

## GOOD LIFE BEAUTY

Scalpo e capelli ti danno dei problemi? È solo questione di rimediare con il prodotto giusto. Eccone 13 per non perdere la testa

# NIENNTE

### FORFORA

**F**astidiosa e imbarazzante, la forfora è un'infezione che riguarda un uomo su due, ed è anche legata a determinate abitudini: «L'acqua calcarea, lo shampoo schiumogeno, il phon possono peggiorare la forfora secca, quella più polverosa e sottile» dice **Magda Belmontesi**, dermatologa e docente della Scuola superiore di medicina estetica Agorà di Milano. «Stress, intolleranze alimentari, cibo fritto e unto e alcol influiscono, invece, su quella grassa». Alla base di entrambe c'è la moltiplicazione anomala del fungo *Malassezia*, normalmente presente sulla pelle, che infiamma il cuoio capelluto e lo esfolia. **►VIA CON L'OLIO** «Se da una parte devi regolarizzare la produzione di sebo con sostanze come zinco piritione e acido salicilico, dall'altra lava via lo sporco e le squame con un olio-shampoo non aggressivo, da alternare al trattamento specifico».



- 1. L'estratto di bambù fortifica i capelli, mentre il mix di sostanze antibatteriche e antimicotiche combatte la forfora. **NIVEA FOR MEN** (3,10 euro).
- 2. Piante della foresta amazzonica e zinco piritione per lo shampoo purificante e antiforfora **Bed Head For Men TIGI** (14 euro).
- 3. Se al problema della forfora si aggiunge quello del cuoio capelluto grasso, ci vuole una formula purificante al limone come **CLEAR MEN** (3,24 euro).

### CADUTA

**L**a brutta bestia si chiama alopecia androgenetica e riguarda l'80 per cento degli uomini. Una condanna alla calvizie scritta nei geni. Il primo segnale non è il diradamento, che inizia da fronte e chierica, ma l'assottigliamento dei capelli. **Responsabile è un derivato del testosterone prodotto dall'enzima 5 alfa-reduttasi, che intossica i bulbi fino a farli morire.** Anche se è l'alopecia androgenetica a farla da padrone nei maschi, il diradamento può avere altre cause come lo stress, un'altezza metabolica, una dieta molto squilibrata o l'assunzione di alcuni farmaci. E le cure sono completamente diverse. **►7.000 CAFFÈ** «Per l'alopecia androgenetica funzionano il minoxidil e i suoi derivati come l'aminexil, da massaggiare sul cuoio capelluto. Negli altri casi danno buoni risultati la caffeina e i neopeptidi, che stimolano la crescita a livello dei bulbi».



- 1. Vitamine, tè verde e aminoacidi per lo shampoo anticaduta **Anagen Jonicap BIONIKE** (10 euro).
- 2. Creatina, menta e pantenolo per capelli fragili e sottili nella formula detergente rinvigorente **Root Power LAB SERIES** (32,50 euro).
- 3. Arginina e vitamina B5 per ridare corpo alla fibra capillare, shampoo **Kerium** anticaduta **LA ROCHE-POSAY** (13 euro).
- 4. Dopo il lavaggio, maschera fortificante alla cronobioigenina **Bioscalin GIULIANI** (14,80 euro).

# grattacapi

di SIMONA FEDELE  
STILL LIFE MARCO AQUILINI

## FRAGILITÀ

Usare le maniere forti, quindi abusare di shampoo sgrassanti (il pH compreso tra 4 e 6) e di gel che rispetta la cute è può disidratare il cuoio capelluto e portare a una carenza di ceramidi, che sono componenti fondamentali della fibra. «I capelli senza la protezione dei grassi naturali diventano secchi e stopposi, e molto più fragili. A influire può essere anche lo stress, che provoca un surplus di radicali liberi e dunque un allungamento della fase telogen, cioè di caduta» dice la dermatologa. In questo caso vanno bene shampoo e trattamenti ristrutturanti al pantenolo, cheratina e vitamine.

► **IL BELLO IN MASCHERA** «Per capelli secchi e fragili ci vogliono detergenti agli oli vegetali, per esempio al cocco che è fortemente idratante. Utili le maschere ai semi di lino, che fortificano e lucidano i fusti, e quelle agli acidi della frutta».

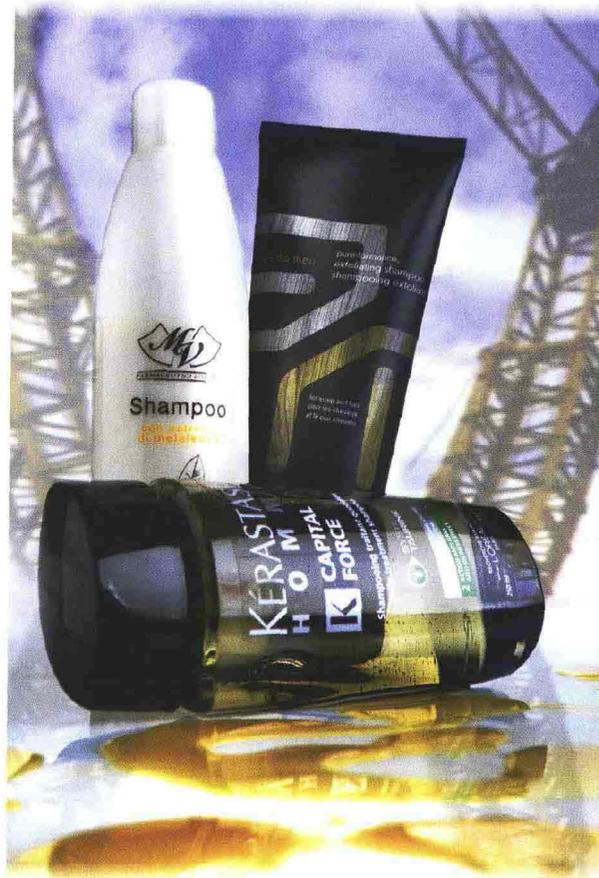


- 1. Estratto di rooibos per tonificare e idratare e scorza di cinchona per dinamizzare il bulbo pilifero nello shampoo vegetale Phytolium PHYTO (11 euro).
- 2. Riattiva la microcircolazione, rinforza le radici indebolite e nutre i fusti secchi e fragili il detergente alla caffeina ALPECIN (6,90 euro).
- 3. Quando la chioma manda un Sos, c'è lo shampoo al complesso vegetale Phyto-cell della linea Men Unlimited MARLIES MÖLLER (21 euro).

## CAPELLI GRASSI

L'eccesso di sebo (grasso) di cute, cuoio capelluto e capelli è spesso influenzato dall'andamento degli ormoni androgeni, primo tra tutti il testosterone. «L'errore più comune che si fa con i capelli grassi è di lavarli eccessivamente e con prodotti sgrassanti, ricchi di tensioattivi, con il rischio di andare a stimolare ancora di più l'attività delle ghiandole sebacee». Si chiama effetto rebound ed è quello che succede quando la pelle si sente aggredita: raddoppiare la protezione fatta di acqua e sebo, per l'appunto. Anche se ti sembrano unti, riduci i lavaggi a due ed evita i detergenti schiumogeni.

► **PUNTA SUL VERDE** «Con i capelli grassi, usa sostanze vegetali come la melaleuca che purifica senza aggredire, o il tè verde e il tea tree, che calmano l'infiammazione». Ottimi anche gli impacchi di argilla verde o bianca, che assorbono l'eccesso di sebo.



- 1. La melaleuca regolarizza la produzione di sebo, mentre il tè verde energizza capello e cuoio capelluto. Shampoo MARCO VITI (6 euro).
- 2. Deterge ed esfolia la cute, rimuovendo eccesso di sebo e impurità, e fortifica i capelli: shampoo Pure-Formance AVEDA MEN (18 euro).
- 3. Con taurina lo shampoo dall'azione antigrasso di Capital Force KERASTASE HOMME (17 euro).