

AU TOP



Enceinte,

quelle coloration adopter ?

Les produits chimiques servant aux colorations classiques sont régulièrement sur la sellette en raison de leur agressivité pour l'organisme. Enceinte, il est conseillé de s'abstenir. Mais comment, alors, garder de jolis reflets ? Par Mireille Legait

Quand on fait faire ces superbes mèches tout en rêvant au moment où le test de grossesse virera enfin positif, on ne pense pas toujours à la suite... Eh oui, un bébé, il faut neuf mois pour le faire. Soit neuf fois deux centimètres de racines ! Là, pas le choix : il faut prévenir le coiffeur que l'on attend un bébé car les décolorations et les colorations permanentes, c'est-à-dire avec ammoniaque, sont déconseillées pendant la grossesse et l'allaitement. Simple principe de précaution en raison de la vascularisation importante du cuir chevelu : les produits chimiques peuvent donc pénétrer la circulation sanguine et arriver jusqu'au placenta. D'où la recommandation de s'abstenir. Tour d'horizon des différents problèmes qui se posent à nous.

JE VEUX MAINTENIR MA COLORATION

J'ai les cheveux trop décolorés pour envisager juste d'entretenir les reflets avec des produits naturels. En laissant un demi-centimètre de racines pour ne pas toucher le cuir chevelu, le coif-

feur devrait pouvoir intervenir comme avant.

CE QU'IL FAUT SAVOIR

Pour teindre les cheveux de façon permanente, on commence par dépigmenter la fibre capillaire avec de l'ammoniaque et de l'eau oxygénée. Ensuite, le coiffeur applique des pigments synthétiques qui vont pénétrer à l'intérieur du cheveu. En dernier ressort, il applique un soin hydratant qui va refermer les écailles de la fibre capillaire. Les produits chimiques utilisés seraient susceptibles de provoquer des allergies plus ou moins graves, et d'être impliqués dans l'augmentation des risques de cancer. Certes, depuis quelques années (ndlr, 2006) une vingtaine de substances parmi les plus agressives ont été interdites. Mais certaines posent encore question sur le point de l'allergie, et notamment l'éthanolamine.



« J'ai coupé mes cheveux beaucoup plus courts »

J'ai les cheveux décolorés depuis des années. Enceinte, j'ai dû arrêter. J'étais très énervée par mes racines, mais avec un bandana, je gère ! L'avantage, c'est que j'ai décidé de couper assez court, de manière à laisser repousser ma couleur naturelle. Je n'ai plus autant d'épis de foin car mes cheveux sont moins secs. Après la naissance, je couperai encore plus court, pour retrouver vite une vraie couleur. **Muriel, 26 ans, enceinte de 7 mois**

LES SOINS COLORANTS

Soin colorant, K pour Karité, 20 €.

Teinture végétale Couleurs d'Espagne, Beliflor, 11,70 €.

Crème colorant végétale couleurs d'automne, LOGONA, 19,95 €.

Crème colorante végétale, LOGONA, 19,95 €.

Coloration végétale sur mesure, Christophe-Nicolas Biot, 50 € la préparation salon, 20 € la dose à emporter.

Coloration Baume capillaire, 3 Chênes, 15 €.

UTILISE UNE COULEUR SANS AMMONIAQUE

Il existe heureusement sur le marché beaucoup de marques contenant des produits naturels et sans ammoniaque. Les reflets sont lumineux, disparaissent au fil des shampooings mais au moins, on garde jolie allure sans risque, apparemment.

CE QU'IL FAUT SAVOIR

En effet, on trouve beaucoup de produits mettant en avant des actifs naturels, telle que la sève de bambou ou les extraits d'olive. Néanmoins, ces produits même sans ammoniaque et enrichis en produits naturels contiennent une bonne dose d'ingrédients chimiques controversés. Enceinte, c'est loin d'être la solution idéale, et même si les risques évoqués ont souvent été démentis par des études démontrant leur innocuité, la sagesse, pendant la grossesse et l'allaitement, prône plutôt l'abstinence.

JE FAIS APPEL À UNE COLORATION BIO

Pour assurer la tenue de ma couleur dans des conditions optimales de sécurité, je choisis désormais les colorations portant un logo bio. C'est rassurant et certainement beaucoup moins dangereux.

CE QU'IL FAUT SAVOIR

Même dans les magasins bio, il faut lire les étiquettes ! Certaines marques réputées avancent des ingrédients naturels, tels que les protéines végétales et les huiles essentielles, mais contiennent tout de même un certain nombre d'ingrédients chimiques. Tout dépend des labels : certains sont plus regardants que d'autres, plus « sectaires » (pour la bonne cause) que d'autres. Ceci étant, et c'est le cas pour les produits Martine Mahé par exemple, dans certaines lignes de soins capillaires, on ne trouvera pas les produits chimiques les plus décriés, même si on est loin encore du produit végétal pur.

JE NE VEUX QUE DU 100 % VÉGÉTAL

Même si les colorations bio sont considérées comme moins néfastes que les autres produits et qu'il faut bien admettre qu'on ne fait pas d'omelette sans casser des œufs, je préfère m'en tenir, le temps de la grossesse et de l'allaitement à de simples colorations végétales. Des pigments naturels et rien d'autres. Mais quels résultats en attendre, mystère...

CE QU'IL FAUT SAVOIR

Ces produits naturels et plébiscités par Cosmebio n'ont pas le pouvoir de décolorer et recolorer, ni de changer considérablement de couleur. La fibre du cheveu n'est pas agressée, elle est juste enrobée de pigments qui vont lui donner de jolis reflets et cela d'autant plus que la fibre capillaire est bien lissée par le pigment et que la lumière va pouvoir se refléter facilement. Ces produits naturels sont fabriqués à partir de plantes mais aussi de fruits

et d'écorces. On retrouve évidemment le henné, les fleurs de châtaigniers et le brou de noix pour les plus connus, mais aussi le café (eh oui !), la betterave, le curcuma, la cannelle, le thé noir... Des mélanges savoureux et surtout sans danger. Mais sans grandes performances ! Les pigments disparaissent au fil des shampooings, tout comme la coloration sans ammoniaque. Et la pose est contraignante : il faut au moins deux heures pour obtenir un reflet soutenu. Et si l'on fait partie des jeunes femmes qui ont vu leurs premiers cheveux blancs apparaître avant l'âge de 30 ans, malheureusement, la coloration végétale n'aura pas le pouvoir de les camoufler. Certains coiffeurs utilisent un produit essentiellement composé de pigments végétaux mais avec quelques colorants chimiques ajoutés, ce qui permet de camoufler les premiers cheveux blancs, sans s'exposer autant aux risques que présentent les autres produits colorants couvrants. **NIM**



« Des soins lumière »

J'ai décidé d'arrêter toutes les colorations pendant ma grossesse. En attendant, j'utilise des soins et des produits reflats bio, du henné naturel également. J'hydrate mes cheveux avec une huile d'argan bio pour qu'ils soient doux et lumineux. L'effet racines se voit, même si j'étais proche de ma couleur naturelle, mais avec des cheveux brillants et souples, personne n'y fait très attention. Et pour les grandes occasions, je mets un bandeau.

pendant ma grossesse. En attendant, j'utilise des soins et des produits reflats bio, du henné naturel également. J'hydrate mes cheveux avec une huile d'argan bio pour qu'ils soient doux et lumineux. L'effet racines se voit, même si j'étais proche de ma couleur naturelle, mais avec des cheveux brillants et souples, personne n'y fait très attention. Et pour les grandes occasions, je mets un bandeau.

Émilie, 30 ans, enceinte de 6 mois

LES SOINS QUOTIDIENS

Après-Shampooing cheveux colorés, L'Arbre vert, 3,95 €.

Shampooing cheveux colorés, Bio Sécure, 8,90 €.

Masque-soin nourrissant au karité bio, Activilong, 6,50 €.

Fluide vital avant-shampooing, revitalisant cuir chevelu, Berbère, 33,50 €.

Beurre de karité bio pour les pointes sèches, Melvita, 12,90 €.