



7 designer emergenti per Fabrica
22 oggetti d'arredo in vetro dall'Italia a Los Angeles
CONTINUA →



I'm Jennifer
La sexy star di Hunger Games
CONTINUA →



Tintin all'asta a Parigi
All'incanto tavole originali e memorabilia del fumetto di Hergé
CONTINUA →

Beauty

4 MODI PER NON DIVENTARE CALVI

I quattro migliori consigli del dermatologo e del parrucchiere per evitare la caduta dei capelli

di **Michele Mereu** 



Stagionale o continuativa, la perdita dei capelli è sicuramente uno dei tormenti estetici più sofferti dagli uomini. Diverse le cause, e le possibilità di trattamento di questa problematica che approfondiamo con i consigli di un dermatologo e di un famoso hair stylist, per non commettere errori.

La differenza tra calvizia e perdita periodica-stagionale. "Le cause della perdita dei capelli sono molteplici, la più diffusa è l'alopecia

androgenetica, ovvero la **calvizia**, che si manifesta con un iniziale diradamento ai lati delle tempie e un arretramento dell'attaccatura dei capelli", dice la Dottoressa **Magda Belmontesi**, docente in dermatologia presso la Scuola di Estetica Agorà di Milano. Questa problematica può iniziare a manifestarsi anche precocemente, all'età di 20 anni, per poi subire un assestamento intorno ai 35-40. "La causa, oltre alla familiarità, è dovuta dall'attivazione di un enzima chiamato alfa 5 reduttasi, che permette la trasformazione del testosterone (l'ormone maschile), in diidrotestosterone, il quale a sua volta provoca una riduzione di volume del bulbo pilifero, che produce sempre meno pelo, sino alla sua cicatrizzazione", continua la dermatologa.

Esistono anche altre forme di perdita di capelli, quelle periodiche-stagionali dovute allo stress psico-emotivo, o psicofisico. La perdita dei capelli al cambio di stagione ha una storia arcaica ed essendo fisiologica è del tutto normale.

Come prevenirla. "Le novità per rinforzare il capello, e aiutarlo a prevenirne la caduta, arrivano dalla medicina estetica, e si chiamano PRP ed Haircare" dice l'esperta. I **PRP** sono i fattori di crescita estratti dalle piastrine del sangue del paziente, iniettati ciclicamente nel cuoio capelluto, per stimolarlo e rinforzare i capelli (dai 300 ai 400 euro a seduta).

L'altra terapia emergente, che da un miglioramento alla consistenza del capello, è rappresentata dall'utilizzo iniettabile per biostimolazione (attraverso piccole iniezioni nel cuoio capelluto) di un prodotto chiamato **Haircare**: un mix a base di acido ialuronico e zinco (150 euro circa a seduta). "Entrambi i trattamenti non hanno controindicazioni, e sono ideali in fase preventiva. Possono anche essere utilizzati come cura di mantenimento, durante altri trattamenti specifici per la caduta dei capelli", dice la dermatologa.

Come trattarla. "La terapia per le **calvizie** possono essere fatte attraverso lozioni, direttamente sul cuoio capelluto, con prodotti a base di *Minoxidil* (attivo utilizzato inizialmente per curare l'ipertensione) che applicato localmente, nelle zone non cicatrizzate, e in maniera continuativa, stimola la ricrescita dei capelli", spiega ancora Belmontesi, e aggiunge: "Nei casi importanti di calvizie, può essere fatta anche una cura farmacologica tramite l'assunzione di del finasteride, (da assumere sotto prescrizione medica), principio attivo molto utilizzato, per inibire il famoso enzima alfa-5 reduttasi".

La perdita **periodico-stagionale** può invece essere trattata assumendo per via orale integratori a base di aminoacidi, ricchi di zolfo come cisteina, arginina, metionina, lisina, costituenti importanti per la costruzione della cheratina, proteina di cui è fatto il capello.

E poi, lavarli, asciugarli e pettinarli ogni giorno. Soprattutto quando sono deboli i capelli dell'uomo hanno bisogno di cure particolari.

Di seguito alcuni consigli di Enrico Mariotti, International Hairstylist di Pantene Pro-V, per curare i capelli fragili, e tendenti alla caduta.

1. **Lavaggio-Massaggio.** Lavate i capelli tutti i giorni, perché in questo modo si eliminano le impurità che possono danneggiare il follicolo (dove il capello nasce). Non utilizzate acqua troppo calda perché potrebbe creare fastidio alla cute, preferite quella tiepida. Quando si lavano i capelli è sempre bene fare un massaggio energetico sulla cute, con i polpastrelli, per attivare la circolazione sanguigna, e stimolare la forza dei capelli.

2. **Asciugatura.** Dopo averli lavati, asciugate bene i capelli con una salvietta di cotone, in modo da togliere l'acqua in eccesso. Questo aiuterà ad usare meno il phon, causando meno stress ai capelli.

3. **Styling.** Scegliete il prodotto giusto per voi: un gel, una schiuma o una brillantina, ma senza esagerare nelle dosi, da applicare sulle medie lunghezze e non direttamente sulla cute. Nel periodo in cui si nota una maggiore caduta dei capelli, è meglio optare per un taglio più corto, in modo da rinforzare i capelli.

4. **Fate sport.** È importante fare attività fisica, soprattutto per l'uomo stressato: 3 o 4 volte alla settimana dedicate un'ora al fitness, per allentare la tensione psichica e fisica. Lo stress e la tensione, possono infatti irrigidire la papilla germinativa del capello e ridurre la circolazione sanguigna, che porta nutrimento ai capelli, rendendoli sani.

© Riproduzione riservata

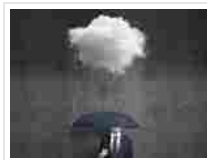
SHARE



CORRELATI



BEAUTY
Tagli e ritagli
I capelli, quest'autunno, scelgono gli estremi



BEAUTY
Fuori, d'inverno
Tre consigli e 12 prodotti per capelli a prova d'umidità



BEAUTY
Folte chiome
Nuova vita ai capelli

CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE | PRIVACY | PRIVACY | COOKIE | MAPPA DEL SITO | GRUPPO MONDADORI | PUBBLICITÀ
| SCOPRI I SITI MONDADORI ▶

© Arnoldo Mondadori Editore Spa - riproduzione riservata - P.IVA 08386600152