

DERMATOLOGIA

## Capelli tinti? Sette consigli per avere un buon risultato (rispettando la salute della chioma)

Si all'applicazione a casa ma seguendo alcune regole, dalla scelta del prodotto alla frequenza degli impacchi. Facendo attenzione se si è in gravidanza, se si soffre di allergie o dermatiti e con bambini e ragazzini sotto i 16 anni (nei quali le tinture andrebbero evitate). Ecco un vademecum.

di Laura Cuppini



### 1. Usare i guanti

Scheda 1 di 8

AVANTI

La tinta per capelli può essere anche fatta in casa. È però importante seguire alcune precauzioni. «Innanzitutto, durante l'applicazione della tintura, occorre proteggere sempre le mani con i guanti - spiega il professor [Antonino Di Pietro](#), direttore scientifico dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis di Milano -. Bisogna poi evitare di contaminare la cute del viso con il prodotto. La tintura va inoltre risciacquata con cura, effettuando almeno due/tre lavaggi».



# Capelli tinti? Sette consigli per avere un buon risultato (rispettando la salute della chioma)

Si all'applicazione a casa ma seguendo alcune regole, dalla scelta del prodotto alla frequenza degli impacchi. Facendo attenzione se si è in gravidanza, se si soffre di allergie o dermatiti e con bambini e ragazzini sotto i 16 anni (nei quali le tinture andrebbero evitate). Ecco un vademecum.

di Laura Cuppini



## 2 Non prima dei 16 anni e qualche regola per la gravidanza

< Scheda 2 di 8 >

INDIETRO

AVANTI

Durante la gravidanza ci vuole un'attenzione in più. «È meglio non utilizzare tinture con parafenilendiamina, una sostanza chimica, la cui funzione è di fissare più a lungo il colore. La sua pericolosità tuttavia è strettamente legata alla quantità presente nei prodotti. In genere, la tinta è sconsigliata solo durante i primi mesi di gravidanza, ma è comunque meglio optare per prodotti vegetali e senza sostanze potenzialmente irritanti per il cuoio capelluto» dice Di Pietro. Anche chi ha avuto reazioni allergiche o soffre di dermatite seborroica deve prestare attenzione, evitando di sottoporsi alle tinture, in particolare ai coloranti di tipo permanente che contengono sostanze aggressive per la cute. Per ciò che riguarda i giovanissimi, invece, sebbene non esista un'età "giusta" per iniziare a tingersi i capelli, è sempre preferibile attendere i 16-18 anni. «Quando si è piccoli, infatti, la pelle è molto più sensibile e reattiva e tende perciò a irritarsi con maggiore facilità. Il rischio, perciò, è di incappare in fastidiose allergie o dermatiti» aggiunge il dermatologo. In generale, comunque, chi si sottopone a una tintura per la prima volta, per scongiurare il rischio di eventuali reazioni allergiche, può seguire un semplice accorgimento. Prima applicare il prodotto su tutta la chioma può testarlo su un piccolo ciuffo, magari sulla nuca, controllando che non appaiano prurito o rossori, ossia segni evidenti di allergia.



# Capelli tinti? Sette consigli per avere un buon risultato (rispettando la salute della chioma)

Si all'applicazione a casa ma seguendo alcune regole, dalla scelta del prodotto alla frequenza degli impacchi. Facendo attenzione se si è in gravidanza, se si soffre di allergie o dermatiti e con bambini e ragazzini sotto i 16 anni (nei quali le tinture andrebbero evitate). Ecco un vademecum.

di Laura Cuppini



4

8

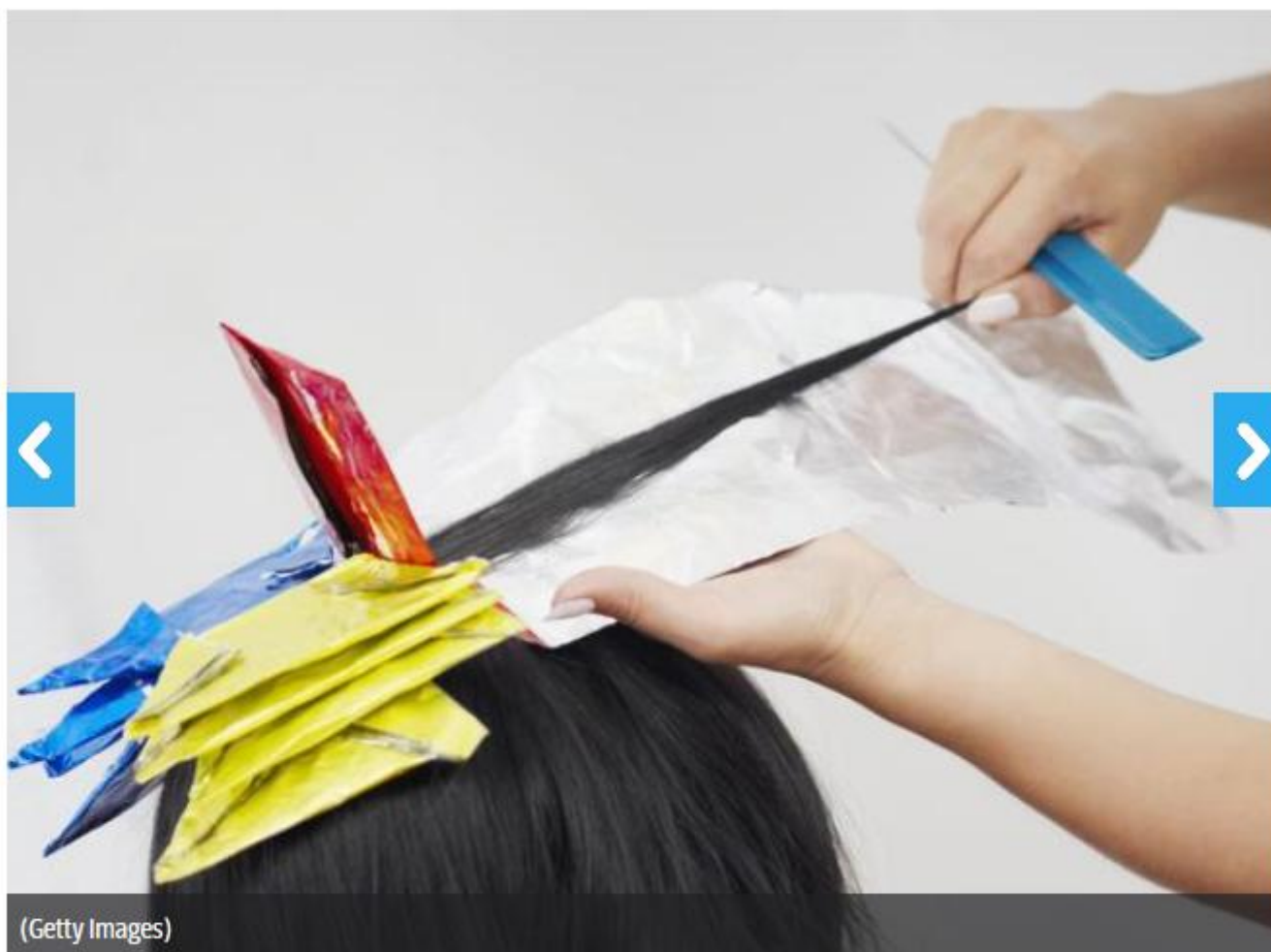
## 3. Ingredienti da evitare

< Scheda 3 di 8 >

INDIETRO

AVANTI

Per la tintura fai da te bisogna scegliere prodotti senza ammoniacca, resorcina, PFD (parafenilendiamina), che potrebbero provocare dermatiti. «Queste sostanze sono solitamente assenti nelle cosiddette colorazioni dirette o ad acqua che hanno, sì, un minore effetto coprente eliminandosi dopo pochi lavaggi, ma risultano senza dubbio meno aggressive rispetto alle tradizionali tinture permanenti» spiega Di Pietro.



(Getty Images)

# Capelli tinti? Sette consigli per avere un buon risultato (rispettando la salute della chioma)

Si all'applicazione a casa ma seguendo alcune regole, dalla scelta del prodotto alla frequenza degli impacchi. Facendo attenzione se si è in gravidanza, se si soffre di allergie o dermatiti e con bambini e ragazzini sotto i 16 anni (nei quali le tinture andrebbero evitate). Ecco un vademecum.

di Laura Cuppini



## 4. Far passare un mese



La tintura può essere fatta anche a lungo (eventualmente anche per tutta la vita): l'importante è eseguire sempre il trattamento con prodotti di qualità, non aggressivi, risciacquando la capigliatura con cura dopo l'applicazione della tinta. Tra una tintura e l'altra occorre far passare almeno un mese, ricordando di tagliare periodicamente le punte rovinare. Se si utilizza l'henné, invece, le tinture possono essere più frequenti: ogni due settimane circa.





# Capelli tinti? Sette consigli per avere un buon risultato (rispettando la salute della chioma)

Si all'applicazione a casa ma seguendo alcune regole, dalla scelta del prodotto alla frequenza degli impacchi. Facendo attenzione se si è in gravidanza, se si soffre di allergie o dermatiti e con bambini e ragazzini sotto i 16 anni (nei quali le tinture andrebbero evitate). Ecco un vademecum.

di Laura Cuppini



4



8

## 5. I rischi dei prodotti aggressivi



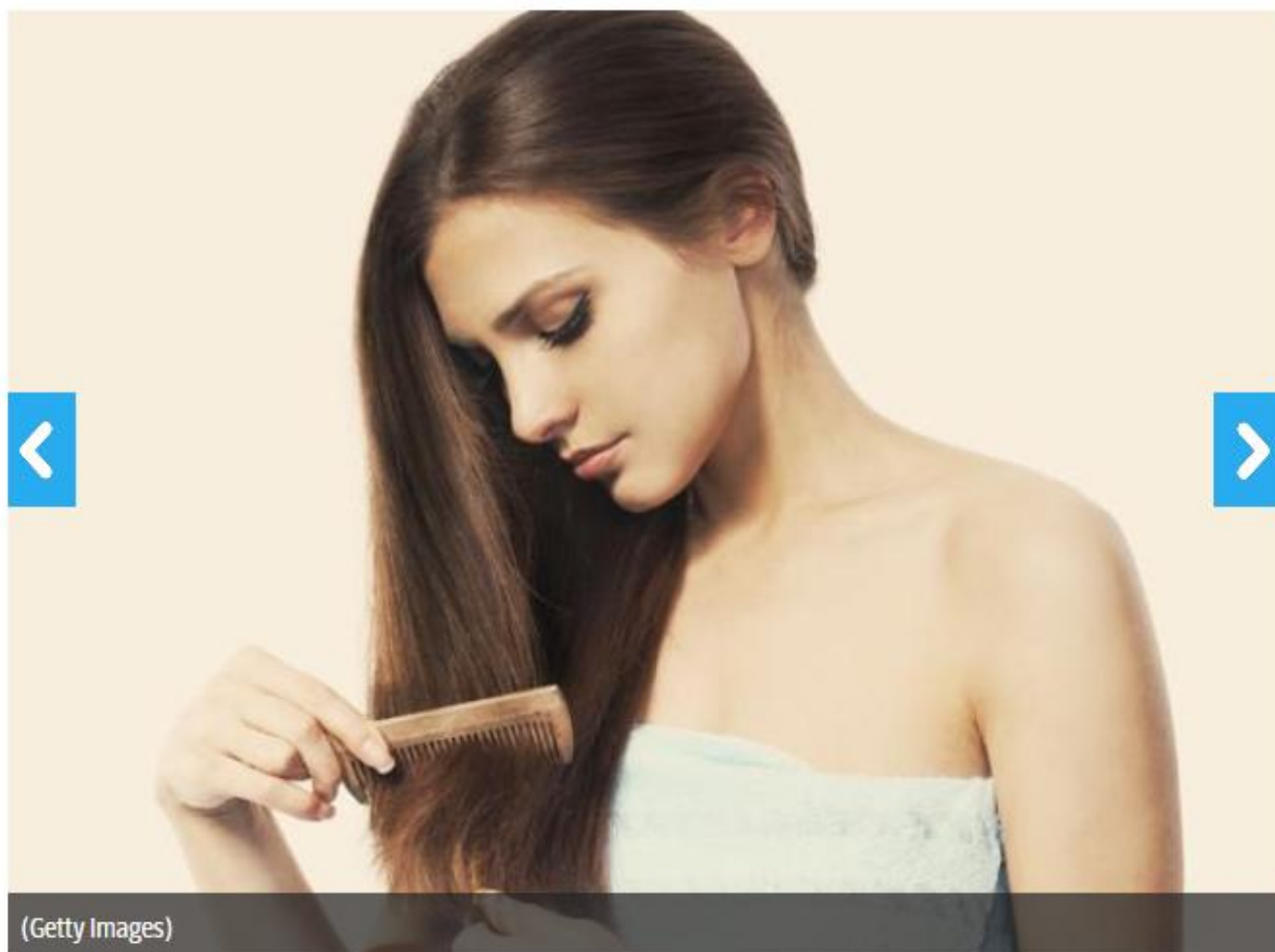
Scheda 5 di 8



INDIETRO

AVANTI

Le tinture per capelli possono provocare un'alterazione dell'integrità del fusto dei capelli o determinarne la caduta. Questo, però, accade solo se si impiegano coloranti aggressivi, se i prodotti non sono di qualità o se il trattamento non viene eseguito correttamente.



# Capelli tinti? Sette consigli per avere un buon risultato (rispettando la salute della chioma)

Si all'applicazione a casa ma seguendo alcune regole, dalla scelta del prodotto alla frequenza degli impacchi. Facendo attenzione se si è in gravidanza, se si soffre di allergie o dermatiti e con bambini e ragazzini sotto i 16 anni (nei quali le tinture andrebbero evitate). Ecco un vademecum.

di Laura Cuppini



4

8

## 6. Meno stress con lo shampoo

< Scheda 6 di 8 >

INDIETRO

AVANTI

Lo shampoo colorante ha certamente un'azione meno duratura rispetto alla tintura, perché agisce solo nell'area esterna dei capelli, non determinando alcuna modificazione nella loro parte interna. «Si tratta, quindi, di un procedimento di colorazione decisamente più delicato, soprattutto per l'assenza di determinate sostanze aggressive, come l'ammoniaca o il perossido di idrogeno - spiega Di Pietro -. Optando per uno shampoo colorante, perciò, al capello viene evitato lo stress che invece potrebbe derivare da una tinta permanente. Un ulteriore vantaggio consiste nel fatto che, a differenza della tintura, lo shampoo colorante non ha effetti di lunga durata, poiché sono sufficienti pochi lavaggi per ritornare alla situazione precedente». Si evitano così eventuali ripensamenti, che possono poi rendere necessari una decolorazione e una nuova tintura.



DERMATOLOGIA

# Capelli tinti? Sette consigli per avere un buon risultato (rispettando la salute della chioma)

Sì all'applicazione a casa ma seguendo alcune regole, dalla scelta del prodotto alla frequenza degli impacchi. Facendo attenzione se si è in gravidanza, se si soffre di allergie o dermatiti e con bambini e ragazzini sotto i 16 anni (nei quali le tinture andrebbero evitate). Ecco un vademecum.

di Laura Cuppini



## 7. Come farla durare di più



Per far durare di più la tinta, si possono seguire una serie di accorgimenti. «Occorre innanzitutto effettuare una fase preparatoria nei giorni che precedono il trattamento, nutrendo la capigliatura con prodotti idratanti a base di sostanze come l'olio di mandorle dolci, in grado di ristrutturare la fibra capillare - dice Antonino Di Pietro -. Se si effettua la tintura in casa, nel momento in cui la si stende sulle ciocche, per aumentarne l'efficacia è consigliabile avvolgere i capelli nella pellicola trasparente per tutta la durata dell'applicazione. Nella fase post-tinta bisogna invece evitare l'uso di gel o lacche contenenti alcool e derivati, perché queste sostanze aggrediscono il colore e ne limitano di conseguenza la durata. In fase di lavaggio è inoltre preferibile usare acqua tiepida e mai calda. Occorre infine fare in modo che i capelli non si surriscaldino troppo, facendo attenzione quando si usa il phon ed evitando di impiegare piastre e arricciacapelli».

# Capelli tinti? Sette consigli per avere un buon risultato (rispettando la salute della chioma)

Si all'applicazione a casa ma seguendo alcune regole, dalla scelta del prodotto alla frequenza degli impacchi. Facendo attenzione se si è in gravidanza, se si soffre di allergie o dermatiti e con bambini e ragazzini sotto i 16 anni (nei quali le tinture andrebbero evitate). Ecco un vademecum.

di Laura Cuppini



4

8

## 8. Attenti alla decolorazione



Scheda 8 di 8

INDIETRO

Oltre ai colori "naturali" (biondo, castano, nero...), c'è anche chi opta per quelli decisamente artificiali (rosso fuoco, viola, blu). «Oltre alla qualità dei prodotti, in questo caso, dipende dalla tipologia del colore di partenza e della colorazione finale. Se si hanno i capelli scuri, per determinati colori artificiali, come il rosa, è necessario sottoporre i capelli anche a decolorazione, procedimento che può comportare ulteriori rischi per la salute dei capelli. La decolorazione è una pratica che può provocare parecchio stress alla capigliatura, soprattutto nei casi in cui si parte da una chioma molto scura. Le sostanze chimiche utilizzate nei decoloranti possono rendere i capelli secchi e sfibrati, determinando quindi problematiche che poi, per essere risolte, richiedono prassi nutritive di lunga durata. Per questo motivo, la decolorazione va preferibilmente svolta da professionisti, evitando il "fai-da-te"» conclude Di Pietro.