

<https://www.mycoiffure.com/prendre-soin-de-ses-cheveux.html>



Les cheveux de quoi sont-ils faits ? Le découvrir pour mieux en prendre soin

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



Date de mise en ligne : mardi 12 février 2008

Copyright © Coiffure, modèles coiffure tendance et coupe de cheveux My

Coiffure - Tous droits réservés

La chevelure est un attribut indéniable de la séduction. L'antiquité vantait déjà la beauté des chevelures féminines et assimilait pour les hommes cheveux, virilité et force physique. Les cheveux furent aussi, selon les civilisations, des attributs du pouvoir religieux ou civil.

Les cheveux, leur matière et leur cycle de vie

Les cheveux sont des productions annexes de la peau, le cheveu est constitué de plusieurs couches riches en kératine et imperméables à l'eau. La couche supérieure est formée d'écailles qui déterminent la brillance et la porosité du cheveu.

Quand au poil, il connaît une phase de croissance de trois à six ans, puis, une phase statuaire de plusieurs mois. Ensuite, le bulbe vit plusieurs années et peut porter une quinzaine de cheveux aux poils consécutifs ce qui explique qu'à partir d'un certain âge, la pilosité régresse et les cheveux deviennent plus rares et plus fins, aussi plus fragiles en raison de la baisse progressive de l'activité du bulbe.

La poussée des cheveux et poils est très sensible aux hormones sexuelles, d'où les perturbations souvent observées à la ménopause. L'irrigation sanguine, la nutrition et l'oxygénation du cuir chevelu interviennent également dans le processus de la pousse générale des cheveux.

D'où vient la couleur des cheveux ?

La couleur des cheveux dépend des cellules mélaniques proches du bulbe. Ces cellules, comme beaucoup d'autres, deviennent moins actives avec l'âge et entraînant un défaut de pigmentation ... C'est ainsi que les cheveux blanchissent.

Les problèmes de la calvitie apparaissent chez l'homme à un âge très variable, certains se dégarnissent à partir de trente ans et d'autres ont leurs cheveux à soixante dix ans.

La calvitie débute par les tempes ou le sommet du crâne, elle s'annonce par des cheveux de plus en plus rares à ces endroits.

Chez la femme, la calvitie est bien plus rare, elle peut intervenir cependant après la phase de la ménopause.

Un certain nombre d'agression et de dérèglements peuvent provoquer des chutes de cheveux ou une baisse de leur qualité : tabac, shampoings trop fréquents et astringents, stress, excès de séborrhée, problèmes hormonaux.

Lavage des cheveux

Quelques principes de base très simple seront suivis avec bénéfice pour entretenir les cheveux et leur garder le plus longtemps possible, forts et brillants :

- ▶ Des lavages fréquents, délicats et soigneux avec un shampooing doux et adapté à la nature du cheveu. Le shampooing doit être utilisé tiède pour dissoudre les graisses et il faut également toujours bien rincer.
- ▶

Les cheveux de quoi sont-ils faits ? Le découvrir pour mieux en prendre soin

Protéger la chevelure des agressions telles que le vent, l'eau salée, la pollution, le stress, la fatigue et le soleil. Eviter aussi au maximum les teintures, décolorations, permanentes.

- ▶ Brosser les cheveux régulièrement et doucement pour éviter que les écailles ne s'abiment et que le cuir chevelu ne soit irrité, l'idéal est une brosse en soi naturelle ou poils de sangliers.

En revanche, on aperçoit tout de suite, même à l'oeil nu, les différences de qualité du cheveu : épaisseur, tonus, brillance, pointes parfaites...

L'évaluation de l'état du cuir chevelu est moins évidente, mais finalement assez simple, et comme, il n'y a pas de belle chevelure sans cuir chevelu en bonne santé, il vaut mieux s'en occuper !

Pour apprécier la **santé du cuir chevelu**, il faut placer les doigts sur le crâne et essayer de faire bouger le cuir chevelu : s'il adhère, c'est qu'il y' a un problème. Pour tester l'épaisseur du cuir chevelu, il faut le pincer : cela doit se faire assez facilement.

Il faut également signaler, que la présence de la vitamine B est indispensable à la croissance des cheveux et la vitamine H a certes une action de régulation du métabolisme cutanée très intéressante.