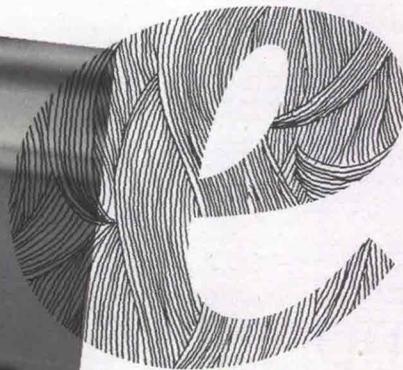
Un look da sera per i capelli? Basta un accessorio importante. Come la tiara dal design contemporaneo a motivi geometrici e con strass. Questa qui è firmata Louis Vuitton.



## BELLEZZA



Prada



## effetto bagnato

I capelli come se fossi appena uscita dalla doccia è un abbigliamento superchic: è questa l'idea originale dell'hair stylist internazionale Guido Palau che, per la sfilata autunno-inverno di Prada, ha creato un wet look che farà sicuramente tendenza (a sinistra). **Ma come ricreare questo effetto contemporaneo?** Ecco passo dopo passo cosa devi fare. **Bagna i capelli** con uno spruzzino, quindi **stendi una mousse** miscelata a qualche goccia di olio (così non indurisce troppo) dalle radici alle punte. **Lascia asciugare** bene al naturale (al massimo puoi utilizzare il diffusore se non vuoi restare a lungo con la testa umida) e passa alla fase finale: **applica un prodotto specifico** a effetto bagnato. Attenzione però: non esagerare con la quantità (una noce è sufficiente, due se le chiome sono extra lunghe). **Pettina modellando** a piacere, con la riga laterale o in mezzo. Preferisci i capelli raccolti? Nessun problema: il wet look sta bene anche con uno chignon basso, come ha proposto in passerella Alberta Ferretti o con una treccia classica.



Alberta Ferretti



### STYLING BRILLANTE

Per creare i nuovi look effetto bagnato sono indispensabili prodotti ad hoc: cere lucidanti che regalano una texture lucida e brillante. Oppure formule a base d'acqua che lasciano le ciocche molto naturali.

A sinistra, la cera modellante Sculptor Glossy Wax (10,50 euro) e Sculptor Aqua Wax (12,65 euro) per un risultato finale morbido e lucido. Tutto Biopoint Styling.



## BELLEZZA

**Facilissima**  
**Colore Professionale di Franck Provost**  
 è semplice da utilizzare perché contiene un pennello che rende ultra precisa l'applicazione, garantendo un risultato intenso e brillante (6,99 euro).



### RICORDA CHE...

- È meglio scegliere una nuance più chiara: tutte pensano di avere un colore più scuro di quello reale.
- Le istruzioni vanno seguite alla lettera: la miscela va applicata subito, altrimenti è meno efficace.
- Al termine del tempo di posa non devi sciacquare i capelli: prima massaggia bene il cuoio capelluto per fissare il colore.
- Se hai una ricrescita molto evidente (4-5 centimetri) devi utilizzare due confezioni. Una scatola basta per coprire un centimetro o poco più, che è quanto crescono i capelli in trenta-quaranta giorni.

## fai-da-te

Vuoi colorarti i capelli da sola? Il mercato oggi offre soluzioni sempre più efficaci che promettono risultati (quasi) professionali. Hai qualche dubbio? Ecco le cose da sapere.

**DI QUANTI TONI POSSO SCHIARIRE CON UN PRODOTTO A CASA?** Due o tre al massimo, e sempre mantenendosi vicine al proprio colore naturale di base.

**CHE DIFFERENZA C'È TRA COLORAZIONE PERMANENTE E SEMI PERMANENTE?** La permanente resiste ai lavaggi, copre i capelli bianchi al cento per cento ed è indicata anche per cambiare il colore. La semi permanente non dura più di 6, 8 shampoo, mimetizza i bianchi (a patto che non superino il 50 per cento), ma non modifica il colore.

**HO I PRIMI CAPELLI BIANCHI, COME FACCIO A COPRIRLI?** Scegli un semi permanente in una nuance più chiara (una o due toni) rispetto a quella che pensi di avere: così l'effetto sarà molto naturale. ▶

## fascia



È l'accessorio più glam del momento. Liscia, in raso, si porta come ha proposto in passerella Valentino. Oppure va alta, in maglia a costine e abbinata a un raccolto bon ton, anni '50 (vedi Anna Sui). Un trucco per fare durare a lungo l'acconciatura? Nel caso della treccia, una noce di cera sulle lunghezze. Se invece il raccolto è molto tirato, un tocco di lacca ultra fissante.

### Delicata

Ha una formula esclusiva "oil-in cream" con 100 per cento di oli puri Palette Oleo Intense di Testanera che si prende cura della salute del cuoio capelluto. In otto nuance (7,49 euro).

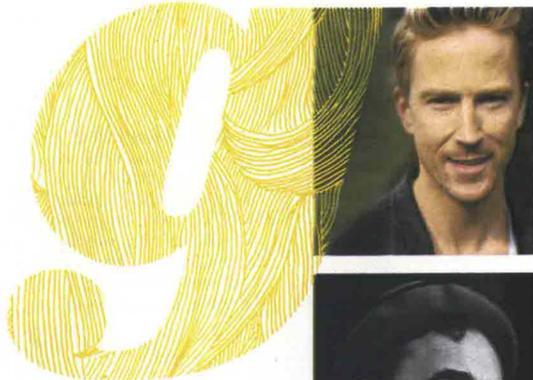


### Nutriente

Con oli biologici e preziosi e senza ammoniaca Orovivo Elisir di Colore di Biopoint è "nutri-permanente" e copre bene i capelli bianchi (18,70 euro).



# BELLEZZA



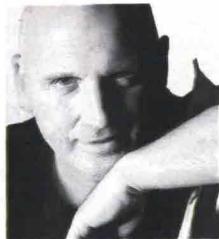
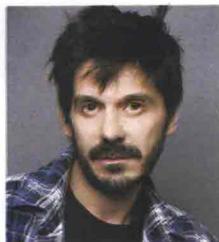
**Ben Cooke** (a sinistra) è hair stylist ufficiale Herbal Essences, e anche il parrucchiere di casa Beckham. Tre i suoi suggerimenti per l'inverno: un look sciolto e bombato, le onde romantiche e il celebre bob di Victoria reinterpretato con ciuffi e frangia asimmetrica.

**Eugene Souleiman** (a sinistra) è global creative director di Wella Professionals e conta tra le sue clienti abituali anche Cate Blanchett e Liv Tyler. Ha inventato il "grungy glamour", lo spettinato chic, e per le ultime sfilate ha proposto uno stile neo punk (visto da Jean Paul Gaultier). Ama l'imperfezione «perché è umana, sempre» dice.

## guru

Sono hair stylist famosi come celeb, si occupano dei capelli delle star e dettano le tendenze di stagione. Ecco i loro spunti per cambiare. **Guido Palau** (a destra), creative consultant di Redken, è l'hair stylist più amato dagli stilisti. Per l'inverno propone teste mosse. Il look da copiare? Il riccio a grandi boccoli di Jodie Foster in *Taxi Driver*, il film del '76, che ha ripreso per Bottega Veneta.

**Sam McKnight** (a destra). È il global stylist di Pantene Pro-V e ha penninato di recente Kate Moss e Lady Gaga. Il suo trend: il neo punk in chiave dolce e femminile e la coda alla cavallerizza stile british. Il prodotto must-have? Il balsamo, da usare sempre: «Non è vero che appesantisce il capello» dice.



### Innovativo

Contiene vitamina D3, associazione di omega 3 e zinco: Densilogy di **Innéov** (29,50 euro).

### Rinforzante

Aminoacidi, minerali ed estratti vegetali per Phydrium Advance Kera di **Bioclin** (26 euro).

### Anticaduta

Contro gli squilibri ormonali: Capillaire Croissance di **Oenobiol** (24 euro).

## hi-tech

Visto che il look mosso quest'anno è stato riabilitato (vedi le passerelle di Bottega Veneta e Roberto Cavalli) niente di meglio di un arricciacapelli. Curl Secret di BaByliss è un apparecchio rivoluzionario e, soprattutto, facilissimo da usare. Funziona in modo automatico e va bene per tutti i tipi di capelli, lunghi o corti che siano. Basta posizionare una ciocca tra le due pinze, aspettare un bip (significa che i capelli sono asciugati e modellati) et voilà, il boccolo è fatto.

Curl Secret di **BaByliss** sfrutta una temperatura che va dai 210 ai 230 gradi e ha un tempo di messa in piega tra gli otto e i dodici secondi (129,99 euro).



### Green

MiglioCres Capelli di **F&F** è arricchito con estratto di radice di ortica, ricco di minerali (da 22,50 euro).

### Tecnologico

Formula aggiornata che prolunga la crescita dei capelli per Bioscalin di **Giuliani** (26,30 euro), con vitamine, acido folico e zinco.



## integratori

I capelli sono costituiti da cheratina, minerali, grassi e acqua. «Ma lo stress, una dieta troppo drastica o i cambi di stagione possono causare una carenza di queste sostanze» dice Mariuccia Bucci, dermatologa. Ecco allora che gli integratori possono dare una mano. «**Devono contenere un mix di antiossidanti, aminoacidi, vitamina A e del gruppo B**» spiega l'esperta. ▶



Still life Luca Donato Studio

## BELLEZZA



## Karlie Kloss

Contesa da fotografi e griffe di moda è stata eletta dal *New York Times* la top model del momento. Sarà per questo che il **suo taglio è il più richiesto**. In America ormai lo chiamano "The Karlie". Si tratta di un bob leggermente allungato ai lati e scalato che si presta a styling sia mossi sia lisci (a sinistra). Se vuoi copiarlo, occhio alla lunghezza: quella giusta oscilla dal mento a metà collo. Insomma, i capelli non devono toccare le spalle.



## liscio perfetto

Indietro tutta per quanto riguarda la stiratura. Diciamo addio al cosiddetto lissage alla brasiliana perché libera formaldeide, una sostanza tossica, e **bentornata alla classica contropermanente**. «Oggi questo trattamento, pur agendo in profondità, utilizza sostanze più delicate di un tempo» spiega Alessandro Galetti, direttore tecnico Toni&Guy Italia. «Si realizza in due fasi. Prima si applica una crema che rende i capelli duttili. Poi viene applicato e lasciato in posa il gel lisciante». Il risultato è definitivo, se ne va solo con la ricrescita. Per chi preferisce un "effetto cosmetico", ovvero di breve durata (circa un mese), nei saloni Jean Louis David viene proposto il *Trattamento Relax*. Realizzato con speciali molecole liscianti, è ideale per controllare il crespo e le ciocche ribelli.

**La piastra usa il vapore**  
*Si chiama Steam Pod la piastra messa a punto da L'Oréal Professionnel con Rowenta. Sfrutta il vapore per regalare un aplomb perfetto anche a casa (205 euro, con due prodotti specifici, una crema e un siero protettivi, dal parrucchiere).*





## make up a sorpresa

Un frangia azzurra, un effetto tie&day rosa bubble gum, un ciuffo viola. «Oggi è possibile truccare i capelli con flash di colore effimeri come si fa sul viso con un ombretto: lo indossi e lo togli quando sei stufa» dice Salvo Filetti Hair Designer Compagnia della bellezza. Hair Chalk di L'Oréal Professionnel (20 euro la confezione, dal parrucchiere da fine ottobre), infatti, racchiude pigmenti shock che si depositano solo sulla superficie del capello e spariscono dopo due, tre shampoo.



## nastro

Con un fiocco di raso anche la classica coda bassa diventa chic. Temi che il nastro scivoli? Succede soprattutto quando i capelli sono freschi di shampoo. Ecco un trucco facile: utilizza una forcina per fissarlo in un punto nascosto.



## oli super

Salta subito all'occhio e soprattutto al tatto: non hanno più la texture unta di una volta. «Non a caso i prodotti a base di lubrificanti come argan, jojoba e semi di lino si chiamano "oli secchi"» spiega Umberto Borellini, cosmetologo a Milano. «Merito della tecnologia sempre più all'avanguardia che miscela gli oli vegetali a sostanze sintetiche composte da micro molecole. Risultato? **Si assorbono subito lasciando sui capelli soltanto i benefici**, che sono tanti. Queste formule, infatti, idratano, ammorbidiscono, controllano l'effetto crespo, proteggono dagli agenti esterni». **Applicali sulla chioma bagnata, dopo lo shampoo**, regolando la quantità a seconda del tipo, della lunghezza e dello spessore dei capelli. Oppure a chioma asciutte. Ma in questo caso evita le radici per non appesantire lo styling. ▶

## Cocktail vegetali

**1.** Olio di argan, baobab e lino è il mix di Elisir 19.3 di **Masterline** (10,80 euro). **2.** Olio Concentrato Nutrimento Sublime di **Blu/Orange** racchiude olio di argan e filtri Uv e profuma di sandalo e mirra (20 euro). **3.** Facilita la piega, nutre all'istante e apporta brillantezza alle lunghezze: **Miraculous Oil di Garnier** (8,99 euro). **4.** Contiene olio di argan, che è ricco di vitamina, e olio di semi di lino, che lucida: **Orovivo Elisir di Bellezza di Personal Biopoint** (27,20). **5.** Un impacco di 10 minuti con **Subtil Elixir**, Olio Illuminante Nutrimento Intenso di **Phyto** restituisce morbidezza anche ai capelli molto secchi (26 euro, in farmacia).



# BELLEZZA



Jean Paul Gaultier



Dal backstage della sfilata di Jean Paul Gaultier parrucche post-punk, a sinistra extension in pelliccia e una cresta biondissima.



## punk-rock

Giacche di pelle, anfibi, borchie: sono tanti gli stilisti (da Saint Laurent a Givenchy passando per Fendi) che per l'inverno hanno proclamato il ritorno del punk, con una strizzata d'occhio al grunge. Un mood giovane che si riflette sui capelli. Ecco **ciuffi stravaganti, creste bizzarre, anche posticce, e dettagli rock** per pettinature che sembrano replicare lo stile delle star del rock come Rihanna e Miley Cyrus. Da osare, però, solo se non hai ancora vent'anni.



### quiz

**Ma tu sai quanti capelli hai in testa?** «Più o meno **100.000** (le rosse ne hanno in media **80.000** e le bionde **120.000**)», svela Daniela Cappello, responsabile della

comunicazione scientifica per Pantene. Altri numeri curiosi? «La fase di crescita dura dai **2** agli **8** anni, perdiamo circa dai **40** ai **70** capelli al giorno, l'allungamento medio è di **1** centimetro al mese, **60** in cinque anni». E quante aggressioni esterne subiscono i nostri capelli? «In un anno circa **150** asciugature con il phon, **5.475** colpi di spazzola, **115** code di cavallo e **7** trattamenti chimici» conclude l'esperta. ▶

### PACK

L'involucro è importante per la sostenibilità. Ecco perché Davines, da sempre eco-oriented, utilizza materiale riciclabile. Per la linea styling More Inside ha scelto una carta a disegni liberty: un colore per ogni prodotto.

1. Gomma Texturizzante Media (21,60 euro)
2. Siero Crea Ricci (24 euro)
3. Pasta Duttile Media (21,70 euro). Tutti di More Inside Davines (dal parrucchiere)

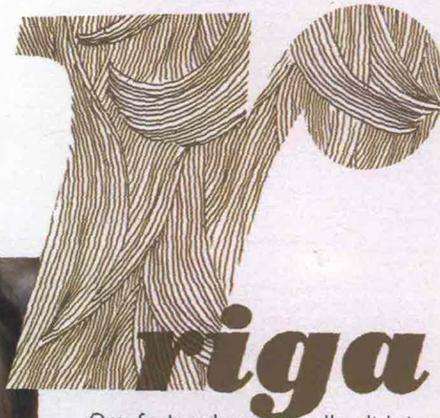


102 WWW.DONNAMODERNA.COM

Foto Mondadoriphoto

www.ecostampa.it

095256



Ora fa tendenza quella di lato. Soprattutto con le pettinature raccolte, come hanno proposto Moschino e Iceberg in passerella. Perfetta con il ciuffo lasciato leggermente spettinato, si presta anche a un look più ordinato, con i capelli tirati al massimo e fissati con un tocco di gel. Trend a parte, tieni presente che la riga laterale sta bene quando il viso è un po' rotondo: per effetto ottico, infatti, affina l'ovale.



## ricostruzione

Secchi, spenti, sfibrati: quando i capelli sembrano un disastro è il momento di ristrutturarli. «In salone il trattamento che ridà ai fusti il loro costituente fondamentale, la cheratina, prevede quattro fasi» spiega Luciana Netti del salone LN Maison Beauté di Milano. «Si parte con lo shampoo; poi si applica l'acidificante che sgrassa. A questo punto i principi ristrutturanti possono penetrare in profondità; ultimo passaggio: chiusura delle squame, così che i capelli ritrovino tono e lucentezza». La ricostruzione del capello si può fare anche a casa. La linea Restructura di Personal Biopoint, a base di cheratina idrolizzata di cashmere, propone tre prodotti da usare in successione: Ricostruttore Intensivo, Bagno Ristrutturante, Maschera ristrutturante (a sinistra, 19,95 euro il tris).

**Se i capelli sono rovinati il trattamento andrà fatto una volta alla settimana per tre settimane.** Poi basterà una volta al mese.

## sfumato

Il dégradé, la schiaritura del momento, così amata dalle celeb, lascia le ciocche come imbriondate dal sole sulle punte. **SI PUÒ FARE ANCHE A CASA.** Préférence Lo Sfumato di l'Oréal Paris offre due nuance, per castane chiare e per castane scure (9,99 euro), e va bene su capelli lunghi o corti. In salone, invece, Jean Louis David propone l'opposto, Lift Color, un tie & dye rovesciato: punte scure, radici chiare.

Jessica Biel



Bianca Balti



Lou Doillon



# BELLEZZA



## Così stoppi il frizz

**1.** Il brushing è più semplice se lo shampoo protegge dall'umidità e combatte il crespo (Phytolisse **Phyto**, 11,90 euro) **2.** Prima di asciugare i ricci serve un antifrizz (Fluido Disciplinante Anti-umidità **Cielo Alto**, 8,70 euro) **3.** Quando piove, aiuta i capelli con uno spray anticrespo che difende a lungo i fusti (Creative Walk Umbrella **Cotril**, 16,80 euro).

## trico test

Come stanno i tuoi capelli? Stai usando i prodotti giusti? Hai qualche carenza? Per avere la risposta giusta oggi basta un test in farmacia.

### Ma in cosa consiste?

Il trico test è una vera e propria analisi del capello eseguita con strumenti tecnologici in grado di valutare i problemi principali dei fusti: densità (quanti per centimetro quadrato di cute), perdita di volume, presenza di sebo, presenza di forfora.

### È un esame invasivo?

Niente affatto. L'apparecchiatura comprende una serie di sonde che misurano l'idratazione, la quantità di sebo e il pH; e una microcamera con la quale verificare lo stato di salute del fusto: secchezza, brillantezza, volume, eventuali irritazioni, dermatiti.

### Dopo la diagnosi cosa succede?

Il personale che esegue l'esame è in grado di suggerire la terapia (prodotti, consigli alimentari) con cui risolvere i problemi rilevati.

### Quanto tempo richiede e quanto costa?

Basta una ventina di minuti. E di solito l'esame del capello è gratuito, offerto dalle farmacie (per esempio quelle che aderiscono al circuito Vichy, numero verde 800.916.981). ▶



Una pioggia improvvisa, una giornata umida, e i capelli da lisci (o lisciatissimi) si increspano. Perché? «Perché sono disidratati» spiega Ben Cooke, brand Ambassador Herbal Essences. «Per proteggerli usa formule idratanti. E, dopo lo shampoo, per chiudere le cuticole, pettinali ancora umidi con un pettine a denti fini».



## Come cotonati

Li stiri, li piastri, li colori, li decolori e alla fine i capelli si appiattiscono. Per ridare volume prova la linea completa di **Jean Louis David. UrbanCare Volume Therapy** comprende Shampoo, Emulsione e Mousse (da 19 euro).

## zinco

10-15 mg al giorno: ecco quanto zinco serve per stare bene, riparare i tessuti, far funzionare il sistema immunitario.

E sì, anche per mantenere i capelli robusti.

Con un'alimentazione variata il rischio di carenza è lontano: si trova nella carne, nel pesce, nei cereali e nei legumi. Ma in alcuni casi (caduta insolita e abbondante, forfora, iperproduzione di sebo) un integratore che associ questo minerale a vitamina B6 e magnesio può aiutare. Attente però: la prescrizione spetta solo allo specialista.

## volume

Per aumentarlo fai così. **1** Il taglio: scalato, ma non sfilato e realizzato con le forbici piatte, consiglia Luciana Netti del salone LN Maison Beauté di Milano. **2** Il colore: un chiaroscuro tono su tono dà profondità e movimento. **3** L'asciugatura: mai a testa in giù. Phona le radici sollevando piccole ciocche con le dita. **4** Lo styling: invece della mousse, applica sui capelli asciutti una polvere texturizzante.