

# Henné – Tutti i consigli per colorare i capelli in modo naturale



## Che cos'è l'henné?

La pianta di **henné** (*Lawsonia inermis*) è un arbusto spinoso dal quale è possibile ricavare una polvere giallo-verdastra, comunemente utilizzata come colorante, attraverso l'essiccazione e macinazione di foglie e rami.

## A cosa serve?

La polvere di henné viene utilizzata, soprattutto in India e Africa, per tatuaggi temporanei (*mehndi*) e come tinta naturale per capelli.

## **È del tutto naturale?**

Dovrebbe esserlo ma, se la qualità dell'henné è scadente, viene spesso aggiunta una piccola quantità di picramato (colorante sintetico). È consigliabile, quindi, controllare sempre gli ingredienti.

## **Esiste di vari colore?**

No, dalla *Lawsonia inermis* si può ottenere una tinta di colore rosso. Quelli che convenzionalmente vengono chiamati "henné biondo, henné nero, henné neutro..." sono, in realtà, ottenuti dalla miscela di varie piante. Inoltre, la tonalità di rosso ottenuta dipende dal colore della base dei capelli.



**Perché sostituirlo alle tinte chimiche tradizionali?**

L'henné non solo tinge i capelli, ma **procura anche vari benefici a differenza** delle tinte chimiche comunemente utilizzate che rovinano la chioma. Dona un colore molto naturale, rende i capelli più forti, più spessi, più morbidi e luminosi, può coprire anche capelli bianchi e grigi, non rovina, non è necessaria la decolorazione, è poco costoso...

### **Può essere utilizzato su tutti i tipi di capelli?**

A differenza delle tinte chimiche, l'henné non penetra nel capello ma lo avvolge e si stratifica con le varie applicazioni, diventando più scuro. Quindi, il colore ottenuto dipende soprattutto dalla base di partenza dei capelli, più chiari sono più sarà facile ottenere un risultato evidente. Non è possibile ottenere un colore più chiaro del proprio, quindi, su capelli molto scuri i risultati saranno quasi (se non del tutto) nulli. Per quanto riguarda i capelli sottoposti a precedenti tinte chimiche, è consigliabile aspettare un mese prima dell'applicazione per evitare effetti indesiderati (se il mix scelto è del tutto naturale, non dovrebbero verificarsi problemi).

### **Dove si trova?**

Si può trovare facilmente in erboristeria o su internet.

### **Come si utilizza?**

L'henné deve assumere un consistenza in grado di essere stesa sui capelli, con l'aggiunta di elementi liquidi o cremosi. Dopo la preparazione è necessario lasciarlo in un contenitore ad ossidare, in questo modo la polvere rilascerà il colore necessario per tingere i capelli. Una volta ossidato va applicato sui capelli e lasciato in posa. (Il tutto è spiegato

nei particolari qui sotto)

Scegliere una tintura a base di henné è una decisione coraggiosa: il colore che ne verrà fuori è un mistero e la colorazione è molto duratura (circa tre mesi), inoltre preparazione e applicazione richiedono un po' di tempo. Purtroppo, le soluzioni naturali sono spesso le più difficili! Posso dirvi, però, che la mia esperienza a riguardo è stata (e continua ad essere) più che positiva. Io ho applicato l'henné su una base biondo cenere, il risultato è stato da subito molto evidente. Con la prima applicazione ho ottenuta un rosso molto aranciato, ma già dalla seconda il colore ha iniziato a diventare più scuro, assumendo una tonalità rosso mogano.

### **Preparazione:**

*N.B. non utilizzare oggetti di metallo, l'henné potrebbe contenere componenti metallici che a contatto con utensili di tale materiale potrebbero comportare strani effetti.*

La quantità di polvere necessaria varia in base alla lunghezza dei capelli, i miei sono molto lunghi e ho acquistato in erboristeria due bustine da 150g ciascuna di henné rosso, al prezzo totale di sette euro.

La ricetta da utilizzare diventa soggettiva con il passare del tempo, non ci sono quantità specifiche da seguire, vi consiglierei di non rendere il composto troppo liquido per evitare che coli durante la posa. Alcuni sostengono che per tingere, il composto debba contenere una componente acida (succo di limone, aceto, yogurt), ma alcuni studi confermano il contrario. Io ho ottenuto ottimi



risultati sia aggiungendo molto limone, sia utilizzando quasi solo acqua.

Dopo aver messo la polvere in una ciotola di plastica, aggiungo gradualmente (lentamente per evitare la formazione di grumi) il succo di due-tre limoni, un infuso (di solito al karkadè) e acqua calda (non bollente), mescolando con un cucchiaino di legno. Aggiungo acqua finché il composto non ha assunto una consistenza cremosa simile allo yogurt. L'henné tende a seccare i capelli, quindi, è possibile aggiungere ingredienti che possano nutrire i capelli come lo yogurt, è sconsigliato per chi ha problemi di forfora. Io mi limito ad utilizzare una maschera o un po' di balsamo nei successivi lavaggi post-applicazione.

L'aggiunta di curcuma dovrebbe donare riflessi più chiari, così come il limone. Il solo utilizzo di acqua dovrebbe garantire una tonalità rosso più fredda...in realtà, dipende tutto dal tipo di capelli su cui avviene l'applicazione e soprattutto dall'esperienza personale. Nel caso in cui avete preparato il composto e non volete applicarlo subito, potete anche congelarlo (si dice che scongelandolo rilasci più colore).

### **Ossidazione:**

Affinché il composto rilasci colore è necessario che ossidi in un contenitore ricoperto da pellicola. Per capire se l'henné è di ottima qualità si può applicare una piccola quantità di composto sul dito, tenerlo per una decina di secondi e vedere se ha colorato la pelle di arancione. Alcuni henné rilasciano il colore più velocemente di altri, dipende dalla qualità e anche dalla temperatura esterna. Io di solito lascio ossidare per tutta la

notte e applico il giorno seguente.

### **Applicazione:**

Va applicato sui capelli puliti o almeno non troppo sporchi, l'unto impedisce all'henné di agire con facilità. Io, di solito, li lavo un giorno prima e lo applico sui capelli asciutti (con i capelli umidi l'applicazione sarà più difficile).

Vi consiglio, almeno per le prime volte, di chiedere un aiuto a qualcuno per l'applicazione. Fate attenzione a quello che indossate e a dove vi trovate, l'henné macchia facilmente, è consigliabile proteggere gli indumenti e le superfici vicini con vecchi stracci o giornali. Importante è soprattutto l'utilizzo di guanti. Il composto va steso prima sulle radici, io utilizzo un pennello, e poi sulle lunghezze. Poi massaggio cute e capelli con l'aiuto dei guanti per assicurarmi di non aver lasciato nessuna zona priva di henné. Avvolgo i capelli su se stessi e li ricopro di pellicola (la chioma non deve essere esposta all'aria altrimenti il composto si secca e non tinge). Infine pulisco tutte le zone del viso sporche per evitare che si colorino (fate attenzione soprattutto a collo, orecchie e fronte).

### **Posa:**

Per assicurare che tinga, è necessario lasciarlo in posa sui capelli avvolti dalla pellicola. Anche in questo caso, dipende tutto dal colore di partenza e dalla qualità dell'henné. È consigliabile tenerlo in posa minimo 2 ore (c'è chi lo tiene anche tutta la notte). Per questo bisogna evitare rendere il composto troppo liquido, altrimenti tenderà a colare e renderà impossibile la posa.

### **Lavaggio:**

sconsiglio l'utilizzo di shampoo poiché fa scaricare da subito il colore e l'henné tende a pulire i capelli soprattutto se non erano sporchi prima dell'applicazione. Sciacquate bene il composto e non preoccupatevi nei successivi lavaggi se l'acqua sarà arancione, sono piccole quantità di composto rimaste nei capelli. Anche in questo caso, almeno nel primo risciacquo, utilizzate un panno vecchio per i capelli perché potrebbe tingersi. Se non siete soddisfatti del colore, vi consiglio di aspettare circa tre giorni prima di esercitare qualunque cambiamento, perché il colore tenderà a scaricarsi.



**Iscriviti al Gruppo Facebook  
Natureat Ricette Vegane**

