

Ces conseils de pro sont les meilleurs pour sublimer les cheveux au naturel



Voir le diaporama 12 photos

Ajouter aux favorisBLAUBLUT EDITION Photo_Agency

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

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 sauvageonnes et brouillonnes 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*.

Soigner sa matière comme sa peau

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 crêpé", confirme Maïté Armoudom, directrice générale de Kérastase.

Vidéo: <https://www.marieclaire.fr/conseils-experts-coiffure-cheveux-longs.1486730.asp>

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 affaiblis 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 la 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 !".

Travailler 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, appliquer un soin hydratant sur des cheveux préséchés avec une serviette en microfibre, puis laisser le séchage se terminer sous l'air ambiant en remplaçant 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 .

Invati Shampoing Exfoliant (Léger ou Riche) d'Aveda



Aveda

Découvrir

2 / 12

Hair Dry Oil de Delphine Courteille



DR

Découvrir

3 / 12

Air Dry Foam de Zara Hair



DR

Découvrir

4 / 12

Honey Infused Hair Oil de Gisou



DR

Découvrir

5 / 12

Première Concentré Décalcifiant Ultra-Réparateur de Kérastase



DR

Découvrir

6 / 12

Figuier de Barbarie Sérum Désaltérant à l'acide hyaluronique de Klorane



DR

Découvrir

7 / 12

Hair Styling Soins Démêlant Protecteur de Lazartigue



DR

Découvrir

8 / 12

[MY] Poudre Cheveux Densifiante de MiYé



DR

Découvrir

9 / 12

Volume Shampoing de Monday Haircare



DR

Découvrir

10 / 12

Baume Coiffant sans chaleur d'Oribe



DR

Découvrir

11 / 12

Densiphyl Cheveux Clairsemés de Phytodess



DR

Découvrir

12 / 12

Le Masque Soins Nutrition Intense d'Hair Rituel by Sisley



DR

Découvrir