

VANITYFAIR.it



Britney e gli incidenti «hot» delle star Dall'ultima
Britney Spears in concerto a Las Vegas a **WEB**
mitica ...

TUTTI

MAG NEWS PEOPLE BEAUTY BENESSERE FASHION SHOW FOOD FIRME OROSCOPO TRAVELLER VF NETWORK ALTRI **LIVE!** ACCEDI

[TOP STORY]



**Festa del cinema di Roma, i
voti ai look**



**Tendenza capelli: tra
strobing e frange grunge**



**Chiara Ferragni: «Andiamo a
influenzare»**



**Bettarini: «Con chi ho tr
Simona»**

[BEAUTY / CAPELLI] 02.11.2016

Capelli in autunno: la hair beauty routine dei primi freddi



di Francesca Pelucchi

Shampoo, balsamo, piastra, spazzole. Come scegliere i prodotti giusti e usarli nella maniera corretta per mantenere i nostri capelli belli e sani tutto l'anno.



FREYWILLE
PURE ART

Autunno, è tempo di haircare therapy, cioè è il momento di

DA BEAUTY

prendersi cura della propria chioma e imparare la giusta beauty routine per mantenere i capelli belli e sani in tutte le stagioni.

Abbiamo chiesto alla **dottorssa Biancamaria Piraccini, tricologa, Professore Associato dell'Università di Bologna**, di fare chiarezza su quale siano le strategie migliori e qualche consiglio per trattare meglio i nostri capelli. «Prima di tutto sfatiamo un falso mito: **lavare i capelli tutti i giorni non fa male**», basta non limitarsi a questo, ma scegliere i prodotti più performanti per le proprie esigenze. **SHAMPOO&CO** Per esempio, **qual è il giusto shampoo?** «Gli shampoo, prima di tutto, sono di due tipi: medicati o non. Se non si hanno particolari problemi come psoriasi o dermatite seborroica, l'importante è acquistare prodotti adatti al proprio tipo di capelli e non aver paura di lavarli, appunto, anche tutti i giorni, purché con prodotti delicati e adatti all'uso frequente, quotidiano, dalla base detergente non aggressiva. **Gli shampoo, comunque, hanno un profilo di sicurezza altissimo** in quanto difficilmente possiamo acquistare prodotti che facciano "male" e soprattutto la permanenza sulla cute del prodotto è talmente breve che certamente risulta poco invasiva.

I balsami e le maschere, poi, sono ormai così specifici per ogni tipo di esigenza e caratteristica del capello che la loro scelta può rispettare una assoluta personalizzazione delle proprie esigenze. Chi ha i capelli fini, infatti, non userà i prodotti per i capelli grossi, ma troverà grande varietà di prodotti ad hoc, mentre chi li ha ricci sceglierà shampoo e balsamo anti crespo e che sostengano la piega riccia».



Alla scoperta dei capi iconici della moda

CNLive! per Miele



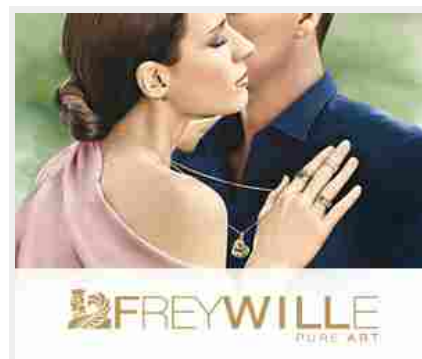
di Laura Scafati

Tendenza tatuaggi: mini tattoo da collo



di Laura Scafati

Come sono cambiati i belli degli anni '90



POTREBBE INTERESSARTI ANCHE



Il dolore di Massimo Ranieri



Kate sulla spiaggia coi figli



Dentisti in Croazia. Spiegato il fenomeno del turismo dentale!



Internet da casa senza telefono fisso. Ecco le migliori offerte del momento



Sonia Bruganelli: «Mia



1 | 38 Bioscalin SINCROBIOGENINA®SISTEMAIntegratore + fiale donna + shampoo fortificante volumizzante. **Costa: € 69**

LEGGI ANCHE

Capelli in autunno: le strategie anti caduta

Per quanto riguarda, invece, lo stress che i capelli subiscono quando vengono trattati con asciugacapelli, piastre e styler varie, «**dobbiamo considerare che i nostri capelli sono delle strutture morte**», continua la dottoressa Piraccini, «quando il capello fuoriesce dal cuoio capelluto, se lo tagliamo non sentiamo dolore, e quindi questo fa capire quanto sia senza vita e come tale non si può cicatrizzare quando “ferito”. Se io mi procuro un taglio sulla pelle, posso porvi rimedio e curarlo, se danneggio i capelli questi manterranno il danno tutta la vita. Se pensiamo che i capelli crescono 1 centimetro al mese, quando una donna arriva ad averli di 30 centimetri circa, avrà una chioma “vecchia” di 2 anni e mezzo. Le punte poi, la parte meno recente della chioma, sono difficilmente riparabili se danneggiate».

LEGGI ANCHE

Tagli di capelli per l'autunno: bob, lob e shag

Ma che cosa rovina di più i capelli? «I capelli sono fatti di proteine e la cosa che più denatura le proteine è il calore, quindi phon, piastre e spazzole per fare la piega possono



figlia, la sua malattia, la nostra forza»



Julianne Moore: «Svuotata dall'Alzheimer»



Alluce valgo addio. Piedi Belli in poco tempo. Ecco come fare.



Ex operaio vive di trading e se la gode. Ecco come ha fatto.

facilmente influire sulla loro salute. Si può, però, usare delle accortezze per **evitare certi shock** scegliendo, ad esempio, spazzole in legno o piastre che dosino il calore procurato.

L'utilizzo di certi strumenti o di tecniche chimiche come le permanenti che vanno a cambiare la naturale forma del capello possono essere pericolose, infatti, se non si proteggono prima i capelli con prodotti adeguati che rinforzino la struttura permettendo di resistere allo stress del calore o della chimica. Esistono oli specifici per schermare soprattutto le punte dalla rottura, ma vanno "indossati" prima che queste siano già danneggiate perché svolgono un'azione nutriente, idratante e protettiva, non curativa. Prima di usare piastre e simili, comunque, sarebbe bene fare un'analisi del proprio capello per scoprire se non sia troppo debole per utilizzare certi strumenti, e di solito i capelli fini lo sono. Quindi meglio fare attenzione».

Anche le maschere sono un validissimo aiuto per proteggere i capelli e idratarli permettendogli di esser più sani e forti. «La maschera per chi ha capelli fragili e disidratati può esser davvero un toccasana, ma l'importante è applicarla solo sulle punte e non sulla cute, altrimenti il rischio è che ingrassi troppo e i capelli si sporchino con più facilità», conclude la dottoressa Piraccini.

SFOGLIA LA GALLERY

Capelli in autunno: la beauty routine

 LINK • Capelli in autunno: le strategia anti caduta

- Tagli di capelli per l'autunno: bob, lob e shag



NON CI SONO ANCORA COMMENTI

**VANITY
TODAY!**

PROMOTED STORIES