Halte à l'affinement

Avec le temps, les cycles capillaires deviennent plus courts et les follicules produisent des cheveux plus fins et parfois moins nombreux. Un phénomène qui peut aussi être dû ou accentué par la baisse des œstrogènes, comme au moment de la ménopause, ou des troubles thyroïdiens.

L'explication du dermato

« La cause androgénétique est la plus fréquente et elle est essentiellement due à une hypersensibilité aux hormones mâles, surtout après la ménopause quand les hormones féminines ne sont plus là pour compenser. On peut alors assister à un rétrécissement progressif des follicules pileux et à une diminution de la durée de la phase de croissance des cheveux. Le phénomène de miniaturisation s'installe : le cycle pilaire raccourci s'accompagne d'un amenuisement du calibre des cheveux jusqu'à leur remplacement par un duvet plus fin. » Seule action possible, le recours au minoxidil qui stimule la croissance des cheveux en prolongeant la phase anagène mais bien sûr, il ne fonctionne pas pour s'opposer au mécanisme de vieillissement physiologique...

L'avis du coiffeur

« Mécaniquement, quand le cheveu devient plus pauvre en kératine, il s'affine, s'assèche et l'impression de perte de masse est visible, analyse Valentin Philippe. Pour récupérer du volume, on peut opter pour un spray sans rinçage intégrant des actifs repulpants comme l'acide hyaluronique, le collagène ou la kératine qui densifient la fibre et lui apportent de l'épaisseur. Idéal aussi pour gainer en douceur : laisser poser chaque semaine un soin à l'argile blanche. Ce cataplasme, mélange de poudre et d'eau, va absorber le sébum et renforcer les racines. Côté coiffage, utilisez des produits de *styling* à la fois texturisants et traitants, à appliquer à la naissance du cheveu pour agir sur la structure même de la fibre. Bien aussi, les poudres densifiantes à saupoudrer en racine pour gainer la fibre : préférez les flacons avec applicateur ergonomique et précis aux salières qui distribuent souvent trop de matière et créent des pâtés en séchant. »

Mon shopping

1. À la kératine. Un traitement restructurant poids plume sans rinçage qui répare la fibre de l'intérieur grâce à un complexe de peptides, acides aminés, huile de macadamia et kératine. Sérum restructurant Keratin Filler, Franck Provost, 21,90 € les 80 ml. Salons.

2. Aux poudres ayurvédiques. Cette poudre fine à l'effet mat et invisible permet d'apporter du volume et de texturiser les cheveux tout en apportant un soin complet au cuir chevelu. [My] Poudre Cheveux Densifiante, MiYé, 25 € les 50 ml. www.miye.care

3. Précis. Son embout à 360° permet une application ciblée sur les cheveux fins ou mous qui ont besoin d'un volume maximal à la racine. Shampooing sec volumateur RESET™, Revlon Professional, 17,80 € les 150 ml. Salons agréés.

4. Coup de boost. Une formule à base d'acides aminés, de riz, de sel de la mer Morte et d'huile d'argan pour des cheveux visiblement plus denses. Brume Volume, Moroccanoil, 30 € les 160 ml. Salons agréés.

BRI JOHNSON / GALLERY STOCK / PHOTOSENSO - SDP