



*Gli editoriali.*

## I migliori shampoo per capelli

Scopri quali sono i migliori shampoo per capelli e le loro caratteristiche per scegliere quello più adatto alle tue esigenze.

Gli shampoo non sono tutti uguali: ciascuna tipologia svolge un'**azione specifica** che è indicata per un **particolare tipo di capelli**. Vediamo quali sono i **migliori shampoo per capelli** e come scegliere quello più adatto alle tue esigenze.

### Le funzioni di uno shampoo per capelli

Il migliore shampoo è quello che possiede determinate caratteristiche e che riesce ad assolvere le sue due funzioni fondamentali.

Le caratteristiche sono:

- **Dermocompatibilità:** deve essere un detergente testato dermatologicamente e sicuro per la pelle;
- **Composizione:** lo shampoo deve contenere **ingredienti "attivi"** per nutrire il capello, come vitamine, estratti vegetali, idratanti, agenti antibatterici e antiforfora, tutti elementi che non devono irritare la cute, pur conferendo al prodotto il profumo e la capacità di fare la schiuma. Inoltre, il **ph dello shampoo** deve essere di circa **5,5**, valore compatibile con quello dei capelli e del cuoio capelluto che sono tendenzialmente acidi.



Le funzioni, invece, sono:

- **Funzione detergente:** un buon prodotto deve essere in grado di rimuovere lo sporco e detergere in profondità, senza compromettere la fisiologia della cute;

- **Funzione nutritiva:** oltre che pulire, lo shampoo deve ricostruire il film idrolipidico lavato via con lo sporco, utilizzando agenti emollienti e condizionanti che nutrano e ricostruiscano la protezione del capello.

## Come scegliere lo shampoo giusto

Per scegliere lo shampoo giusto bisogna prendere in considerazione questi fattori:

- **La lunghezza dei capelli:** per capelli corti e normali, può andare bene anche un docciashampoo; se sono più lunghi, invece, conviene utilizzare uno shampoo per rinforzare i capelli, perché la lunghezza può renderli più deboli;
- **Lo spessore dei capelli:** con i capelli fini, serve un prodotto rinforzante e ricco di sostanze nutritive per evitare che si spezzino;
- **Il tipo di capello:** esistono prodotti specifici per capelli lisci, ricci, crespi o mossi;
- **Frequenza di lavaggio:** se si lavano spesso, meglio utilizzare uno shampoo delicato;
- **Altre caratteristiche:** se si hanno capelli secchi, grassi, colorati o con forfora, vanno considerati gli shampoo specifici per ciascuna situazione.

## Tipi di shampoo

Dopo aver fatto le considerazioni iniziali, per non scegliere lo shampoo sbagliato occorre conoscere tutti i tipi di shampoo e individuare quello più adatto alle caratteristiche dei propri capelli.

### Shampoo per capelli normali

È l'ideale per chi non ha particolari problemi. Un normale shampoo deve essere in grado di pulire a fondo il cuoio capelluto, senza irritarlo.

### Shampoo per capelli grassi

Con un'eccessiva produzione di sebo, i capelli appaiono "unti" e appesantiti e si possono avvertire pruriti e fastidi. Il migliore shampoo per capelli grassi è quello privo di emollienti e composto da estratti vegetali astringenti per la ghiandola sebacea e sostanze antiseborroiche, per ridurre il sebo senza alterare la fisiologia del cuoio capelluto.

### Shampoo per capelli secchi

I capelli secchi diventano fragili e tendono a spezzarsi. La secchezza può essere dovuta a una bassa produzione di sebo oppure ad agenti esterni, come il sole o le tinte frequenti. Il miglior shampoo

per capelli secchi è quello ricco di agenti idratanti e rigeneranti che possano ricostituire il capello e farlo tornare morbido, elastico e brillante.

### **Shampoo per capelli misti**

I capelli misti sono quelli che risultano grassi all'attaccatura e secchi sulle punte. In questo caso lo shampoo migliore è quello per capelli grassi, per eliminare il sebo in eccesso; insieme a questo prodotto, però, bisogna curare le punte con delle maschere per capelli o con delle creme ricostituenti.

### **Shampoo antiforfora**

Quando si ha la forfora e dunque un eccessivo ricambio di cellule epiteliali morte con conseguente irritazione, occorre usare uno shampoo antiforfora, in grado di ridurre la desquamazione con sostanze battericide e agenti emollienti, e di attenuare il prurito con agenti antifungini nel caso in cui la forfora sia causata da un fungo, senza alterare lo stato della cute.

### **Shampoo per capelli colorati**

Con il tempo le tinte tendono a sfibrare i capelli: in questi casi è bene utilizzare uno shampoo per capelli colorati, ricco di agenti ricostituenti ed emollienti, necessari per ripristinare la struttura del capello e renderlo di nuovo morbido e idratato. Per evitare le tinte, esistono anche gli shampoo per coprire i capelli bianchi o gli shampoo per schiarire i capelli e colorarli in modo meno aggressivo.

### **Shampoo per la caduta dei capelli**

Se si verifica una caduta eccessiva dei capelli, è possibile contrastarla con uno shampoo specifico antinvecchiamento, ricco di sostanze nutritive e principi attivi rinforzanti.

Dopo aver individuato quale shampoo usare, ricorda di cambiarlo subito se non ottieni i risultati desiderati e di utilizzare periodicamente anche altri prodotti, come maschere o balsami che possano contribuire alla salute e alla cura dei tuoi capelli.