

# Je préserve ma coloration AU SOLEIL



## Nourrissez-les de l'intérieur

**Pas de belle coloration sans cheveu en bonne santé!** Pour anticiper les petits tracas de l'été, entamez une cure de compléments alimentaires avant le départ, et continuez à faire le plein de nutriments pendant et au retour des vacances. La bonne combinaison? Des formules riches en vitamines B: B1, indispensable à la synthèse de kératine, B8 ou biotine qui favorise la pousse et limite la chute, et B9 ou acide folique qui booste la réparation des cellules et renforce les racines. Ces cures activent en prime la microcirculation autour du bulbe, le protègent et lui apportent les acides aminés essentiels à la construction de la kératine. A condition de bien suivre le traitement pendant trois mois.

### Notre sélection:

**Enrichie en kératine.** Cure Complexe Cheveux, Dr Smith, 19,90€ (60 gélules) (1).  
**Fortifiant.** Complément Capillaire Résolution N°1, Madame La Présidente, 29€ les 30 gélules (2).  
**Goût fruité.** Gummies Good Hair, Lashilé Beauty, 24,90€ (3).

Envie de conserver l'intensité de votre couleur tout l'été? Voici nos conseils pour la protéger, l'entretenir et la prolonger jusqu'à la rentrée. **PAR AURÉLIA HERMANGE**

## RINCEZ POUR PROTÉGER

APRÈS UNE BAINNADE, L'EAU DOUCE DÉBARRASSE DU SEL OU DU CHLORE IRRITANTS. VAPORISER RÉGULIÈREMENT LA CHEVELURE DURANT L'EXPOSITION PERMETTRA DE FAIRE GONFLER LA FIBRE CAPILLAIRE ET D'EMPÊCHER L'EAU SALÉE OU CHLORÉE DE S'INFILTRER SOUS LES ÉCAILLES, CE QUI DÉNATURE LA COLORATION.

## Abusez du spray solaire

**Sous l'effet des UV, les cheveux s'oxydent et s'éclaircissent:** le cendré jaunit et le doré grise. Pire, le blond a tendance à blanchir et peut même prendre des reflets verdâtres, à cause du sulfate de cuivre et du chlore des piscines, tandis que le brun vire au roux. En prévention, foncez légèrement votre base chez votre coloriste avant de partir et, sur place, appliquez un spray solaire à indice élevé avant chaque exposition. Ses actifs hydratants et anti-oxydants vont éviter aux longueurs de se dessécher, au cuir chevelu de s'irriter et à la couleur de se délayer. Pulvérisez-le mèche à mèche à 1 cm des racines, et n'oubliez pas de renouveler l'application car, comme votre crème solaire pour le corps, il se diluera dans l'eau au fil des baignades.



### Notre sélection:

**Culte.** Fluide d'été Protecteur, René Furterer, 14,50€ (4).  
**Fini non gras.** Voile Protecteur Phyto-Plage, 13,50€ (5).  
**Anti-UV.** Huile Protectrice, Patrice Mulato, 16,30€ (6).





## BEAUTÉ | Conseil

### Utilisez un shampooing protecteur

**Pour protéger la coloration dès l'étape du lavage**, misez sur un shampooing enrichi en antioxydants qui vont faire bouclier; protéger la couleur contre l'oxydation et l'empêcher de ternir. Souvent renforcées en kératine, qui cible les zones abîmées de la fibre capillaire et lisse les écailles pour empêcher les pigments de s'échapper; ces formules ont une action anti-dégorgement et limitent le délavage. Enfin, si votre shampooing, sans sulfate pour ne pas décaper, comporte un filtre UV, il protégera efficacement de l'oxydation et préservera l'intensité de la couleur.



**Notre sélection:**  
**A l'hibiscus.** Shampooing Couleur Eclat, SO'BiO étic, 5,20 € (1).  
**Végétal.** Shampooing Protecteur de Couleur, Couleur & Kératine, Dessange, 4,50 € (2).  
**Fortifiant.** Shampooing Protecteur de Couleur, Elenature, 26 € (3).

### Hydratez pour refermer les écailles

**Soleil, sable, sel, chlore: l'été, les cheveux sont surexposés** à des agents ultra-déshydratants et la couleur s'en ressent. La faute aux écailles disjointes. Pour retrouver une chevelure souple et protéger la coloration, il faut donc empêcher l'eau, les acides aminés, les lipides et les pigments de s'échapper. Le bon geste? Appliquer des sérums enrichis en acide hyaluronique ou en glycéérine. A pulvériser sur cheveux secs ou essorés pour sceller les écailles et restaurer leur effet barrière.

**Notre sélection:**  
**Intense.** Sérums Hydratants Aqua Revive Gliss, Schwarzkopf, 8,99 € (4).  
**Enrichi en acide hyaluronique.** Sérums Hyaluron Repulp Elseve, L'Oréal Paris, 11,90 € (5).  
**Plus de souplesse.** Traitement Hydratant Intensif K-Pak, Joico, 29 € (6).



### SOS BLOND DÉLAVÉ

Chauffez un demi-citron pressé au bain-marie et délayez-y du henné neutre jusqu'à obtenir une pâte semi-liquide. Laissez tiédir et appliquez sur cheveux secs. Laissez agir 5 minutes, puis rincez et lavez. Résultat: un blond réveillé et un balayage comme au premier jour.



### Accentuez la couleur avec un soin repigmentant

**Au fil des expositions, la coloration devient plus terne.** Pour lutter contre son délavage, misez sur un soin qui lui redonnera de l'éclat en ravivant ses pigments. Utilisez-le tous les deux à trois lavages sur cheveux essorés et laissez-le agir 5 minutes avant de rincer. De même, ne négligez plus l'après-shampooing dont le rôle consiste à mieux refermer les écailles et donc à protéger les pigments de la coloration. Et pour faire durer une couleur intense plus longtemps, évitez les produits contenant des sulfates (ou laureth sulfate de sodium dits SLES), très décupants.

**Notre sélection:**  
**Ravivant.** Soins Repigmentants Colour Refresh Sand, Maria Nila, 31 € (7).  
**10 minutes chrono.** Color Fresh Mask Chocolate Touch, Wella Professionals, 17 € (8).  
**Intensifiant.** Soins Repigmentants, Leonor Greyl, 45,20 € (9).

**ROMAIN**  
 COLORISTE  
 ET FONDATEUR  
 DU SALON ROMAIN  
 COLORS



### LES BONS RÉFLEXES À ADOPTER

« Tout d'abord, l'été, on évite de déshydrater davantage le cheveu en limitant l'utilisation d'outils chauffants et en le laissant sécher à l'air libre. Ensuite, on porte un chapeau aux heures les plus chaudes afin de freiner l'oxydation, et le soir, après les baignades et l'exposition, on pulvérise ses longueurs avec un mélange mi-eau mi-vinaigre de cidre pour bien refermer les écailles. L'acidité naturelle du vinaigre va ainsi emprisonner les pigments, et de fait protéger la couleur du délavage. Idéalement, on peut faire une coloration végétale avant les vacances pour offrir aux cheveux un bouclier antioxydant et booster leur brillance. Mais un henné neutre est aussi très efficace: en gagnant la fibre, il la rend moins perméable aux agressions extérieures. »