

[PELO



*Body negro con plumas,
PATRIZIA PEPE.
(Ver guía de tiendas)*

Distribuido para prensa@leclan.es * Este artículo no puede distribuirse sin el consentimiento expreso del dueño de los derechos de autor.

Pelazo largo y con cuerpo

EL 70 POR CIENTO DE LAS *MILLENNIALS* TIENE EL PELO LARGO Y ASEGURA QUE ES SU PRIORIDAD DE BELLEZA N° 1. PERO, TAMBIÉN SU PUNTO DÉBIL PORQUE, CON LOS CENTÍMETROS, HACEN APARICIÓN LAS **PUNTAS ABIERTAS, LA ROTURA Y EL AFINAMIENTO**. LOS EXPERTOS OFRECEN LOS ÚLTIMOS CUIDADOS Y 3 LOOKS QUE LE VAN.

Escribe: CLARA SÁNCHEZ DE RON Fotos: ANTONIO TERRÓN Realiza: GABRIELLA NAEVE

CON FLEQUILLO

MELENA EFECTO "LANA":

Preparamos el cabello con *spray* de volumen y secamos con el secador o difusor para conseguir el máximo volumen. Luego, cardamos desde la raíz con un producto texturizante en seco y le damos ese aire encrespado a la melena.

Vaqueros, LEVI'S.



COLETA “BOMBILLA”

RETROFUTURISTA:

Tras aplicar una espuma de volumen en el cabello, eliminamos la humedad y marcamos con las tenacillas. Cepillamos y cardamos la melena desde la raíz con un toque de laca.

Luego, recogemos el pelo en una coleta baja que sujetamos en la base de la nuca y cuyo coletero escondemos con un mechón.

**Top de raso, ZARA.
(Ver guía de tiendas)**

o hay más que echar un vistazo a las *instagramers top* para darse cuenta de que el pelo largo es “objeto *beauty* de deseo” para todas ellas (y, también, de sus seguidores). Pero viniendo del furor *bob* y *midí*, conseguirlo no resulta tarea fácil. Aunque varía en cada persona, de media el pelo crece algunos milímetros al día, un centímetro al mes y cerca de 15 centímetros al año. Tenlo claro: para lucir la melena de las *millennial* tendrás que renunciar a un corte de puntas en varios meses y aprender nuevos hábitos de cuidado específicos para pelo largo. Algo fácil gracias al *boom* de productos para el cuidado de melenas XXL que estamos viviendo: champús, mascarillas y sérums con activos como la queratina, las proteínas, la biotina y otros oligoelementos que te ayudan a mantenerlo sano. Además de tratamientos capilares en peluquerías que tienen el efecto corte sin moverte del lavacabezas.

Y no serás la única: en España el 47 por ciento de las mujeres tienen un pelo de longitud media o larga, según un estudio de Kérastase. Una tendencia que se refleja sobre todo en las redes sociales, donde ha habido más de 30 millones de búsquedas sobre este tema, 1,5 millones de videos en **Youtube** y más de 20 millones de *posts* en Instagram. Aunque es evidente que la generación *millennial* le ha devuelto el protagonismo (el 70 por ciento de las chicas de entre 25 y 35 años ya tiene el pelo largo y es su prioridad de belleza, según **Kérastase**), la revolución se ha desatado en las redes, donde el cuidado de cabello genera más de 2.2k de conversaciones públicas y espontáneas, según el estudio *Cuidado capilar en el entorno digital* de **Stanpa** (Asociación Nacional

de Perfumería y Cosmética). Las palabras más buscadas por las internautas serían “**cuidado de las puntas; vitaminas; volumen y nutrición del cabello**”.

Además, y según el mismo informe, “sobre los tratamientos específicos en peluquerías, las usuarias quieren tratar temas como el volumen o el brillo o cómo proteger el cabello, lo que supone un 25 por ciento de las conversaciones totales en torno a los tratamientos”.

Algo que alcanza también a las que superan la treintena, ya que “es una tendencia que abarca a la mayoría de las mujeres sin importar la edad, por la versatilidad de peinados que te permite hacer”, nos cuenta **Marina Allegue**, del salón **Marina Allegue** de Ferrol.

¿POR QUÉ ES MÁS FINO EN LAS PUNTAS?

El pelo largo exige cuidados extra para lucirlo sano y bonito pero, sin embargo, no es tan fácil mantenerlo en las mismas condiciones a lo largo de la vida. Con el paso del tiempo se nota la rotura capilar y la falta de densidad, problemas que aparecen también con los cambios hormonales y los partos.

Como dato, el 68 por ciento de las madres consideran que su pelo se afina después del embarazo por lo que a veces, se ven obligadas a apostar por un corte aunque muchas de ellas lo hubieran mantenido largo. Una de las razones es que las puntas pierden ceramidas y eso hace que se abran y la melena se vea dañada. Según un estudio de Kérastase, el 46 por ciento de las mujeres españolas entre 35 y 45 años considera que su cabello se vuelve más fino en las puntas, por lo que serían imprescindibles tratamientos para cuidarlas y mimarlas en profundidad. El dermatólogo y tricólogo **Sergio Vañó**, director de la **Unidad de Alopecia del Hospital Ramón y Cajal**, nos cuenta que “sería recomendable cortarlas cada cuatro a seis semanas”.

Y, por supuesto, añadir rituales como el lavado y el acondicionado capilar con productos específicos para cada tipo de melena, como “serums en aceites para conseguir un sellado perfecto que incluso ayudan a prevenir las puntas abiertas”, nos cuenta Marina Allegue.

Además, hay más razones que provocan que el pelo largo se dañe, como el exceso de calor. los fuertes cambios de temperatura y las sucesivas coloraciones, que pueden provocar la rotura de enlaces haciendo que la melena se resienta y se vuelva más quebradiza, apagada y áspera.

BUEN CEPILLADO Y UN EXTRA DE HIDRATACIÓN

El cabello largo necesita más atención que el corto. “Debemos cepillarlo a diario e hidratarlo constantemente, tanto cada vez que lo lavemos como en seco, aportándole un extra de nutrición con fórmulas como aceites, sérums, mascarillas y, por supuesto, aclarando con agua fría si es posible para estimular la circulación”, apunta **Inma García**, responsable del salón **Menta Beauty** de Madrid.

Y, por supuesto, hay que tener en cuenta que las necesidades capilares para el pelo largo dependen del tipo de melena, pero sí hay unos hábitos cosméticos correctos que hay que cumplir. Según el doctor **Sergio Vañó** lo ideal es “lavarlo tres días a la semana, utilizando un acondicionador y, en casos de pelo muy seco o dañado, reforzar con mascarillas o sérums para hidratarlo, además de protectores térmicos en caso de usar secador o planchas”.

MÁS VOLUMEN POR FAVOR

Lo hemos visto en el desfile de Miu Miu: esas melenas cardadas con efecto ovillo de lana, largas y con mucho volumen. Algo que sirve de inspiración para lo que luego se traduce en un pelo con

LA FÓRMULA MÁGICA

Una vez al mes, conviene reforzar con un tratamiento específico en la peluquería. Nos gustan:

Resistance, de Kérastase.

Es un auténtico baño de fuerza para las melenas largas y debilitadas, frágiles y sin volumen. El ritual comienza con un champú con masaje y un baño *Therapiste* para aportar fibra y textura. Después, sobre pelo húmedo pero secado con toalla, se aplica la mascarilla durante 15 minutos con papel osmótico y calor para que penetre en profundidad. Se aclara y después se aplica el sérum bifásico de *Therapiste* que aporta cuerpo y volumen a la fibra

pero sólo de medios a puntas, nunca en la raíz.

Precio: 35 euros. **Dónde:** Yolanda Aberasturi (Bilbao). yolandaaberasturi.com.

Fulldensity, de Biolage.

Se trata de un novedoso tratamiento que ayuda a incrementar la densidad capilar, prometiendo 1.000 cabellos más en tan sólo 3 meses. En él se incluye una loción cuya molécula estemoxidina es un ingrediente activo que despierta los cabellos en fase de inactividad y mejora su densidad.

Precio: 35 euros. **Dónde:** David Künzle Madrid. davidkunzle.com

SUELTA AL VIENTO

TEXTURA SURFERA:
Sobre el pelo mojado, aplicamos un *spray* de agua de sal. Después secamos con el difusor y aplicamos producto para lograr una mayor textura de medios a puntas. Luego, trabajamos la melena con plancha para que tenga ondulación y efecto surfero a todo volumen.

*Body negro con plumas, PATRIZIA PEPE, Vaqueros, LEVI'S.
(Ver guía de tiendas)*

cuerpo en la calle. Lograrlo es posible siempre que incluyas productos para ello aplicados desde la raíz.

Si hablamos de lograr mayor densidad, lo primero que tendríamos que analizar es si la persona tiene algún problema de alopecia (pérdida de densidad que produce que claree la piel del cuero cabelludo). Si es así, requiere un diagnóstico médico del problema y un tratamiento. En personas sin alopecia, se puede intentar incrementar la densidad con algunos tratamientos cosméticos como champús, nutricosméticos o microfibras capilares.

“En los casos en los que existe alope-

cia androgénica (ocasionada por causas genéticas), existen terapias muy efectivas para mejorar la densidad, como el minoxidil, antiandrógenos, microinyecciones de dutasterida, plasma rico en plaquetas...”, apunta **Vañó**.

Sin embargo, sin alopecia, no hay ningún activo que demuestre ser realmente efectivo para engrosar el pelo, “aunque sí se notan mejoras con ingredientes como la *serenoa repens* o las semillas de calabaza”, apunta el experto.

Y, en cuanto a estrategias en salón, el experto **Eduardo Sánchez**, de la **Maison Eduardo Sánchez**, recomienda “los barros o la *henna* neutra que aportan más

brillo y grosor a los cabellos más finos” como truco para dar más cuerpo. Pero también se puede lograr con buenos gestos de styling o cortes que dan textura a la melena. “Es conveniente utilizar un producto que podamos aplicar en la raíz para despegarla y facilitar el movimiento del pelo y, por supuesto, elegir peinados como los *brushing*, recogidos con volumen y cortes sin capas para conseguir una mayor densidad”, concluye Sánchez. **I**

Maquillaje y peluquería: *Manu Fernández* y *José Belmonte (COOL)* para *Biolage*, *Kérastase* y *L'Oréal Professionnel*.

Todos suman



FLEQUILLO XXL

1. *Raw Nourish Shampoo* (23 €). 2. *Raw Nourish Conditioner* (25,50 €). Con aceite de coco y arcilla de caolín para un pelo brillante. 3. *Frizz Control Styling Spray*. Con lavanda para controlar el encrespamiento del cabello (18,95 €). 4. *Texturizing Styling Spray* (18,95 €), con té matcha para facilitar el peinado. 5. *Heat Styling Primer* (22 €), protector térmico ideal para proteger el pelo del calor hasta los 215 grados. Todo, **Biolage**. 6. *Cepillo*, **Shu Uemura**.



COLETA "BOMBILLA"

1. Champú *Bain Micelaire Riche* (23 €). Actúa como escudo anticontaminación capilar. 2. *Soin Fondamental* (34,60 €) para una nutrición intensa y antiencrespamiento del cabello. 3. *Eau de Vagues* (27 €). Una bruma para crear textura surfera en tu melena y de protección térmica contra el calor. 4. *Essence d'Éclat* (39,50 €). Control antiencrespamiento de larga duración. Todo, **Kérastase**. 5. Peine, **Shu Uemura**.



MELENA SUELTA

1. Acondicionador *Smartbond* (34,95 €). Protege y refuerza los cabellos coloreados. 2. Champú *Vitamins Color* (15,30 €). 3. Inoa sistema de coloración sin amoníaco que se realiza en peluquería (precio según salón). 4. Aceite *Mythic Oil* (29,95 €). 5. Plancha para el pelo *Steampod* (235 €). Con tecnología de vapor y de pro-Keratina. Todo, **L'Oréal Professionnel**.