



Extrait du Coiffure, modèles coiffure tendance et coupe de cheveux My Coiffure

<http://static.mycoiffure.com/soin-cheveu-des-adolescents.html>

Soins des cheveux des adolescents

- Astuces soins du cheveu et protection des cheveux - Textures des cheveux -



Date de mise en ligne : lundi 15 juin 2009

Description :

L'adolescence est loin d'être la période la plus facile à vivre. A part les poussées d'acné et la légère prise de poids, pour les filles notamment, les adolescents sont aussi confrontés à des problèmes capillaires qui nécessitent une attention particulière.

Coiffure, modèles coiffure tendance et coupe de cheveux My Coiffure

Les problèmes capillaires fréquents chez les adolescents

L'adolescence se caractérise par l'apparition de divers changements non seulement au niveau du corps, mais aussi et surtout au niveau des cheveux. A partir de la puberté, l'aspect des cheveux va dépendre en grande partie des hormones sexuelles, notamment l'androgène chez les garçons, l'oestrogène et la progestérone chez les filles. En effet, la sécrétion abondante et quasi-brusque de ces hormones a des impacts sur le cuir chevelu et peut être la cause de troubles capillaires. Ainsi, sous l'influence des hormones, les glandes sébacées du cuir chevelu se mettent à produire plus de sébum qu'il n'en faut, rendant aux cheveux un aspect plus gras. Par ailleurs, les pellicules sont aussi indissociables à l'adolescence. Ceci s'explique par le fait que les champignons responsables de l'apparition des pellicules (pityriasis) puisent leur nourriture dans les acides gras du sébum, ce qui accentue leur prolifération.

Les soins des cheveux des adolescents

Afin que l'excès de sébum ne remonte pas vers le cuir chevelu et les pointes, donnant un aspect de lourdeur et accompagné parfois d'une odeur désagréable, les adolescents doivent se laver les cheveux régulièrement (au moins deux fois par semaine) avec un shampoing de pH 7 ou neutre. On précisera ici que l'utilisation d'un shampoing pour bébé n'est pas une solution car ces produits contiennent des agents surgraissants qui ne feront que rendre les cheveux encore plus gras. D'autre part, proscrire tout geste qui peut stimuler les glandes sébacées à surproduire du sébum. Nous pouvons citer, entre autres, la tendance à se masser le cuir chevelu pendant le shampoing ou bien la manie de se passer les doigts dans les cheveux (un tic très fréquent chez les ados). Enfin, les adolescents sont invités à troquer leur déjeuner express trop riche en sucre et en graisse (friture, pâtisserie, bière, coca, etc.) contre un plat de légumes verts frais, d'un steak ou d'un poisson grillé afin d'éviter de saturer davantage l'organisme qui a déjà bien du mal à éliminer les toxines.