

récemment la revue 60 millions de consommateurs. Celle-ci dénonce un « trop grand nombre de substances non recommandables » avec « certaines formules qui incluent jusqu'à 17 molécules indésirables ». Le titre pointe également « une réglementation trop laxiste », qui n'écarte pas les produits les plus toxiques comme l'ammoniaque, le PPD, le paraminophénol ou le polyaminopropyl biguanide (irritants, sensibilisants, allergisants, mutagènes voire cancérigènes...), des sels de métaux, sans compter certains ingrédients susceptibles de libérer du formaldéhyde (cancérigène avéré).

Fort de ces constats, de plus en plus de coiffeurs passent au bio à cause d'allergies importantes qui ne leur permettent plus d'exercer, pour protéger leur santé (3,5 fois plus de risques de cancer de la vessie), celle de leur personnel et celle de leurs clients. Dans le même temps, les consommatrices informées recherchent des alternatives plus naturelles.

Gare au pseudo-bio !

Malheureusement, les crèmes colorantes, même distribuées en boutiques bio, reposent sur un fonctionnement chimique toujours toxique, même si elles respectent mieux les cheveux. « J'utilisais les colorations des boutiques bio en pensant qu'elles ab-

maient moins, explique Sylvie Hampikian, mais au bout de dix ans, cela m'a détruit les cheveux, qui ressemblaient à de la paille ! L'amélioration ressentie au début n'est qu'une illusion et plus je colorais, plus mes racines étaient blanches. Je suis persuadée que ces produits accélèrent le blanchiment. Les colorations bio revendiquent une image naturelle parce que les fabricants ajoutent des ingrédients végétaux et ont enlevé l'ammoniaque ou le résorcinol, mais ce sont quand même des produits alcalinisants oxydants et colorants, qui utilisent le même principe que les colorations chimiques classiques, à savoir écarter les écailles des cheveux, oxyder la mélanine afin d'éclaircir ou décolorer puis faire absorber la teinture à la fibre capillaire ».

Si vous souhaitez éviter ce type de produits, fuyez toutes les formules avec deux flacons (révélateur et colorant). En matière de crèmes colorantes, seules celles qui estompent simplement les cheveux blancs ou donnent des reflets sont vraiment 100% naturelles. Pour colorer ses cheveux naturellement, les colorations végétales sont désormais l'avenir. Elles ne permettent pas de devenir blonde si on est brune, mais les nouvelles formulations sont capables de couvrir les cheveux blancs dans toutes les teintes (même le brun) tout en traitant le cheveu. « De plus en plus de

Plantes lavantes

Testez la décoction végétale !

On peut remplacer les shampoings par des décoctions de certaines plantes riches en substances lavantes aux propriétés tensio-actives (saponines). « Il suffit de faire couler doucement sur la chevelure humide, de malaxer les cheveux, de laisser agir 2 à 3 minutes puis de rincer », explique la spécialiste Sylvie Hampikian, qui conseille la saponaire, adaptée à tous les types de cheveux : faire bouillir 1 petite poignée de racines fraîches ou séchées de plantes coupées en morceaux, à couvert pendant 10 minutes dans 20 à 30 cl d'eau filtrée, puis filtrer. Pour les cheveux gras, clairsemés ou sans tons, remplacez par le bois de panama (plutôt sur cheveux foncés). À essayer aussi, le rhassoul, une véritable terre lavante.

PODIUM NOTRE BEST OF CAPILLAIRE

Laver

Les fleurs de shampoing de Douce Nature Solide et sans eau, il n'y a que de la matière active, et en plus moins d'emballage ! Ecolo, pratique et idéal pour les vacances ! Il suffit de frotter la fleur sur les cheveux mouillés. (85g, 6,19€). **Shampoing Douceur de miel de Ballo-Fleurin** Avec ses 30% de miel « Grand Cru », ce shampoing offre un bon soin pour les cheveux fatigués (250 ml, 10,15 €). **Le shampoing à l'Aloé vera de chez Aurea** Apaisant et hydratant, il contient des protéines de blé pour une chevelure plus résistante et plus volumineuse (250ml, 12,95€).



Nourrir et soigner

Un vrai coup de cœur pour le masque **Berbère de Douces angevines**, qui offre une cure de beauté capillaire digne des « Contes des 1001 nuits » ! Pour cheveux abîmés (50 ml, 36 €). **L'huile capillaire nourrissante de Wyleda** à l'huile essentielle de romarin offre également un beau bain aux cheveux secs et abîmés (50 ml, 10,50 €), tout comme le **Masque à l'argile Ghassoui de chez Argiletz**. Une teneur élevée en minéraux et aux propriétés qui permettent de capturer et éliminer les impuretés et corps gras. (150g, 5,20€).



Démêler en un pschitt

La lotion démêlante de chez Natessance Redonne éclat et brillance sans alourdir les cheveux et facilite le démêlage. (150ml, 9,30€). **Le Spray démêlant à la bêtaïne naturelle de Logona** lisse les cheveux grâce à la glycérine végétale (150 ml, autour de 10 €).



Gels coiffants

Bonne nouvelle, on peut dompter ses épis sans chimie grâce au **Gel coiffant au bambou de Lavera** à la bonne odeur de thé vert (100 ml, 7 €) ou au **Gel coiffant à l'huile de jojoba de chez Douce Nature**. Complexe naturel d'agents fixants longue durée. Un parfum fruité, une texture qui ne colle pas et ne forme pas de particules. (100ml, 6,70€).

