



Cheveux

Moins denses, plus mous, plus secs... Avec le temps, nos cheveux perdent de leur texture et de leur tonicité. Une coupe plus moderne, une coloration adaptée et des soins réguliers... Trois femmes se sont prêtées au jeu de l'avant après entre les mains expertes d'Isabelle, formatrice chez Jean-Claude Biguine.

LA COUPE

SOUS D'UN PRO

par Sylvie di Meo • photo: Audray Saulem

Dossier coordonné par Brian Feinman pour Jean-Claude Biguine

Anne CHEVEUX GRIS

Fragiles et secs, ses cheveux nécessitent un soin pour ne pas jaunir et conserver cette belle couleur naturelle. La coupe doit être impeccable.

Création J.-C. Biguine

Anne a la chance d'avoir un poivre et sel naturel, on mise sur une coupe moderne et destructurée : un carré plongeant bien dessiné, un brushing parfaitement raide, une frange bien marquée... Ou une coupe courte et bien structurée ! Côté soin, on sublime avec un shampoing spécifique adapté aux cheveux gris qui va leur donner de la lumière.

Les conseils du pro

Les cheveux gris ne souffrent pas de look négligé. Ils détestent le tabac, le soleil... et le chlore ! Il est donc impératif de les protéger au quotidien avec un produit spray anti-UV.

Secs et poreux, les cheveux blancs sont par nature déshydratés, on applique un masque deux fois par semaine. Côté couleur, faites-vous préparer un soin déjaunisseur chez votre coiffeur avec une pointe de pigment bleu, que vous laisserez poser cinq minutes une fois par semaine. Pour éviter le teint gris et fatigué, faites tirer deux ou trois mèches blanc perlé tout près du visage environ deux fois par an : effet chic garanti.

Les Produits utilisés

✳ L'Oréal Professionnel, Série Expert : shampoing Silver et masque Intense Repair, haute nutrition pour cheveux secs.

40 ANS



« Les cheveux gris ? Un vrai bonheur ! »

« J'ai eu mes premiers cheveux blancs vers 20 ans. Après les avoir teints pendant vingt ans, j'ai entendu les conseils de mon coiffeur. Il disait que j'avais une couleur nuancée gris blanc exceptionnelle, qu'il fallait la laisser au naturel, que cela m'irait bien. Après une très longue hésitation, j'ai accepté de sauter le pas. Et finalement, c'est mon coiffeur qui avait raison ! Aujourd'hui c'est une évidence, je m'aime comme ça. En matière de personnalité, cela m'affirme beaucoup plus. En fait j'ai acquis une assurance que je camouflais. Avant j'étais une brune parmi les brunes. Aujourd'hui, les autres me disent que je suis plus rock, plus nature. Je suis passée d'une image de femme classique de 40 ans à celle d'une femme plus jeune, plus moderne. Et cela se ressent beaucoup dans la façon dont j'aborde les autres ou je m'habille... Si on se fait violence, on peut le vivre très mal. Pendant des mois mon coiffeur a eu l'intelligence de me dire « Si cela ne vous plaît pas, on les reteint ». Grâce aux nuances dans mes cheveux, je trouve que c'est très doux par rapport à ma carnation. Si je devais donner un vrai conseil ? Il faut une coupe forte, courte, effilée qui dynamise le visage. »



Cheveux SOUS LA COUPE D'UN PRO

50 ANS



Marie-Bénédicte CHEVEUX BLONDS

Base longue, sans forme et sans volume qui ne met pas son visage en valeur, cheveux très fins.

Création J.-C. Biguine

On remonte la base de 10 cm, en effilant sans dénaturer ni appauvrir le cheveu. Cela donne de la matière tout en apportant plus de légèreté. Les volumes sont déplacés tout autour du visage et sur la nuque pour un résultat mi-long aérien. Côté couleur : on reste dans les blonds vénitiens et on réchauffe avec un balayage dans les blonds naturels.

On joue sur les nuances sans marquer la différence. La bonne technique ? Travailler le cheveu avec un balayage à l'éponge pour obtenir un fondu subtil en insistant sur la pointe, effet soleil ultra lumineux assuré. Résultat : Mise en valeur de la matière, volume et brillance garantis.

Les conseils du pro

Attention les blonds trop clairs, peuvent marquer les traits. Mieux vaut aller vers la douceur et le naturel, c'est toujours plus flatteur.

Les Produits utilisés

✳ *Biguine Bio, shampoing universel et masque au Mongongo, les deux 100% d'origine naturelle.*

✳ *L'Oréal Professionnel, Série Expert Chroma Care Soins, recharge de couleur gold (n°3).*

À utiliser en alternance avec le masque une fois par semaine pour sublimer le balayage vénitien et les reflets dorés. ▶

À LA MAISON

Deux shampoings par semaine suivis de l'application d'un masque ultranourrissant. Comme la peau, le cheveu doit être hydraté pour retrouver du corps et de la brillance. Attention, s'il est mal appliqué (ne jamais le poser sur les racines) ou si le soin est mal adapté à la nature du cheveu, le masque peut alourdir la chevelure. Demandez conseil à votre coiffeur.

LES TRUCS POUR OPTIMISER VOS SOINS

☛ **Le bon geste :** une noisette apposée sur le dos de la main, vous prenez au fur et à mesure un peu de produit au creux de votre main et vous lissez mèche par mèche avec les doigts en prenant le temps de bien travailler le cheveu. 5 à 10 min de pause et le tour est joué.

☛ **Après votre shampoing, faites couler un bain chaud et appliquez le masque pendant ce laps de temps. Puis attachez vos cheveux et plongez dans le bain. Les cheveux bénéficieront ainsi de la vapeur chaude et le produit n'en pénétrera que mieux.**

☛ **Ou alors optez pour une serviette bien chaude mais pas brûlante ! (2 min au micro-onde) à enrouler autour de la tête une fois le masque appliqué. Pause de 5 à 10 min.**

UN ÂGE, DES ASTUCES

40 ANS

Des changements s'opèrent. La baisse des œstrogènes est encore subtile. Les cheveux deviennent plus secs et mous.

OUI! Quel que soit votre style, il est important de compenser la diminution de l'épaisseur du cheveu par une coupe adéquate : dégradée, effilée sur les pointes pour gagner du volume. La coupe de cheveux avec un peu de longueur allonge la silhouette et crée de la douceur autour du visage. L'asymétrie ou la mèche sur le côté peuvent être des alliées.

NON! les coupes à la garçonne et les franges strictes auxquelles on préfèrera les mèches en mouvement.

50 ANS

C'est à ce moment que diamètre et densité diminuent. Éviter les brushings à outrance qui assèchent le cheveu déjà mis à mal.

OUI! Opter pour une mi-longueur en mouvement plus arrondi, des mèches et un léger dégradé adoucissent le visage. D'une manière générale, on évite les extrêmes, cheveux trop courts, trop longs, trop apprêtés, trop effilés... On joue sur le volume, l'ampleur, la largeur.

NON! les coupes sévères, carrés courts, raides, franges qui soulignent la modification de l'ovale du visage...

60 ANS

Bonne nouvelle, la qualité des cheveux se stabilise. En revanche, ils doivent accompagner les évolutions du visage et de la silhouette.

OUI! La coupe doit aider à allonger la silhouette et à valoriser les traits. Les cheveux se portent en arrière avec du volume pour dégager le visage, ouvrir le regard et flatter le cou. On peut juste conserver une mèche devant pour adoucir les traits et donner de la lumière.

NON! se cacher derrière un rideau de cheveux, les rides n'en sont que plus visibles.

Cheveux SOUS LA COUPE D'UN PRO (suite)

POURQUOI NOS CHEVEUX VIEILLISSENT-ILS ?

C'EST UNE RÉALITÉ PHYSIOLOGIQUE, UN PHÉNOMÈNE INÉLUCTABLE, AU MÊME TITRE QUE POUR LA PEAU, IL Y A UN VIEILLISSEMENT CAPILLAIRE. AINSI, CUIR CHEVELU ET CHEVEUX SUBISSENT DES CHANGEMENTS EN CASCADE. PAULINE HÉNIART, DE CHEZ RENÉ FURTERER NOUS EXPLIQUE TOUT.

LES CAUSES

☛ L'horloge biologique d'abord. Un phénomène génétique qui, même s'il débute autour de l'âge de 30 ans, va entraîner une fragilisation visible du cheveu vers la cinquantaine et ses changements hormonaux.

☛ Les facteurs agressifs tels que le soleil, la pollution, l'eau calcaire...

☛ Mais aussi les comportements (tabac, stress, mauvaise alimentation, alcool) qui vont entraîner une production de radicaux libres et accélérer le phénomène.

QUEL IMPACT SUR NOS CHEVEUX

☛ Le cuir chevelu

L'affinement du cheveu est directement lié à la perte de souplesse du cuir chevelu. La production de collagène réduit avec le temps et entraîne le vieillissement de la peau et par voie de conséquence, celui du cheveu (d'où la nécessité d'en prendre soin).

☛ Volume et brillance

Les cheveux peu à peu vont marquer des signes de

faiblesse comme la perte de volume, de brillance, de matière... Avec en prime, des facteurs externes qui vont augmenter la production de radicaux libres et donc altérer le film hydrolipidique de surface du cuir chevelu en créant des sensations d'inconfort, d'irritation qui vont elles-mêmes accentuer l'altération des fibres de collagène. In fine, le diamètre du cheveu diminue. Plus fins, ils perdent en densité. Puis vient un ralentissement de la prolifération des kératinocytes, cellules essentielles à la création de la kératine, matière première du cheveu.

Cheveux secs et cheveux blancs

L'activité des glandes sébacées diminue, et avec elle la production de sébum. Le cheveu est plus sec. Quant aux cheveux blancs, leur apparition est directement liée à l'absence de sécrétion de mélanine par les mélanocytes, ces cellules qui synthétisent les pigments et donnent leur couleur aux cheveux.

LES CONSEILS DE RENÉ FURTERER

☛ **Alimentez vous** de manière saine et équilibrée. Ingérez en cure de trois mois par an des compléments alimentaires Vitalfan Vitalité riches en vitamines et en antioxydants pour lutter contre la production de radicaux libres.

☛ **Conservez** le bon fonctionnement d'un cuir chevelu jeune en appliquant le sérum anti-âge redensifiant Tonucia.

☛ **Protégez** vos cheveux du soleil même en ville.

60 ANS



Christiane CHEVEUX AUBURN

Des cheveux secs, ternes qui perdent en matière. Côté couleur, des longueurs foncées et une racine artificiellement claire.

Création J.-C. Biguine

On recherche de l'harmonie en fonction de la carnation et on fait une coupe dynamique et dégradée pour rajeunir l'allure et apporter du volume. Etape suivante : unifier la couleur dans un marron chocolat très lumineux et opter pour un léger balayage qui valorise la coupe et donne de la lumière au visage.

Les conseils du pro

Pour la couleur, adoptez des nuances très subtiles pour un effet coup de soleil et un reflet brillant. Si vos cheveux se dessèchent et s'affinent, optez pour des produits très nourrissants : masques spécifiques cheveux colorés.

Les Produits utilisés

✳ *Kérastase Reflection, Bain Chroma Captive : shampooing et masque pour cheveux colorés.*

✳ *L'Oréal professionnel, Série Expert Chroma Care Soins : masque recharge de couleur acajou (n°5) une fois par semaine.*

À utiliser en alternance une semaine sur deux pour sublimer la couleur acajou.

