

CA PEL LI

al sole DIECI DOMANDE

QUANDO PENSI A COME
PROTEGGERE LA TESTA IN
SPIAGGIA, **HAI PIÙ DUBBI
CHE CERTEZZE? GIRA PAGINA.
TROVERAI TUTTE LE
RISPOSTE** PER GODERTI SOLO
IL MEGLIO DEL MARE

di **Claudia Bortolato** - ha collaborato **Giulia Lenzi**



RIENTRARE

dalle vacanze con i capelli in ordine non è facile. La vita da spiaggia (tra sole, sale e vento) rischia di seccare irrimediabilmente le lunghezze e fa sbiadire anche le colorazioni più tenaci. A questo aggiungi le beauty abitudini scorrette: styling sconsiderato (per esempio la piastra) e poca o nulla protezione. Ma se segui i consigli dei nostri esperti, il rientro dalle vacanze non avrà conseguenze per i tuoi capelli.

1 Il cappello è sufficiente come protezione solare?

«Certamente aiuta, soprattutto se è di tessuto tecnico con protezione Uv integrata che blocca fino al 98% delle radiazioni» avvisa Leonardo Celleno, dermatologo. «Ma è importante applicare ugualmente un protettivo, perché ad aggredire i capelli sono anche il vento, la salsedine, i bagni in mare e in piscina. Occhio

poi a indossare il cappello per troppe ore di fila: rischia di soffocare il cuoio capelluto e iperstimolare il sebo».

2 Devo applicare la protezione anche sulla cute?

«Sì, se hai i capelli sottili o radi, per evitare scottature» risponde Celleno. «Scegli un prodotto con almeno un Spf 30 e specifico per il cuoio capelluto o in ogni caso con una texture light che non unge. Esistono poi formule in polvere spesso a base di filtri minerali, che assorbono anche il sudore».

3 Meglio l'olio, la crema o lo spray?

«Dipende. Sui capelli grossi, lunghi e crespi meglio una crema, che idrata e disciplina le ciocche» spiega Giovanni Carrozzo, style director di Toni&Guy. «Se sono più sottili, invece, puoi puntare sugli spray *voile*: sono impalpabili e non appesantiscono. Un olio secco va benissimo per le maxi lunghezze, mentre quello classico è perfetto per un wet look di tendenza».

4 È una buona idea sfruttare l'acqua di mare per schiarire le ciocche?

«No, mai! Meglio sciacquare subito i capelli perché il sale apre le scaglie e rende più fragile la fibra capillare, che poi tende a spezzarsi facilmente. A schiarire ci pensa il sole» raccomanda Celleno.

prima



1. In formato spray, Olio Tamanu Bio e Monoï di **Klorane** (19,90 euro, in farmacia) protegge i capelli dagli UV. 2. La texture leggerissima di Olio latte bifase di **Nuxe** (20,90 euro) mantiene morbidi tutti i tipi di capelli. 3. Il cocktail di lime, carota, cocco e aloe di Solé Tropical Leave-in Conditioner Spray di **Creativa** (26 euro, in salone) dà luce e energia ai capelli stressati.
4. Ideale per mantenere colore e idratazione, SU Hair Milk di **Davines** (22,40 euro, in salone) è una crema spray leave-on con protezione UV.
5. Mentre protegge, Crème UV Sublime di **Kérastase** (37,80 euro, in salone) aggiunge una doppia azione: nutre e controlla il crespo.

dopo

1. Grazie alle proteine del collagene, Shampoo Riparatore Dopusole di **Biopoint** (5,50 euro) rimpolpa i capelli stressati da sole, sale e vento.
2. Arricchito con oli biologici di argan e lino, filtri UV e vitamina E, After Sun Hydrating Shampoo di **Nashi Argan** (19 euro, in salone) addolcisce anche i capelli più secchi.
3. Il Balsamo spray Bi-Phase Leave-in Conditioner di **Milk&Shake** (18,70 euro, in salone) districa, rafforza e ammorbidisce.
4. La texture setosa di Shampoo-Crema Riequilibrante Dopusole di **Collistar** (17 euro) avvolge e cura i capelli come un trattamento professionale.
5. Aftersun Shine Mask di **Elgon** (25,50 euro, in salone), con estratto di cactus e pH acido, mantiene il colore brillante.

5 Scrub scalp: sì o no?

«Assolutamente sì, una sera a settimana, perché pulisce bene la cute dai residui di prodotti solari, salsedine, sabbia e altre impurità, mantenendola ben ossigenata. In più riduce il rischio di rossori e irritazioni» spiega Leonardo Celleno.

6 Alla sera: maschera restitutiva o impacco d'olio?

«Se i capelli sono tanti o sono danneggiati meglio una maschera restitutiva» suggerisce Celleno. Se invece la cute è irritata e i capelli sono radi e sottili, va bene un impacco d'olio di cocco o, meglio ancora, di Neem che, oltre a essere il segreto dei capelli così lisci delle donne indiane, è anche un antibatterico naturale.

7 Come prevengo l'effetto paglia?

«Iidratando no-stop. Al sole, spruzza spesso un prodotto per capelli dalla formula emolliente. La sera usa uno shampoo lenitivo e nutriente in grado di eliminare dolcemente i residui di sabbia, sale e cosmetici» consiglia Carozzo. E se vuoi mantenere i riflessi più luminosi utilizza l'acqua gassata fredda per l'ultimo risciacquo: chiude le cuticole e tira fuori tutta la brillantezza.

8 Si può usare la piastra in estate?

«No. I capelli sono già inariditi da sole e sale e non vanno strapazzati ulteriormente. Meglio asciugarli in maniera naturale: per tamponare bene i capelli scegli un panno di microfibra, che è più delicato di quello di spugna» suggerisce il dermatologo Celleno. Se usi il phon, prima massaggia uno specifico prodotto termoprotettore che idraterà le lunghezze ed eviterà l'effetto crespo. E, invece del classico bocchettone, usa il diffusore, più delicato.

9 La classica spuntatina si fa prima o dopo le vacanze?

«Si fa prima, per regolare il taglio ed eliminare eventuali doppie punte, abbinando un trattamento idratante professionale. E si fa dopo, associata a un gloss, per restituire forza e luminosità al colore» raccomanda l'hairstylist Carozzo.

10 Contro il cloro della piscina basta la cuffia?

«No, l'acqua e il cloro filtrano lo stesso e possono danneggiare la cheratina dei capelli. Un trucco è bagnare la testa prima di mettere la cuffia. I capelli impregnati di acqua dolce assorbiranno meno quella carica di cloro della piscina» spiega Celleno. Dopo la nuotata, sciacqua di nuovo sotto la doccia o, meglio, fai uno shampoo delicato.

