

Edition : **Novembre 2024 P.208-213**  
Famille du média : **Médias spécialisés**  
**grand public**  
Périodicité : **Mensuelle**  
Audience : **1372000**  
Sujet du média : **Lifestyle**



BEAUTÉ

# Des cheveux

**Mode d'emploi** La nouvelle sophistication capillaire?  
Des longueurs au naturel sans attache. Et parce  
que cheveure détachée ne signifie surtout pas négligée,  
on l'entretient comme jamais. Nos meilleurs conseils  
et soins adaptés.

Par Fabienne LAGOARDE Photos Kathrin MAKOWSKI

libres  
comme l'air

KATHRIN MAKOWSKI/BLAUBLUT-EDITION.COM

## BEAUTÉ

Undone (« défaits ») : le nom de la collection Zara Hair, imaginée par le coiffeur star de la mode Guido Palau, parle de lui-même. Ses produits qui prônent séchage sans brushing ou façonnent des mèches « sortie de plage » ont fait un carton tout l'été. « Aujourd'hui, les femmes aiment les cheveux décontractés, au naturel. C'est une attitude moderne », précise le maestro des studios. Bonne nouvelle : la tendance se poursuit cette rentrée. On a remarqué beaucoup de cheveux au naturel, sans attache, sur la tête des tops lors des défilés automne-hiver 2024-2025 : longueurs sauvages et brouillons chez Isabel Marant, coiffage minimaliste et « effortless » chez Proenza Schouler, mèches comme bousculées par le vent chez Helmut Lang... Dans les salons également, la tendance se dessine : chez Franck Provost, la collection invite cet hiver à un coiffage en liberté grâce à des coupes qui préservent la densité naturelle du cheveu et son mouvement. Alors, nous aussi, on oublie queues-de-cheval, tresses ou chignons, et on vote pour une chevelure libre, cool mais chic. Une allure obtenue avec quelques astuces de coiffage mais aussi et surtout avec des soins sophistiqués inspirés du « skincare », qui font la fibre aérienne, brillante et repulpée. Parce qu'en y réfléchissant bien, quand on attache les cheveux, c'est souvent pour cacher la misère d'un « bad hair day »...

## 1. On soigne sa matière

Avec une fibre abîmée, cassée, desséchée, impossible d'obtenir une chevelure souple et élastique qui bouge avec les mouvements du corps. « La réparation est l'une des attentes n°1 des femmes, quelle que soit la saison. Parce que lorsqu'un cheveu est abîmé, il est incoiffable. Il s'emmêle facilement, a presque l'air d'avoir été crépé », confirme Maïté Armoudom, directrice générale de Kérastase. Pour répondre à ce besoin, le phénomène de « skinification » capillaire tombe à pic : « Laver ses cheveux n'est plus un simple geste d'hygiène, mais un véritable acte de traitement qui offre une transformation visible », poursuit la spécialiste. D'autant plus lorsque l'étape du shampoing est complétée par d'autres – exfoliant, sérum, présérum, masque – et devient alors une vraie routine, à l'instar de celle accordée au quotidien à son visage. Normal donc de retrouver dans nos soins capillaires les mêmes actifs que dans nos pots de crème. Les plus en vogue actuellement :

**L'ACIDE HYALURONIQUE**, qui peut retenir mille fois son poids en eau, offre un bénéfice repulpant très intéressant sur les cheveux affinés par les mauvais traitements. « Il les rend gonflés, volumineux, presque comme si la matière était vivante », s'enthousiasme Maïté Armoudom. On trouve l'acide hyaluronique sous sa forme macro et micro, comme dans les soins de la peau, pour une hydratation complète.

**LA NIACINAMIDE**, référence « belle peau » depuis quelques années, fait aussi des miracles sur nos cheveux. Cette vitamine du groupe B (la B3 précisément) leur offre une protection antioxydante, des bienfaits régulateurs, et évite que les pores du cuir chevelu ne s'encrassent. « Intégrée dans un sérum contre la chute réactionnelle, la niacinamide booste la production

des céramides naturels. Associée chez nous à un autre ingrédient star du « skincare », la propolis bio, elle multiplie par deux la production de kératine. Les cheveux qui repoussent sont plus forts, s'abîment moins vite », explique Nour Tahmi, chargée de développement R&D chez René Furterer. Une cure à envisager lors de l'intersaison pour un vrai coup de fouet capillaire.

**L'ACIDE CITRIQUE**, contenu dans le citron et utilisé pour ses pouvoirs exfoliants en cosmétique, est prisé pour éliminer le voile terne empêchant les cheveux de briller. Mieux que le rinçage au vinaigre... L'acide citrique permet d'enlever le calcaire qui se dépose à la longue sur la fibre ; celui de l'eau à la maison, mais aussi celui de la mer l'été dernier : « Un bain dans l'océan laisse vingt-trois fois plus de dépôt de calcaire qu'une douche, précise Maïté Armoudom. Or, le calcium, en se solidifiant, pénètre dans les failles d'un cheveu abîmé et s'y incruste. Ce qui rend comblement et réparation difficiles! » ...

## Notre sélection belle fibre



1 Laisser poser cinq minutes avant de faire mousser avec le shampoing pour un éclat miroir. Première Concentré Decalcifiant Ultra-Réparateur de Kérastase, 65 € les 250 ml.

2 Pour réhydrater à la fois le cuir chevelu et les longueurs. Sans rinçage. Figuier de Barbarie Sérum Désaltérant à l'acide hyaluronique de Klorane, 15,50 € les 100 ml.

3 Effet volume et repulpant dès le premier lavage, à prix mini. Volume Shampooing de Monday Haircare, 6 € les 354 ml.

4 Masser sur le cuir chevelu pour purifier, aérer les racines et faire décoller le volume. Invati Shampooing Exfoliant (Léger ou Riche) d'Aveda, 39 € les 200 ml.

5 Toucher hypersoyeux avec ce pool de lipides qui nourrissent la fibre sans la plomber. Le Masque Soins Nutrition Intense d'Hair Rituel by Sisley, 110 € les 190 ml.

6 Une application par semaine pour des cheveux plus forts, qui offre en plus un effet texturant et facilite le coiffage. Triphasic Reactional de René Furterer, 56 € le coffret de 12 ampoules.

7 Un concentré fortifiant qui aide à préserver la masse capillaire. Densiphyll Cheveux Clairsemés de PhytoDess, 69 € les 2 x 60 ml.

8 Appliquée aux racines sans rinçage ou posée en masque, elle apporte volume et texture et assainit le cuir chevelu. [MY] Poudre Cheveux Densifiante de MYE, 25 € les 25 g sur miye.care.





“Quand une chevelure est en excellent état, qu'elle est coupée régulièrement et que sa couleur est nickel, il suffit alors d'un produit de coiffage facile à utiliser pour obtenir une version améliorée de son naturel.” **Guido Paulo, coiffeur**

## 2. On idéalise sa texture

Côté coiffage, l'idée est d'en faire le moins possible pour préserver légèreté et mouvement. « *Quand une chevelure est en excellent état, qu'elle est coupée régulièrement et que sa couleur – peu importe laquelle – est nickel, il suffit alors d'un produit de coiffage facile à utiliser pour obtenir une version améliorée de son naturel* », affirme le spécialiste Guido Paulo. Les conseils de nos experts pour des cheveux cool mais qui font leur effet :

**POUR UN EFFET COIFFÉ-DÉCOIFFÉ STYLISÉ** : appliquer un soin hydratant sur des cheveux préséchés avec une serviette en microfibre, puis laisser le séchage se terminer sous l'air ambiant en replaçant régulièrement les mèches aux doigts.

**POUR UNE TEXTURE NATURELLE MAIS SOYEUSE** : déposer quelques gouttes d'huile sur les longueurs mouillées, laisser sécher. « *Puis finaliser au diffuseur et travailler quelques mèches en contouring avec le Curl de Ghd, comme je fais en salon sur mes clientes* », propose la coiffeuse Delphine Courteille\*.

**POUR CRÉER DES ONDULATIONS PLATES**, plus urbaines qu'un « wavy » salé estival : sur cheveux secs et bruts, réaliser des tresses larges sans être épaisses. Passer dessus un lisseur par à-coups, sans le faire glisser, pour « écraser » les nattes. « *Réhumidifier avec un spray structurant sans alcool, attendre quelques minutes, défaire aux doigts, conseille encore Delphine Courteille. C'est sublime.* »

**POUR UN EFFET DE LUMIÈRE INSTANTANÉ** : en finition, chauffer deux gouttes d'huile sèche au creux des mains. Les faire glisser dans les cheveux en commençant par les pointes, sans remonter jusqu'au cuir chevelu.

**POUR UN TOMBÉ DÉSORDONNÉ** comme séché sous le vent : sur des cheveux humides fraîchement lavés, « *toujours mieux pour avoir un fini léger et aérien* », précise Guido Paulo, appliquer une brume texturante. Froisser les longueurs aux doigts. Tracer une raie de côté et surélever les racines (façon années 80), puis sécher au diffuseur. ●

## Notre sélection coiffage léger



**1** À utiliser comme une crème de jour capillaire : deux gouttes chaque matin pour des longueurs super glow. **Hair Dry Oil** de Delphine Courteille, 58 € les 50 ml.

**2** Appliquer sur cheveux (fins à moyens) encore humides et façonner une texture naturelle pour donner du style sans séchoir. **Baume Coiffant sans chaleur d'Orïbe**, 53 € les 150 ml au Bon Marché.

**3** Laisser sécher naturellement cette mousse légère sur les longueurs humides pour une définition cool et une texture sublime sans frisottis. **Air Dry Foam** de Zara Hair, 15,95 € les 200 ml.

**4** Quelques gouttes suffisent pour dompter les frisottis rebelles et assouplir la fibre. **Honey Infused Hair Oil** de Gisou, 39,90 € les 50 ml chez Sephora.

**5** Un spray qui protège la fibre du stress oxydatif et prévient la formation des nœuds. **Hair Styling Soin Démêlant Protecteur** de Lazardtigue, 32,90 € les 250 ml.