



Un fusto "povero" può essere costituzionale o causato da trattamenti aggressivi

55

CAPELLI OBIETTIVO VOLUME

Sono piatti, privi di corpo, non tengono la piega? Le soluzioni ci sono, a casa, in salone, dal dermatologo

di Eleonora Gionchi

Sottili, rade, deboli: anche le tue chiome sono così? «Se è una caratteristica costituzionale occorre scegliere una routine adatta con prodotti delicati, che si prendono cura di un fusto sottile», dice la dermatologa-tricologa **Magda Belmontesi**. Se invece i capelli si sono assottigliati a causa di un utilizzo massiccio di piastre, ferri, prodotti di styling applicati quotidianamente, dovrai ricorrere a rinforzanti e rimpolpanti, e probabilmente anche alle cure di un dermatologo specializzato. «Purtroppo i capelli sono sensibili a tutte le aggressioni termiche e chimiche, che causano un'alterazione della che-

ratina», spiega la dottoressa. Il risultato è che le guaine del fusto, disposte come le tegole di un tetto, si aprono rendendo il capello più fragile e sottile. «L'utilizzo continuo di prodotti "strong" indebolisce anche il cuoio capelluto, che diventa soggetto alla dermatite seborroica: si apre e si esfolia con scaglette bianche, differenti dalla forfora, problema causato da un fungo».

LA ROUTINE QUOTIDIANA

Per rinforzare e quindi volumizzare la massa capillare, inizia diminuendo la frequenza dei lavaggi: scendi a un massimo di tre volte alla settimana, →

INIZIA ELIMINANDO I PRODOTTI AGGRESSIVI A FAVORE DI QUELLI DELICATI CON VITAMINE E ACIDO IALURONICO.

Starbene | Bellezza

→ e scegli prodotti specifici, come maschere e balsami ad azione ristrutturante che aiutano la rigenerazione del fusto attraverso il rinforzo della cheratina. Molto efficaci sono anche gli oli idratanti, consigliati soprattutto a chi pratica sport, in modo particolare quelli acquatici perché la consistenza grassa protegge la chioma dalle aggressioni del cloro. Per aumentare invece la massa anche dal punto di vista visivo, puoi ricorrere ai prodotti volumizzanti. «Si applicano sui capelli umidi, alle radici: le formule non sono molto naturali perché a base di polimeri, ma dato che sono applicate solo sui fusti e non sul cuoio capelluto, non creano problemi», dice il cosmetologo Umberto Borellini. Utile lo shampoo secco, che può essere a base di elementi vegetali o anche di sale marino: per ottenere il massimo del volume, dopo averlo applicato sulla chioma asciutta eliminalo con il phon tiepido, a testa in giù, e poi passa la mano sui fusti per ridurre l'eventuale elettrostaticità. Per i ritocchi durante la giornata ci sono le polveri texturizzanti, da togliere con qualche colpo di spazzola.

DAL PARRUCCHIERE E DAL MEDICO ESTETICO

In salone puoi ricorrere a sieri concentrati a base di vitamine e acido ialuronico, che "riempiono" le parti più depauperate del fusto (continuando poi il trattamento a casa con prodotti che contengono le stesse sostanze), o anche a trattamenti purificanti e decongestionanti così da pulire in profondità la cute dalle cellule morte e regolarizzare la produzione di sebo. «Può essere utile anche l'assunzione, sotto controllo medico, di integratori volti a rinforzare e ridensificare il capello, per esempio a base di vitamine (specie del gruppo B), olio di borragine, biotina», continua la dottoressa **Magda Belmontesi**. «Un'altra strategia efficace proposta dal medico estetico è la biostimolazione: si tratta di microiniezioni sul cuoio capelluto a base di Pdrn (polidesossiribonucleotidi) e acido ialuronico, adatte per un capello indebolito e stressato, che agiscono sul follicolo ristrutturandolo lentamente. In questa maniera la chioma apparirà più forte e sana».

Scelti da Starbene



① **LO SHAMPOO SECCO**
Adatto a tutti i capelli, mentre deterge regala ariosità. **Shampoo secco al latte d'avena di Klorane**, 13,50 €, 150 ml, in farmacia.

② **LA LOZIONE INTENSIVA**
Agisce sul cuoio capelluto come "moltiplicatore" della massa capillare. Da usare in sinergia con shampoo e balsamo della stessa linea **Trattamento Densi-Solutions Dercos di Vichy**, 41,50 €, 100 ml, in farmacia.

③ **LA MASCHERA**
Con attivi ristrutturanti, acido ialuronico e collagene d'acacia, dona vitalità ai capelli assottigliati. **Maschera fluida Phytodensia di Phyto**, 42,90 €, 175 ml, in farmacia.



④ **LO SPRAY**
Non più effetto piatto grazie all'estratto di vaniglia che rende i capelli corposi. **The Big Hair Spray Stylista di L'Oréal Paris**, 6,90 €, 100 ml, nella grande distribuzione.

⑤ **IL BALSAMO**
Si applica subito dopo lo shampoo e si sciacqua al volo: nella versione **Classica** è perfetto per dare volume. **Balsamo in mousse Sotto la doccia di Pantene**, 3,49 €, 140 ml, nella grande distribuzione.



Ecco i tagli che "riempiono"

«No alle chiome molto lunghe, che si appiattiscono e si rovinano facilmente: per i capelli fini ok al pixie cut (il taglio maschile) e al

caschetto, anche fino alle spalle», spiega Stefano Terzuolo, del salone milanese Gum. «È però importante che i capelli non siano sfilati o scalati perché altrimenti perdono volume. Evita poi le acconciature legatte alte e strette perché

lasciano il bulbo in tensione, indebolendo i fusti. Al posto di chignon, trecce e code alte, preferisci dei raccolti alla base della nuca e tenuti fermi da forcine», spiega Stefano Terzuolo. «Riguardo al colore, sono solitamente due le nuance

più adatte: le gradazioni del cioccolato, luminose e al tempo stesso piene e molto decise, oppure quelle tendenti al biondo caldo. No alla decolorazione, che è aggressiva e indebolisce ulteriormente il fusto», conclude l'esperto.