



## Soin des cheveux

# Choisir la bonne bouteille de shampooing

*Il y a de quoi se sentir perdu devant l'éventail de shampooings disponibles en magasin. Les pharmaciens et pharmaciennes sont compétents pour aider les clients hésitants et leur prodiguer des conseils en fonction de leurs problèmes de cheveux et de cuir chevelu.*

Andrea Söldi

**S**ur les rayons s'alignent à perte de vue des rangées de flacons en plastique de formes, de tailles et de couleurs variées, remplis de liquides crémeux. Lorsqu'on les ouvre, un nuage de senteurs fruitées ou fleuries, tantôt discrètes, tantôt envahissantes, nous assaille. Leur étiquette nous promet monts et merveilles: cheveux soyeux, forts et magnifiques, glamour, coiffure à couper le souffle ou encore brillance éclatante. Il est dès lors difficile pour le consommateur moyen de juger à quelles promesses il peut se fier.

### Lavage et soin

Le premier rôle d'un shampooing est de laver les cheveux et le cuir chevelu. En effet, les saletés et la poussière se lient aux sécrétions des glandes sébacées, et ce mélange est un terrain idéal pour les bactéries. Le lavage a également pour but d'éliminer les cellules mortes du cuir chevelu, les odeurs désagréables et les résidus de produits capillaires tels que la laque. Son efficacité dépend des agents tensioactifs contenus dans le shampooing. Ce groupe de substances que contiennent pratiquement tous les produits nettoyants dissout les matières grasses dans l'eau afin qu'elles puissent être éliminées. Les produits de soin corporel doivent contenir des agents tensioactifs particulièrement doux et bien tolérés par la peau. Par ailleurs, certains agents rendent les cheveux plus faciles à coiffer et leur donnent du corps.

### Tous les additifs

### ne sont pas nécessaires

Un shampooing contient également des huiles de parfum et des colorants. Ils ne



soignent pas les cheveux mais donnent au consommateur une impression de fraîcheur, de santé, de vitalité ou de séduction, ce qui augmente bien entendu les ventes. Grâce aux agents conservateurs et aux agents humectants, le produit se conserve longtemps, tandis que l'eau et les épaississants lui garantissent une bonne consistance. Selon Petra Huber, chargée de cours en cosmétologie et toxicologie à la Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) – l'université des sciences appliquées de Zurich – on a de plus en plus tendance à ajouter des filtres anti-UV aux shampooings. Cependant, le produit est rincé après quelques minutes, et seule une partie reste sur les cheveux, ce qui laisse la pharmacienne perplexe. D'après elle, les produits utilisés après le lavage offrent un plus grand intérêt.

### Des soins pour les cheveux abîmés

Les fabricants ajoutent au mélange de



base des substances susceptibles d'apporter un effet bénéfique aux différents types de cheveux, comme les cheveux secs ou abîmés. Les teintures, dont l'usage est devenu courant, mais aussi les permanentes, les fers à friser, l'air trop chaud des sèche-cheveux ou le brossage trop agressif abîment les cheveux et les rendent ternes et secs. Les produits contenant des substances qui soignent le cheveu ont un effet réparateur certain, mais tous les produits ne tiennent pas les promesses de leurs fabricants. En effet, huit produits sur dix ont passé le test comparatif effectué par l'émission de télévision Kassensturz et le magazine Saldo, tandis que deux d'entre eux ont échoué par manque de qualité. Cette étude a également montré un fait intéressant: les produits les plus chers n'ont pas tous obtenu les meilleurs résultats. «Lorsque les cheveux sont très abîmés, les shampoings réparateurs peuvent être complétés par des après-shampoings ou des masques soignants», conseille Mme Huber. En outre, envelopper les cheveux dans un linge chaud et humide augmente l'effet bénéfique du traitement.

### Retarder le regrainage des cheveux

Les cheveux gras sont un autre problème très répandu. Les sécrétions naturelles de sébum sur le cuir chevelu peuvent rapidement rendre les cheveux poisseux, surtout s'ils sont fins, clairsemés ou lisses. On ajoute à certains shampoings des extraits de plantes et des tanins, comme l'écorce de chêne, ainsi que d'autres substances qui décapent un peu la surface des cheveux et ont un léger effet désinfectant. «Ainsi, le regrainage des racines est retardé, et la coiffure a davantage de volume», explique la pharmacienne.

Si l'on a des cheveux fins qui regrainent vite, il peut valoir la peine d'essayer le ghas-soul, la terre qui lave. Cette argile très fine

vient principalement des terres sablonneuses d'Afrique. Son utilisation nécessite toutefois une certaine dextérité: selon le volume de la chevelure, on mélangera dans une tasse deux à trois cuillères de café d'argile à un peu d'eau, jusqu'à obtenir une pâte épaisse que l'on utilisera ensuite comme shampoing. Des produits de soin prêts à l'emploi contenant du ghas-soul sont également commercialisés. Ce produit 100% naturel ne laisse aucun résidu dans les eaux usées. Cependant, en raison de son effet relativement décapant, une utilisation régulière peut favoriser l'apparition de pellicules.

### Se débarrasser des pellicules

Les pellicules sont les cellules mortes du cuir chevelu engendrées par le processus de renouvellement cellulaire. Lorsque de nombreuses cellules épidermiques se collent les unes aux autres, elles forment de petits amas visibles à l'œil nu et particulièrement disgracieux lorsqu'ils tombent sur des vêtements sombres. Les shampoings antipelliculaires aident à les combattre. Ils contiennent des additifs qui freinent la division cellulaire ou favorisent l'élimination des pellicules. Dans les cas tenaces, les produits à base de goudron peuvent avoir un effet bénéfique. De plus, l'odeur désagréable de cet ingrédient particulièrement efficace a pu être atténuée dans les nouvelles formules. Les produits à base de goudron sont également utilisés en cas de psoriasis ou de production excessive de sébum (séborrhée).

### Un shampoing particulièrement doux pour les enfants

Les cheveux des enfants en bas âge doivent être lavés avec un shampoing doux spécial. Les substances bien tolérées par les muqueuses que contient ce type de shampoings empêchent que la mousse ne brûle au contact des yeux, et atténue la peur panique que le lavage des cheveux provoque chez certains enfants. Les



Healthcare Consulting Group AG  
 6302 Zug  
 041/ 769 31 31  
 www.astrea.ch

Medienart: Print  
 Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften  
 Auflage: 59'591  
 Erscheinungsweise: 10x jährlich

Themen-Nr.: 375.18  
 Abo-Nr.: 1053061  
 Seite: 34  
 Fläche: 54'252 mm<sup>2</sup>

shampoings pour bébés contiennent particulièrement peu de parfums, de colorants et d'agents conservateurs. Petra Huber les recommande également aux adultes ayant une peau sensible ou souffrant d'allergies. Cependant, leurs agents tensioactifs plus doux diminuent leur pouvoir nettoyant.

**Eloigner les petites bêtes**

Les clients de la pharmacie Steinberg de Winterthour aiment toujours se faire conseiller par le personnel compétent tant en médecine conventionnelle qu'en médecine naturelle. La pharmacie propose entre autres un vaste choix de shampoings et de produits de soin pour les cheveux à base de substances actives végétales. Pour les

problèmes particuliers, Heidi Keller, pharmacienne titulaire du diplôme fédéral, a recours aux produits conservés derrière le comptoir. « Les toniques, que l'on laisse agir pendant la nuit, aident en cas de pellicules ou lorsque le cuir chevelu est irrité », déclare-t-elle. Ils contiennent par exemple des extraits d'hamamélis, qui soulagent les démangeaisons. Elle recommande aussi régulièrement les shampoings contenant de l'écorce de saule. En effet, cette substance végétale a un effet préventif contre les poux. Selon elle, tous les parents ne luttent pas suffisamment contre ces petites bêtes. Outre un contrôle régulier, le shampoing peut aider à les éloigner.