

# Shampooing solide : tout sur son utilisation, sa conservation et ses recettes

PUBLIE LE 18 NOVEMBRE 2019



Zéro déchet, biologique, écologique, adapté aux cheveux gras comme aux cheveux secs... Dernier né de la slow cosmétique, le shampooing solide fait de plus en plus d'adeptes ! Que se cache-t-il vraiment derrière cet objet compact et coloré, qui semble si loin du shampooing traditionnel ? Pharmasimple fait le point !

## Le shampooing solide, c'est quoi ? Quelles sont ses différences avec le shampooing liquide ?

Le **shampooing**, vous connaissez, bien sûr. Ce produit cosmétique habituellement présenté dans des flacons de plastique est un incontournable de la salle de bain. Pourtant, il connaît des détracteurs, qui dénoncent certains composants controversés, une action parfois un peu trop décapante et des conditionnements loin d'être écologiques... En réaction, les adeptes d'un mode de vie plus vert ont trouvé la parade : le shampooing solide ! Semblable à un pain de savon, ce shampooing présente un aspect compact, une grande variété de formes, de coloris, ainsi que de nombreux avantages.

## Les avantages du shampooing solide : un choix écologique, économique... Et cosmétique !

Le shampooing solide, c'est la nouvelle tendance éco-responsable que l'on trouve dans de nombreux magasins en vrac et boutiques bio. Ses avantages ?

- Il nécessite beaucoup moins d'emballage que les shampooings liquides, voire pas d'emballage du tout. Un bon point pour les partisans du « zéro déchet » !
- Il est éco, car habituellement composé d'un nombre réduit d'ingrédients, issus de la nature et en grande partie, de l'agriculture biologique.
- Il est "hair-friendly", grâce à une composition respectueuse du cheveu, qui va à l'essentiel.
- Il est économique: si son prix d'achat peut être légèrement plus élevé qu'un shampooing liquide, il dure en général deux fois plus longtemps !
- Il est facile à stocker et à conserver: souvent doté d'un trou en son centre, il s'accroche facilement dans la douche, ou se pose simplement sur un porte-savon.
- Son format compact permet de l'emporter en voyage ultra-facilement: on l'emme dans sa cabine de l'avion ou on le range dans son sac en trek, sans risque de catastrophe !

Enfin, pour couronner le tout, le shampooing solide présente souvent une grande variété de formes et de couleurs. Cannellé gourmand, fleur odorante, oursin mignon pour les plus jeunes... On craque pour son originalité et ses nombreux aspects pratiques !



- Le **Shampooing solide L'amarone au chocolat** prend soin de cheveux normaux tout en y déposant un délicieux parfum gourmand. Sans huile essentielle, ce shampooing solide peut être utilisé sur les enfants, pendant la grossesse et l'allaitement.
- Le **Shampooing solide Ma Provence** pour cheveux normaux fait appel à l'argile jaune, au beurre de karité et à la glycérine bio pour laisser les cheveux propres et doux.

## À l'aloë vera, à la coco, au rhassoul... Quel shampooing solide choisir ?

Vous hésitez face à la grande variété de formules disponibles ? Pour choisir votre shampooing solide, faites la même démarche que pour un shampooing classique. Choisissez-le en fonction de votre nature de cheveux, de sa fréquence d'utilisation et bien sûr... de vos parfums favoris ! Si le shampooing solide que vous convoitez n'est pas clairement estampillé « cheveux secs » ou « cheveux gras », voici quelques indications qui vous aideront à opter pour la bonne formulation :

- Un **shampooing solide pour cheveux secs** sera souvent composé d'une huile ou d'un beurre végétal aux propriétés nourrissantes (coco, karité...) ainsi que de sératine d'origine végétale (ou phytolératine).
- Un **shampooing solide anti-pelliculaires** apportera des actifs destinés à équilibrer le pH du cuir chevelu (comme de l'argile blanche) et à le soulager (calendula, camomille...).
- Un **shampooing solide pour cheveux gras** comptera dans sa composition de l'argile verte, du rhassoul, des huiles essentielles (citron, tea tree)...
- Un **shampooing solide pour cheveux colorés** optera pour des actifs adoucissants et apaisants, comme le calendula, la camomille ou l'ortie, reminéralisants. Il pourra également compter un agent anti-casse (comme le pépin de raisin).
- Un **shampooing solide pour cheveux cassants ou ternes** contiendra des actifs antioxydants (comme l'hibiscus).
- Un **shampooing solide pour enfants** comptera des agents actifs particulièrement doux (huiles et beurres végétaux) et évitera l'utilisation d'huiles essentielles (ou comptera des huiles essentielles très douces, comme la lavande ou la fleur d'orange, en quantités adaptées).



Attention, ces indications sont données à titre général et sont loin d'être exhaustives. Shikakai, guimauve, menthe, calendula, argan, argile... Les shampooings solides sont susceptibles de renfermer mille actifs naturels et peuvent donc s'adapter à tous les types de cheveux.

## Shampooing solide : conservation et mode d'emploi

L'aspect inhabituel d'un shampooing solide peut entraîner quelques questions quant à son mode de conservation, ou son utilisation ! Pourtant, ces deux aspects sont loin d'être compliqués à gérer.

### Utiliser un shampooing solide sans se prendre la tête

Le shampooing solide s'utilise généralement comme un savon : on le fait mousser dans les mains, ou on le frotte directement sur les longueurs. Vous pouvez démêler vos cheveux avant son application, pour faciliter l'imprégnation du produit. Massez légèrement les cheveux, le cuir chevelu... Rincez et c'est tout !

### Conservation d'un shampooing solide sans en faire un nid à bactéries

La règle d'or pour conserver son shampooing solide plus longtemps ? Le laisser sécher ! L'humidité prolongée est en effet l'ennemi numéro 1 des produits cosmétiques en général, car elle encourage la prolifération bactérienne. Pour conserver votre shampooing solide, plusieurs options s'offrent à vous :

- Le déposer sur votre porte-savon pour le laisser sécher à l'air.
- Après l'avoir soigneusement séché, l'enfermer dans une petite boîte (là-encore, une boîte à savon fera fort bien l'affaire).
- Le stocker dans un filet suspendu, un gant de toilette propre (destiné uniquement à cet usage), ou encore dans une toile propre et sèche.

Bref, aussi longtemps que vous veillez à sa fraîcheur et à l'hygiène de son environnement, le shampooing solide est très facile à conserver.

## Faire son shampooing solide maison : la recette !

Vous avez déjà testé les shampooings solides et vous avez envie de vous mettre au DIY ? Faites votre shampooing solide maison avec cette recette de base :

- Du Sodium Cocoyl Isethionate: aussi appelé tensioactif SCI, ce dérivé de coco permet de mousser sur les cheveux, mais aussi d'adoucir la texture des fibres capillaires. Comptez environ 40 grammes pour un savon de 100 grammes.
- Une poudre minérale ou végétale: argille, ortie, rhassoul... Constituant 10% de la préparation finale, cette poudre donnera à votre shampooing solide des propriétés adaptées à votre type de cheveux.
- Un agent nourrissant: sous forme de beurre ou d'huile végétale (karité, argan, ricin, avocat, cacao), cet ingrédient est destiné à apporter nutrition, protection et brillance aux longueurs. Comptez 20 à 25 grammes pour 100 grammes de préparation.
- Une base liquide: qu'il s'agisse d'eau minérale ou d'eau florale, l'eau permet de dissoudre le tensioactif SCI (qui se présente sous forme de poudre) afin de le mélanger au reste de la préparation. Elle ne doit pas dépasser 15% de votre mélange (donc, 15 grammes pour 100 grammes de savon).
- Des huiles essentielles: l'aromathérapie s'invite bien volontiers dans cette recette de shampooing naturel ! Vous pouvez bien sûr utiliser les huiles essentielles pour donner une délicieuse odeur à votre shampooing, mais aussi faire un choix malin et sélectionner une huile essentielle en fonction de votre nature de cheveux. La camomille est par exemple recommandée aux cheveux clairs ou fragiles, tandis que le tea tree est couramment utilisé sur les cheveux gras. 1 à 2 gouttes suffisent, à adapter en fonction de l'huile essentielle utilisée et de la sensibilité de chacun.

Attention, l'usage d'huiles essentielles est déconseillé si vous êtes enceinte, si vous allaitez, ou si vous destinez ce shampooing à toute la famille (y compris des enfants). Dans ce cas, il est préférable de ne pas les ajouter à votre recette.

### Votre shampooing solide en 5 étapes simples\*

Bien plus facile à faire qu'une pâtisserie (dont il pourra d'ailleurs prendre la forme, si vous avez le moule adapté), le shampooing solide se confectionne dans la cuisine, à l'aide d'ustensiles de tous les jours :

1. Faites fondre le tensioactif SCI, l'eau et l'agent nourrissant au bain marie dans un bol. Remuez et écrasez la préparation tout au long de la chauffe jusqu'à obtenir une pâte homogène qui adhère aux parois du bol.
2. Enlevez la préparation du feu et ajoutez-y les poudres et les huiles essentielles.
3. Installez ensuite votre préparation dans un moule souple en silicone (un moule à cannellé fera l'affaire, mais votre moule peut prendre toutes les formes !).
4. Laissez reposer au frais durant 2 heures, jusqu'à ce que la texture ait suffisamment durci pour être démoulée sans casse.
5. Laissez sécher votre savon à l'air libre pendant 7 jours.

Bien sûr, il s'agit ici d'une recette de base. Laissez parler votre créativité !

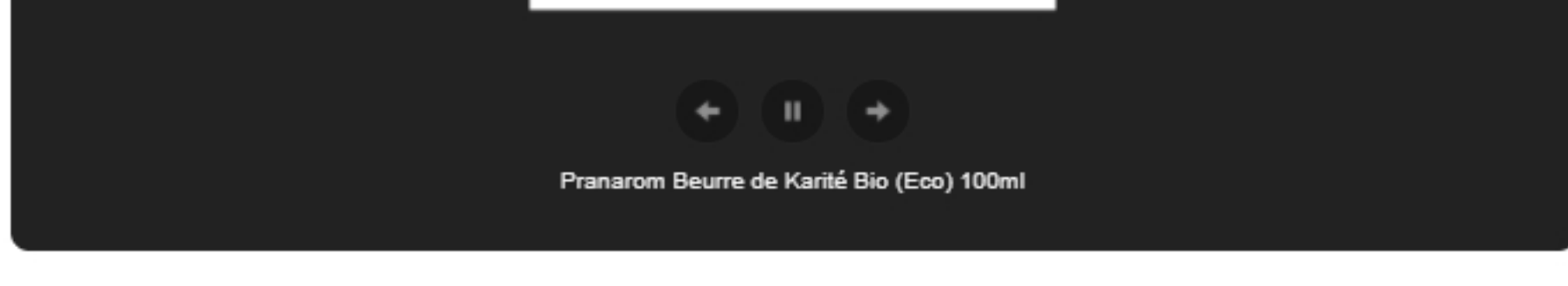
\*Source : [www.aroma-zone.com](http://www.aroma-zone.com)

## Adaptez vos ingrédients à votre type de cheveux !

Le grand avantage lorsqu'on fait ses cosmétiques soi-même, c'est la personnalisation infinie ! En fonction de vos cheveux, vous pouvez donc confectionner un véritable shampooing sur-mesure.

### Les huiles végétales

- Les cheveux normaux pourront faire appel à des huiles simplissimes: huile d'olive, huile d'argan, huile de macadamia, d'amande douce...
- Les cheveux secs opteront pour une huile particulièrement nourrissante, comme l'huile de coco, le beurre de karité, ou l'huile de ricin.
- Les cheveux gras supporteront mieux l'huile de jojoba, « sébum-like », qui imite la production naturelle de sébum de la peau et régule sa sécrétion par le cuir chevelu.



- [Pranarom Beurre de Karité Bio \(Eco\) 100ml](#)
- [Pranarom Jojoba Huile Végétale Bio 50ml](#)
- [Simplescence Huile végétale d'Zizyane Bio 30ml](#)

### Les poudres

- Les cheveux normaux et les cheveux secs pourront profiter des vertus démêlantes de la poudre de shikakai.
- Les cheveux gras se tourneront plutôt vers des poudres d'argile ou de rhassoul.



Cattier Argile Verte Ultra Ventilée 250g

### Les huiles essentielles

Optionnelles, les huiles essentielles peuvent cependant apporter un véritable « plus » aromatique à votre shampooing.

- Les cheveux normaux pourront profiter du parfum agréable de l'ylang-ylang, ou de la lavande adoucissante (et accessoirement, réputée pour être un répulsif à poux !).
- Les cheveux secs pourront également bénéficier de la douceur de l'ylang-ylang, mais aussi des vertus apaisantes de l'orange douce (petit grain bigarade).
- Les cheveux gras seront quant à eux purifiés et assainis par les huiles essentielles de citron ou de menthe verte.



- [Simplessence Huile essentielle Ylang-Ylang Bio 5ml](#)
- [Pranarom Huile Essentielle Lavande Vraie 30ml](#)
- [Simplessence Huile essentielle Petit-Grain Bigarade Bio 10ml](#)
- [Pureessence Citron bio Huile Essentielle 10ml](#)
- [Pranarom Huile Essentielle Menthe Verte 10ml](#)

## Êtes-vous prêt à entrer dans l'ère du shampooing solide ?

Et si le shampooing solide était le futur de l'hygiène capillaire ? S'il paraît aujourd'hui relativement original et est encore rare dans les étals de supermarché, ce petit frère du shampooing traditionnel fait définitivement parler de lui dans le milieu bio ! Alors, tendance d'un jour ou valeur sûre ? Seul l'avenir nous le dira. En attendant, pourquoi ne pas tester par vous-même ce nouveau mode de lavage de cheveux, à la fois green et malin ?

Découvrez une large gamme de shampooings solides, bios et naturels sur notre parapharmacie en ligne.

Nos articles les plus lus

1. BEAUTE, BESOINS, SANTE, SOIN DU CORPS. QUELLE CREME CICATRISANTE CHOISIR ET QUAND L'UTILISER ?
2. BEAUTE, SANTE, SOIN DES MAINS ET PIEDS. PIEDS SECS: TRUCS & ASTUCES POUR RETROUVER DES PIEDS TOUT DOUX
3. BEAUTE, BESOINS, SOIN DU CORPS. CICATRISATION TATOUAGE: COMMENT PRENDRE SOIN DE VOTRE NOUVEAU TATTOO ?
4. BEAUTE: SOIN DU VISAGE. CREME ANTI-ROUGEURS: LE TOP 5 DES SOINS LES PLUS EFFICACES

Inscrivez-vous à la newsletter !