



LES 5 ERREURS

qui freinent la pousse de vos cheveux

Le guide indispensable pour comprendre, préserver et révéler tout le potentiel de vos cheveux texturés.

GUIDE OFFERT PAR GANJI COSMETICS

© 2026 GANJI Cosmetics. Tous droits réservés. Ce document est protégé par le droit d'auteur et destiné à un usage personnel. Toute reproduction, distribution ou revente, totale ou partielle, est strictement interdite sans autorisation écrite préalable de GANJI Cosmetics.

Introduction

Félicitations pour avoir téléchargé ce guide et bienvenue à l'atelier de GANJI Cosmetics ! Pendant ma petite enfance, je portais mes cheveux naturels. Puis à l'adolescence, je me suis fait défriser les cheveux. Après avoir porté mes cheveux défrisés pendant 8 ans, je suis arrivée à un point où ceux-ci ne répondaient plus à aucun traitement capillaire : plus rien ne fonctionnait.

C'est en recherchant des solutions sur internet que j'ai découvert par hasard le phénomène du retour au naturel. À cette époque, ce phénomène n'en était encore qu'à ses débuts, mais il représentait pour moi une véritable opportunité. J'avais déjà essayé la plupart des solutions populaires, connues et recommandées, sans obtenir de résultats durables.

« 14 ans d'expérience, d'expérimentation au service de vos cheveux »

Depuis maintenant 14 ans, j'ai eu l'occasion d'expérimenter énormément de méthodes, de routines et d'astuces, et d'en identifier les plus pertinentes et les plus efficaces. Poussée par la passion, mais aussi par l'envie de transmettre mes connaissances à ma descendance, j'ai approfondi mes recherches sur le sujet à travers des lectures, des documents, des forums, des conférences, et bien sûr l'expérience personnelle.

Mon parcours capillaire et les échanges avec les femmes de mon entourage que j'ai eu à conseiller m'ont permis d'identifier 5 erreurs qui empêchent beaucoup de femmes de profiter de tout leur potentiel capillaire.

D É C O U V R O N S E N S E M B L E

01

Coiffure trop serrée

Il existe de multiples coiffures très belles pour les cheveux dits texturés : tresses avec ou sans rajout, tresses à 2 ou 3 brins, chignons, nattes, etc.



La versatilité de nos cheveux texturés : une richesse à préserver

Cette versatilité de nos cheveux est l'un de ses avantages, une richesse. Nous pouvons tester de nombreux styles, en fonction de nos humeurs, de notre état, de nos envies, de notre étape de vie. Cependant, sans précautions, cet

avantage peut devenir un désavantage. Le mythe selon lequel une tresse doit être serrée à la racine pour tenir longtemps est à l'origine de cette erreur que beaucoup continuent de faire.

Les coiffures trop serrées peuvent avoir des conséquences importantes sur la santé des cheveux et du cuir chevelu. Lorsqu'une coiffure exerce une tension excessive pendant plusieurs jours, ou de manière répétée, les follicules pileux s'affaiblissent progressivement.



Coiffure trop serrée



Coiffure trop serrée

Cela entraîne des chutes de cheveux appelées alopecie de traction, qui touchent particulièrement les tempes et le contour frontal. Au début, cette chute est souvent réversible, mais lorsque les tractions durent pendant des années, les follicules peuvent être endommagés définitivement. Les cheveux subissent des tensions mécaniques constantes, ce qui peut provoquer des douleurs, des rougeurs, des démangeaisons ou l'apparition de petits boutons.

Le conseil GANJI

- ◆ Une coiffure n'a pas besoin d'être trop serrée pour tenir longtemps.
- ◆ Vérifiez-le systématiquement à chaque coiffure.
- ◆ Répétez-le à votre coiffeuse : c'est extrêmement important.

02

Tresses trop fines ou trop lourdes

Lorsque vous vous faites des tresses, celles-ci ne doivent pas être trop fines : évitez de prendre une section trop petite de cheveux pour réaliser la tresse. Les tresses trop fines sont difficiles à défaire, et les nœuds y sont difficiles à identifier. Tout cela occasionne de la casse.



Trouver le juste équilibre dans l'épaisseur des tresses

Évitez également les tresses trop lourdes, c'est-à-dire avec une grande quantité de rajout. Celles-ci exercent une forte tension sur les cheveux ainsi que sur le cuir chevelu, causant des douleurs et pouvant même arracher quelques cheveux.

« Ni trop fines, ni trop lourdes : l'équilibre avant tout »

03

Défaire ses coiffures avec trop de casse

Une fois que vous vous êtes assurée que votre coiffure a été réalisée en prenant toutes les précautions nécessaires, et que vous en avez profité plusieurs jours, voire quelques semaines, vient le moment de la défaire. Là aussi, il faut prendre des précautions et adopter de nouvelles habitudes.

Les précautions à prendre

- ♦ Ne pas utiliser de pics ou d'objets pointus pour défaire la tresse en tirant.
- ♦ Ne pas tirer sur la racine : il vaut mieux défaire petit à petit.
- ♦ Ne pas peigner à sec, juste après avoir défait.
- ♦ Être patiente et précautionneuse avec les pointes des cheveux, le bout de la tresse.

Après un long moment de tresse, vos cheveux ont besoin de soin, car tout ce que vous avez appliqué par-dessus la tresse n'a pas pénétré au cœur de celle-ci pour que tous les cheveux en bénéficient. Seul une partie de vos cheveux en ont profité. C'est donc le bon moment pour faire des soins tels que des masques hydratants, nourrissants, ou un bain d'huile, et ce avant même de faire un shampoing. Grâce à ce premier soin, vous pourrez procéder à un démêlage en toute sécurité.

04

Le découragement

Nous vivons à une époque où la publicité et le confort nous conditionnent à aimer les résultats rapides. Changer vos habitudes va vous demander du temps.

« Aimez vos cheveux, ils vous le rendront »



Soyez constante dans votre routine et laissez le temps à vos cheveux de pousser et d'évoluer. Chassez de votre esprit toutes les pensées négatives sur les cheveux texturés, avec lesquelles nous avons grandi, car elles vous feront douter, malgré le fait que vous soyez sur la bonne voie

05**Le démêlage**

Le démêlage est l'un des moments les plus importants de votre routine capillaire. C'est le moment où tous vos efforts peuvent être réduits à néant. Imaginez toute votre pousse cassée et arrachée par un mauvais démêlage.



Des outils de démêlage

Pour démêler vos cheveux, vous avez besoin d'appliquer un agent hydratant et glissant, et de choisir un outil adapté. Dans le commerce, il existe plusieurs outils de démêlage : les brosses pour cheveux texturés, les peignes à dents larges. Peu importe l'outil choisi, vous devez commencer par un démêlage aux doigts pour enlever les plus gros nœuds, puis utiliser l'outil. Divisez les cheveux en sections et démêlez chaque petite section au fur et à mesure.

À retenir

- ♦ Vous ne pourrez pas démêler vos cheveux chaque jour.
- ♦ Entre deux démêlages, évitez l'emmêlement autant que possible.
- ♦ Quelques nœuds resteront toujours : l'objectif est d'en avoir le moins possible.

POUR CONCLURE

Conclusion

Vous êtes arrivée à la fin de ce guide et vous vous demandez sûrement si vous allez pouvoir appliquer tous ces conseils. Allez-y petit à petit, un jour à la fois : ce sont de nouvelles habitudes à prendre.

« De la constance, et le temps fera le reste »

Ayez de la constance et donnez à votre chevelure le temps de profiter de tous les bienfaits que vous lui apportez, et laissez-lui le temps de pousser.



Merci de votre confiance.

© 2026 GANJI Cosmetics. Tous droits réservés.

Ce guide, incluant l'ensemble de ses textes, images et éléments graphiques, est protégé par le droit d'auteur. Toute reproduction, représentation, modification, publication ou adaptation, totale ou partielle, par quelque procédé que ce soit, sans l'autorisation écrite préalable de GANJI Cosmetics, est interdite et constitue une contrefaçon.

GANJI Cosmetics