

BENESSERE**BELLEZZA***Colpi di* **TESTA**

SI CHIAMAMO "FATTORI DI CRESCITA" E SONO LA PIÙ RECENTE SCOPERTA MEDICA PER CONTRASTARE LA CADUTA DEI CAPELLI. ASSIEME A UN'ALIMENTAZIONE CORRETTA E A COSMETICI AD HOC CONCORRONO A RESTITUIRE UNA CAPIGLIATURA FORTE E SANA

di Laura D'Orsi - vetrina prodotti di Terry Catturini

Chiome spente, stoppose, più rade. Lo sanno bene le neo mamme che i loro capelli vanno incontro a questi inconvenienti. È un fenomeno del tutto fisiologico, dovuto al brusco calo degli ormoni e che fa sentire i suoi effetti circa tre mesi dopo la nascita del bambino. Prevenire il defluvium post partum (è il nome scientifico della caduta dei capelli in questa fase) non è possibile, però si può far molto per far sì che la capigliatura si riprenda in fretta. Indagare a fondo e correre ai ripari è importante perché il defluvium può talvolta innescare un'alopecia androgenetica, una caduta massiccia dovuta a un'eccessiva produzione di ormoni maschili.

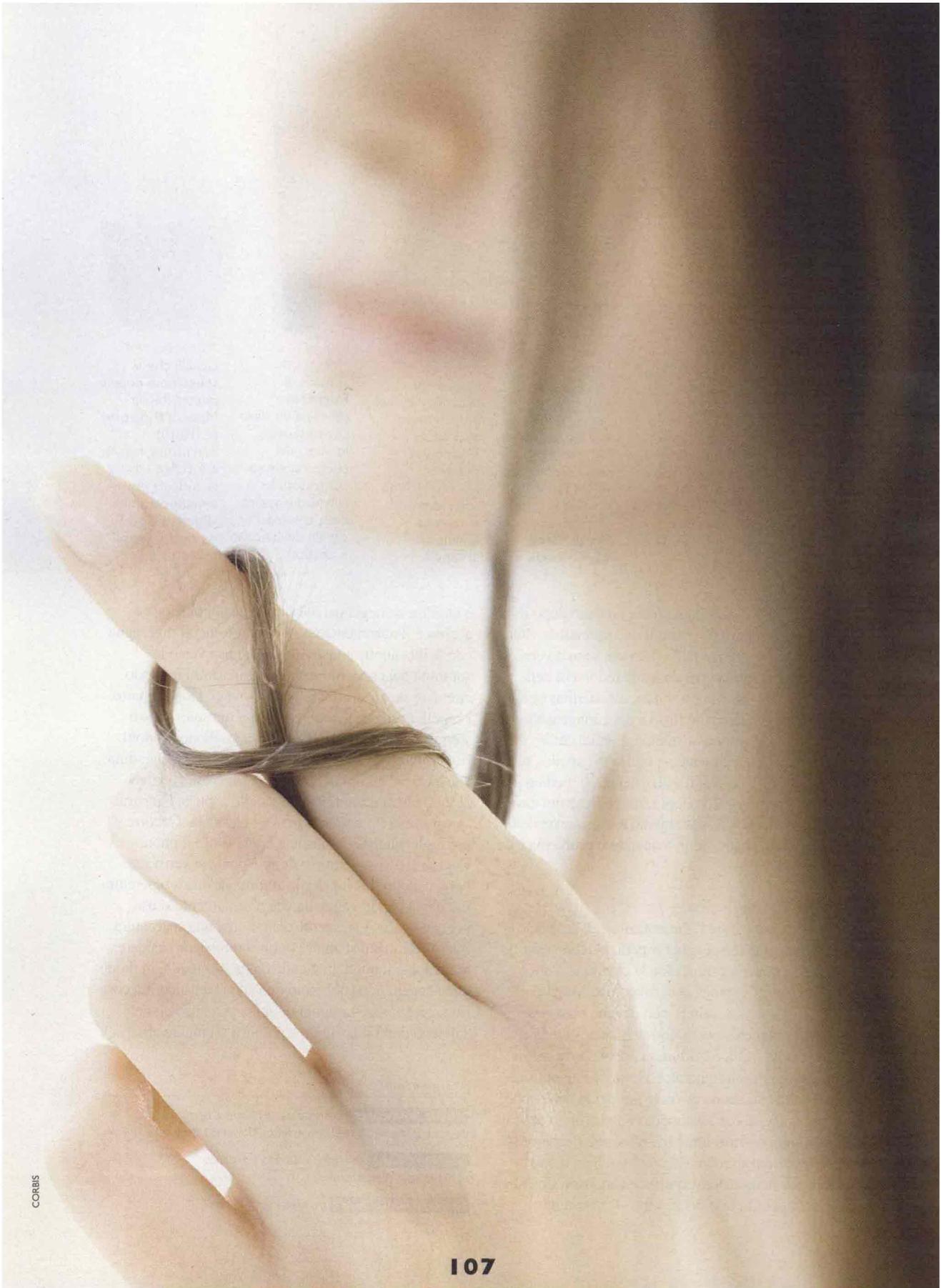
Una nuova cura per i casi più severi

"L'ultima frontiera della cura contro l'alopecia sono i fattori di crescita, particolari proteine che si estraggono dalle piastrine", spiega Roberto Castelpietra, dermatologo. "Gli studi condotti in ambito tricologico hanno messo in evidenza che, a livello del bulbo dei capelli, sono presenti dei recettori per i fattori di crescita. Si è pensato così che, per rigenerare i capelli, potesse essere utile far arrivare i fattori di crescita proprio a livello dei bulbi. E i risultati sono stati molto incoraggianti". La tecnica è semplice e indolore. Si effettua un prelievo di sangue dal paziente e lo si centrifuga per separare i globuli rossi e bianchi dal plasma, dove si trovano le piastrine. Si preleva questa componente e si aggiunge una sostanza particolare

che fa liberare i fattori di crescita. Questi vengono immediatamente iniettati nel cuoio capelluto, nelle zone più diradate con un piccolissimo ago di 4 mm. La seduta dura in genere 40 minuti e sono previsti dei "richiami" a distanza di 2-3 mesi. "Questa tecnica non ha effetti collaterali, perché le piastrine sono quelle del paziente stesso e perché non si usano farmaci. Inoltre i capelli ricrescono del colore originale. Significa che se già era presente qualche filo bianco, i nuovi fusti saranno invece della tinta naturale", spiega l'esperto. I primi risultati si possono apprezzare già dopo 3-4 settimane e proseguono nei mesi successivi. I capelli appaiono più folti, corposi e aumentano quelli in fase di crescita. Il costo per ciascuna seduta varia dai 500 ai 700 euro a seconda dell'area da trattare. Non sono ancora molti i centri dove si applica questa tecnica, anche se si stanno diffondendo. Tra questi c'è l'Istituto dermatologico dell'Immacolata di Roma (Idi: www.idi.it; tel 06/66464094).

Perdi i capelli? Consulta il medico

Rivolgersi a uno specialista è utile in diversi casi. "Per esempio, prima di assumere degli integratori per combattere la caduta è opportuno chiedere sempre consiglio al medico, che prescriverà quello più adatto alla situazione, soprattutto se la mamma allatta", spiega la dermatologa. Il parere del dermatologo è importante anche quando il defluvium post partum si protrae eccessivamente. In genere si risolve spontaneamente,



CORBIS

107



Puliti e leggeri
Protegge dall'inquinamento e rimuove e impurità senza aggredire. È lo shampoo Ognidi di **Diego Dalla Palma** (€ 11) con microproteine da moringa e acidi della frutta.

Più forti
Il complesso Stimoxidil unito alle vitamine del gruppo B e alla fotocheratina in **Bioclin Phydrium-Advance** Fiale Anti-Caduta Donna (€ 49,50) rivitalizzano la chioma fin dalle radici.

Tripla azione
L'arginina e l'applicatore massaggiante favoriscono la microcircolazione, l'Aminexil Pro ancora le radici e l'SP94 (brevetto) fortifica la fibra: **Dercos Aminexil Pro** di **Vichy** (da € 48,40).

Energizzante
Rigenera l'ambiente naturale del bulbo il trattamento anticaduta **Phytocycane** di **Phyto** (€ 37,31). Non solo, idrata e apporta luminosità ai capelli.

Senza risciacquo
Tonucia di **Furterer** (€ 43) è un siero che migliora lo stato del cuoio capelluto contrastando l'invecchiamento della chioma. Per capelli devitalizzati e affaticati.

Anti-rottura
Capelli che si spezzano e doppie punte? **Repair Mask** di **Biopoint** (€ 18,30) ristruttura, ripara e fortifica e liscia la cuticola grazie a multi-ceramidi, vitamine E ed F e principi termoprotettivi.

ma se la caduta è ancora consistente un anno dopo il parto, è meglio sentire il parere di uno specialista. "Gli esami che il dermatologo può effettuare sono diversi: da quello ematochimico per controllare i livelli delle scorte di ferro e il profilo ormonale, alla dermatoscopia, un'indagine ravvicinata del fusto e del cuoio capelluto, fino al pull test, che serve a valutare l'entità della caduta tirando delicatamente un ciuffo di capelli", dice la dermatologa. In base agli esiti ottenuti, il medico può prescrivere integratori e lozioni mirati e in alcuni casi, compatibilmente con l'allattamento e le esigenze della donna, la pillola contraccettiva quando il problema è di tipo ormonale.

Cura lo stile di vita e le tue chiome

"Il primo passo è curare l'alimentazione. Una dieta povera di proteine danneggia i capelli, perché viene a mancare la materia prima, cioè la cheratina, con cui sono costruiti", spiega la dermatologa **Magda Belmontesi**. A tavola, quindi, non devono mancare carni rosse e bianche, pesce, formaggi e uova. Ma ci vogliono anche frutta e verdura in abbondanza, per il loro contenuto in sali minerali e vitamine che nutrono i bulbi. Molta attenzione ci vuole poi per la detersione. "La testa va lavata con shampoo o oli-shampoo delicati che mantengono i fusti idratati", prosegue l'esperta. "Anche le lozioni sono un valido aiuto. Non fanno miracoli, ma sicuramente contribuiscono a far diventare più forti i capelli in fase di crescita". Il massaggio

è un'altra strategia perché riattiva la circolazione e accresce il nutrimento che arriva ai follicoli. Si esegue con le dita aperte a rastrello, dalla nuca verso la sommità del capo, muovendo i polpastrelli in modo circolare senza strofinare però le radici. Dopo il parto, i capelli non solo tendono a cadere ma sono spesso sfibrati e opachi. In questo caso ci vogliono prodotti ristrutturanti. "Contengono aminoacidi della cheratina, che hanno il compito di chiudere gli spazi vuoti che si sono creati tra le fibre dei capelli", spiega l'esperta. "Così i fusti riprendono forza ed elasticità. Occorre poi molta attenzione anche a come si usa il phon. Capelli che si spezzano e doppie punte si verificano perché, dopo il lavaggio, la chioma ha una temperatura più bassa rispetto a quella che normalmente si usa per asciugarla. Questa differenza crea una spaccatura interna e il fusto si apre. Per questo bisogna scaldare lentamente il phon, iniziando dal getto freddo, in modo che i capelli non subiscano uno shock termico. La cosa migliore, però, è tamponarli delicatamente con una salvietta dopo il lavaggio e poi farli asciugare all'aria".

consulenza di

Magda Belmontesi dermatologa a Milano e Vigevano, docente al master di Medicina estetica, Università degli studi di Pavia

Stefano Milano hairstylist e direttore artistico di Mitù Wella Professionals

Roberto Castelpietra dermatologo a Milano