

Comment favoriser la beauté de ses cheveux ?

Publié le 18/10/2021

|

2 minutes de lecture

|

Écrit par [Laboratoire LESCUYER](#)

[Télécharger en PDF](#) [Imprimer](#)

[Partager Facebook](#) [Pinterest](#) [Twitter](#)

Comment favoriser la beauté des cheveux

Il est tout à fait naturel de perdre une certaine quantité de cheveux au quotidien, allant entre 50 et 100 cheveux par jour. Certaines périodes peuvent altérer la force des cheveux. Les changements de saison, par exemple, sont propices à une perte plus importante. Un [complément alimentaire pour cheveux](#) permet de les soutenir et de les entretenir de l'intérieur.

Le cycle de pousse des cheveux

La croissance et la mort du cheveu suivent un cycle bien précis. Le cheveu est produit par un follicule pileux, qui transforme la kératine pour donner soit un poil, soit un cheveu. On appelle ce processus la kératinisation. La pousse d'un cheveu suit trois phases distinctes :

- La **phase anagène** : correspond à une forte division cellulaire, c'est la période de croissance la plus longue (la fibre capillaire se développe)
- La **phase catagène** : la croissance est au ralenti, cette phase dure 3 à 4 semaines
- La **phase télogène** : le cheveu meurt puis est expulsé. Un nouveau follicule pileux prend alors sa place.

La prise d'un [complément alimentaire](#), spécialement formulé pour booster la pousse des cheveux, permet de donner tous les éléments nécessaires aux follicules pileux. Parmi ces éléments on retrouve le [zinc](#) qui participe à la beauté des phanères (cheveux, ongles, etc.) ou encore les précurseurs de la kératine comme la [cystine](#) et le [calcium](#).

Bien préparer la pousse des cheveux pour les renforcer

Des cheveux plus forts, et donc plus beaux, s'obtiennent principalement de l'intérieur. En effet le follicule pileux qui produit le cheveu nécessite des éléments favorisant la bonne kératinisation. En offrant aux follicules pileux une source de calcium, de cystine et de méthionine, on favorise la production d'une kératine plus robuste. Des cheveux plus robustes sont alors produits en phase anagène, participant à les rendre moins sensibles à la casse et aux chutes saisonnières.

La prise d'un complément alimentaire riche en cuivre est un moyen naturel de favoriser la beauté et la santé de sa masse capillaire. En effet, cet élément est reconnu pour contribuer à la pigmentation des cheveux. Une cure de quelques mois permet de donner un « coup de boost » à vos cheveux en préparant au mieux leur croissance.

L'ongle, un tissu vivant qui en dit long sur votre santé

Lire l'article : [Pour préserver la bonne santé de vos ongles](#)

Capivit

89% of 100

[Voir les 314 avis clients](#)

Des actifs spécifiques pour la santé et à la beauté de vos phanères

Partager cette page par e-mail

Votre prénom

Votre nom

Envoyer à

Message

Envoyer un email

Partager

Laboratoire LESCUYER
EXPERT EN MICRONUTRITION

Notre équipe médico-scientifique est composée de Docteurs es science, Pharmacien, Naturopathe, ingénieurs...

Ces articles pourraient vous intéresser