



## DES FORMULES ALLÉGÉES

Des shampooings sans sulfates, silicones ou parabens font leur apparition.

Est-ce bien utile ou est-ce marketing ?

Des pistes pour s'y retrouver.

**Sans sulfates ? Oui, si on a les cheveux colorés.** Les sulfates sont des tensioactifs couramment utilisés. On les repère sur le pack sous le nom « Sodium Laureth Sulfate » ou « Sodium Pareth Sulfate ». Plus il y en a, plus le shampooing est décapant. Le risque sur cheveux naturels : être un peu irritants pour le cuir chevelu, voire dessécher un peu le cheveu s'ils sont en forte quantité.

L'ennui, c'est surtout pour les cheveux colorés. Les sulfates dénaturent la couleur, qui s'affaiblit et perd son éclat plus vite. C'est remplacé par quoi ? D'autres tensioactifs, moins agressifs, souvent moins moussants. Ce qui ne veut pas dire que ça ne lave pas, la mousse, c'est surtout du décorum.

**Sans silicones ? Oui, c'est mieux dans tous les cas.** Les silicones ont l'avantage d'avoir des effets immédiats : un démêlage express, un cheveu bien brillant tout de suite. Bref, c'est satisfaisant à court terme. Le problème, eh oui il y en a un, c'est que tout ça n'est que du bluff. Le silicone enrobe le cheveu comme un vernis, qui en réalité ne le répare ni ne le soigne à l'intérieur. Et qui, en plus, freine la pénétration des actifs des masques ou soins appliqués par la suite. A repérer sur le pack, les termes au suffixe -cone, comme diméthicone. S'ils apparaissent dans les quatre premiers noms de la liste des ingrédients, on évite. S'ils sont listés plus bas, c'est que le silicone est présent en petite quantité, c'est moins gênant. Si on a du mal à quitter son shampooing préféré et qu'on s'aperçoit qu'il contient des silicones, le bon réflexe, c'est de l'alterner tous les trois lavages avec un shampooing naturel, qui opérera comme une détox pour la fibre.

**Sans parabens ? Oui, si on a le cuir chevelu sensible.** C'est le conservateur le plus efficace. Mais comme il a mauvaise presse, on le voit disparaître petit à petit des formulations. Est-ce nécessaire pour la santé du cheveu ? Comme il est très irritant, c'est bienvenu pour les cuirs chevelus qui ont tendance à la grattouille et à l'inconfort.

Merci au coloriste Romain Colors