

■ **LA VANITÀ MASCHILE.** Seminario di specialisti a Monopoli di Bari per studiare non solo gli aspetti clinici ma anche quelli psicologici

## «Spacchiamo un capello in quattro»

*Nel mirino le cause della calvizie. «Anche la dieta sbagliata favorisce la caduta»*

**Bari.** La capigliatura, attraverso i secoli, è stata considerata un attributo che attiene alla «personalità sociale» di un soggetto. Un simbolo non disgiunto da una componente di tonalità affettiva. Chi si è preso la briga di contarli, i capelli, ha stabilito che ne abbiamo in dotazione 150 mila, piantati su 5 milioni di follicoli piliferi. Da essi ne escono 20 al giorno, ma una sessantina cadono sul campo, dopo la fase accrescitiva dello stelo (anagen), quella involutiva (catagen), e quella terminale (telogen). In pratica i capelli crescono un metro ogni 5 anni. Una caduta tra 10/50 capelli al dì è considerata normale. Al di là di questa cifra, entriamo nel girone dantesco dei calvi di varia gradualità: dalla stempiatura, alla «pelata» classica che affligge (ma non sempre) molte teste di personaggi famosi: da Patrik Stewart (l'eroe di Star Trek), a Sean Connery, Bruce Willis, Yul Brinner, e i calciatori Barthez, Zidane, Roberto Carlos, Cannavaro e altri.

■ **Cause della calvizie.** Sono precipuamente genetiche, anzi androgenetiche, perché la sensibilità dei follicoli piliferi agli ormoni androgeni è notevole e avvia il quadro patologico dell'«Alopecia androgenetica». Su queste problematiche ha riferito a Monopoli di Bari un seminario dal titolo suggestivo «Spacchiamo il capello in quattro: aspetti scientifici, psicologici, sociali dei capelli». Relatori i professori: Antonella Tosti, dermatologa dell'univerista di Bologna, Carlo Cannella, nutrizionista dell'univerista La Sapienza di Roma, Stefano Calvieri, dermatologo e chirurgo plastico dell'università La Sapienza, Francesco Padrini, psicoterapeuta e psico-sessuologo di Milano.

■ **Capelli e nutrizione.** «Il capello - ha ricordato Cannella - è formato essenzialmente (82%) da proteine del tipo cheratine». La cheratina è una proteina fibrosa a sua volta composta da aminoacidi solforati (cisteina e metionina), e da fenilalanina, isoleucina,

valina, alanina, arginina. Inoltre: rame, zinco, vitamina A e altri microelementi. Le varie carenze nella dieta di questi oligoelementi, può favorire la caduta del capello. Così se l'intestino presenta malassorbimento dei nutrienti.

■ **Diagnosi e terapia del capello ammalato.** Richiede le seguenti analisi: tricogramma sul capello strappato; fototricogramma; fotografia della testa del paziente; videomicroscopia con dermatoscopio. Terapia: minoxidil (derivato pirimidinico) per uso topico in lozioni. Non è ancora precisato come agisca, probabilmente sul follicolo pilifero miniaturizzato nella alopecia androgenetica. Occorre associare terapia orale con finasteride 1 mg; è un inibitore del 5 alfa reduttasi, enzima responsabile della conversione dell'ormone testosterone in diidrotestosterone. La finasteride protegge anche la prostata, ma non interferisce sulla virilità.

■ **I capelli parlano?** Secondo lo psicoterapeuta Padrini hanno un loro linguaggio segreto. Si tratta di espressioni simboliche. Si pensi agli hippies, ai punk, ai fanatici delle libertà totali, alla gestualità che si esprime con i capelli (Vittorio Sgarbi), alla «toccatina» sapiente impressa alla chioma dalla donna in fase seduttiva, al grattarsi i capelli quando si affaccia un «grattacapo», eccetera. Padrini inoltre concepisce delle categorie psicoestetiche conferite dalla capigliatura: contratta, morbida, compressa, espansa, di tipo rigido.

■ **Consigli per gli sport.** Li impartisce la dermatologa Tosti. Chi nuota deve usare uno shampoo per lavaggi frequenti, il casco protegge i capelli di chi va a cavallo. Nell'automobilismo non è il casco protettivo ma lo stress della velocità a favorire la caduta dei capelli mentre atletica leggera, body building e fondo fanno aumentare i livelli di testosterone, e quindi viene favorita la caduta dei capelli.

Roberto Morgante