



# la scheda salute

## La caduta dei capelli



**I vostri capelli cadono più numerosi del solito. Attribuite la colpa all'autunno? Un fenomeno che ha diverse cause, di fronte al quale è necessario intervenire in modo tempestivo.**

### Come reagisce il corpo

Secondo il normale processo, la maggior parte dei nostri capelli cresce mentre altri, alla fine del loro ciclo di vita, cadono. Questi ultimi sono subito sostituiti da nuove crescite. Se tuttavia la vostra perdita di capelli supera i 100 al giorno, non aspettate a intervenire! Anche se un incremento nella caduta dei capelli in certi periodi dell'anno è considerato fisiologico, episodi di stress intenso, febbre alta, uno shock o addirittura un incidente possono esserne la causa. Questo disturbo, transitorio o per cause ormonali, può altresì palesarsi dopo la gravidanza o durante l'allattamento.

Quando i capelli si diradano e smettono di ricrescere si parla di alopecia androgenetica. Si tratta di un fenomeno perlopiù di tipo ereditario che può comparire fin dall'adolescenza. Il testosterone, un ormone maschile, influenza il follicolo pilifero, indebolendolo: i capelli si diradano o crescono sempre più fini e corti. Nell'uomo, più spesso soggetto a questo disturbo, questo tipo di alopecia provoca un diradamento capillare sulle tempie e sulla sommità della testa (la corona). Nella donna, il diradamento si concentra invece solo sulla sommità del capo.

La lista delle cause che provocano una caduta di capelli o una calvizie è lunga. Perlopiù, la caduta è sintomo di una malattia o di un'affezione transitoria e talvolta, di un disturbo del comportamento come la tricotillomania. In questi casi è dunque opportuno recarsi subito dal proprio medico curante.

### Cosa potete fare

- Per evitare di aggredire il vostro cuoio capelluto, utilizzate uno shampoo molto delicato, studiato per questo problema, pettinatevi con una spazzola a denti morbidi e asciugate i capelli a bassa temperatura.
- Chiedete consiglio al vostro farmacista. Se questo disturbo si rivela transitorio e di tipo ormonale, potrà consigliarvi un farmaco a base di miglio.
- All'occorrenza, chiedete a questo specialista di sottoporvi ad un'analisi del capello in laboratorio, per ottenere una valutazione di eventuali carenze di minerali o di intossicazioni da metalli pesanti. In questo caso, l'assunzione di un mix appropriato di oligoelementi consentirà di risolvere il problema.

### Il consiglioplus

Quando la caduta è definitiva e non vi è più niente da fare, è possibile comunque stimolare la riattivazione dei bulbi piliferi denominata con il minoxidil, una sostanza contenuta in diversi medicinali in vendita in farmacia senza prescrizione medica. I risultati sono convincenti, purché l'applicazione del prodotto sia effettuata con regolarità. Su prescrizione medica e solo per gli uomini è inoltre disponibile la finasteride, un farmaco che agisce sul testosterone, rallentando la caduta e stimolando la ricrescita dei capelli. Nella maggioranza dei casi i risultati concreti sono visibili dopo 6-12 mesi al massimo.

Non praticate l'automedicazione senza consultare il vostro farmacista e, se seguite un trattamento, non esitate a chiedergli consiglio.

Consultate [www.pharmacieplus.ch](http://www.pharmacieplus.ch) per prendere visione di tutte le specialità delle pharmacieplus.

