

Hai il lieve presentimento
di far parte della
maggioranza silenziosa?
Prima di arrenderti al
tuo destino di pelato, dai
un'occhiata qui.
Tra le tante soluzioni
dei nostri esperti, c'è anche
quella che fa per te

DIVIETO di ACCESSO
alla piazza

i siamo, sai che la fine è vicina. Ancora pochi anni e sarai esattamente la fotocopia di tuo padre e prima ancora di tuo nonno: irrimediabilmente pelato. Per consolarti ti diciamo che sei in buona compagnia, visto che l'80 per cento della popolazione maschile va "in piazza" prima dei 60 anni. E l'età della disfatta scende di anno in anno: sempre più adolescenti si ritrovano con tristissime chieriche al posto dei dreadlocks. Sul banco degli imputati c'è l'alopecia androgenetica, una predisposizione che si eredita proprio come il colore degli occhi.

«Questo tipo di calvizie dipende per un 80 per cento dal 5-alfa-reduttasi, l'enzima che converte il testosterone in diidrotestosterone (DHT), e per

«L'età della chierica si è molto abbassata. Se prima compariva a 25 anni, ora colpisce in età adolescenziale»

il 20 per cento dall'aromatasi, che serve a mantenere in buona salute il bulbo» spiega Fabio Rinaldi, dermatologo ed esperto in campo tricologico a Milano. **A intossicare i bulbi piliferi fino a farli morire è il DHT, che colpisce prima l'attaccatura della fronte e le tempie, poi il resto della testa.** «Se a metterti in allarme è stato qualche capello sul pettine, stai tranquillo. Perderne una ventina al giorno è normale, ma se cambiano consistenza e si miniaturizzano, allora sono guai». Esiste poi un altro tipo di calvizie, decisamente più rara, che può colpire uomini e donne a qualsiasi età ed è temporanea.

QUANTO TI COSTA

PARRUCCHINO	
TRAPIANTO	8.000 euro
MINOXIDIL	
FINASTERIDE	56,40 euro

Guarda la scala e scopri a che punto è arrivata la tua calvizie

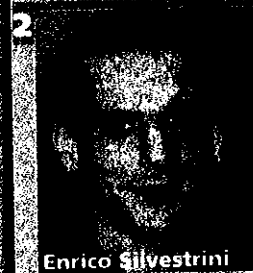
Non esiste solo la scala di Richter per misurare un disastro naturale. C'è anche il sistema messo a punto dal dottor James B. Hamilton nel 1951 e poi ripreso da O'Tar Norwood vent'anni dopo. No non stiamo parlando di terremoti ma di calvizie androgenetica/ che si può stimare e raggruppare in cinque livelli.



Valerio Mastandrea

STADIO 1 SCALA DI HAMILTON

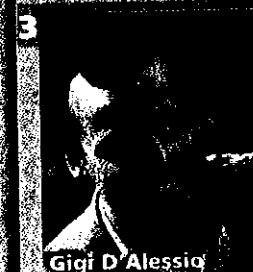
Il 5-alfa-reduttasi comincia a fare il suo lavoro e il DHT, cioè il testosterone trasformato nel tossico diidrotestosterone, agisce sui follicoli piliferi facendoli diventare sempre più piccoli.



Enrico Silvestrini

STADIO 2 SCALA DI HAMILTON

La fronte, che è la prima zona a essere colpita dall'alopecia androgenetica, diventa sempre più spaziosa e si intravede un leggero diradamento al vertice della testa. In queste zone i capelli crescono più sottili.



Gigi D'Alessio

STADIO 3 SCALA DI HAMILTON

Le due zone dove è più forte il diradamento, quella anteriore e quella posteriore, tendono a unirsi e a dividerli è soltanto una sottile striscia di capelli, sempre più fini e inconsistenti.



Gianmarco Tognazzi

STADIO 4 SCALA DI HAMILTON

L'attaccatura frontale e l'arretramento nella zona delle tempie è ormai quasi tutt'uno con il diradamento presente sulla sommità della testa.



Luca Laurenti

STADIO 5 SCALA DI HAMILTON

Complimenti, sei arrivato all'ultimo stadio... La "corona" di capelli è sempre più ridotta e i capelli sopravvissuti sono privi di pigmento e spessore. Anche la fase della crescita (anagen) si accorcia.



BEAUTY

FARMACI A CONFRONTO

	FINASTERIDE	MINOXIDIL	17-ALFA-ESTRADILOLO	NIPONIVEA BOHEMINESIS
CHE COS'È	capsule che contengono il principio attivo e vengono prescritte dal medico	lozione da frizionare sulla testa 1 volta al giorno per almeno un anno	è una lozione in bassa concentrazione dell'isomero alfa del 17-estradiolo	è un estratto naturale che si assume per via orale come la finasteride
COME FUNZIONA	blocca la 5-alfa-reduttasi, che trasforma il testosterone in una sostanza tossica	prolunga l'anagen, cioè la fase di crescita, e stimola il bulbo pilifero	trasforma il testosterone in estrogeni buoni anziché nel tossico DHT	blocca l'attività della 5-alfa-reduttasi, che è la vera causa della caduta
QUANTO COSTA	28 compresse, 56,40 euro	Regaine 2%, 40 euro	da 18 a 22 euro	31 euro
DOVE LO TROVI	in farmacia	in farmacia	la prepara il farmacista	farmacia (difficile reperibilità)

Si chiama Effluvium telogenetico e a scatenarlo ci si mettono diversi fattori: stress, carenza di proteine, problemi alla tiroide, malattie debilitanti.

Responsabili anche i farmaci come gli antidepressivi e gli antibiotici e alcuni tipi di integratori da palestra (vedi gli aminoacidi ramificati).

Cinque alternative per uscire dal tunnel

Prima di arrenderti al tuo destino, leggi le buone notizie. E questa volta ce ne sono davvero. La ricerca sta facendo passi da gigante e tra qualche decennio la pelata sarà solo un brutto ricordo. «L'importante è agire con tempestività. Per bloccare la caduta, ci sono diverse soluzioni: dalla finasteride al minoxidil, all'acido retinoico, fino ai più recenti 17-alfa-estradiolo e Niponivea Boheminesis».

- 1 La finasteride funziona nell'85 per cento dei casi perché blocca l'attività della 5-alfa-reduttasi, ma se ne deve prendere un milligrammo al giorno per almeno 2 anni e può diminuire la libido.
- 2 Il minoxidil è il decano dei rimedi (lo si cominciò a usare nel 1987) e prolunga l'anagen, cioè la fase di crescita. È

una lozione che va frizionata per un anno, ma è molto oleosa.

3 Con l'acido retinoico si cura l'acne. Oggi, in abbinamento con il minoxidil, dà buoni risultati ma può desquamare la pelle e causare irritazioni.

4 Tra le ultime scoperte c'è il 17-alfa-estradiolo, una lozione che trasforma il testosterone in estrogeni e non nel DHT.

5 Ottimi risultati si sono ottenuti anche con la Niponivea Boheminesis, che funziona come la finasteride ma è naturale e non di laboratorio.

Integratori e minerali per una testa da Bob Marley

Per stimolare la crescita dei capelli sono perfetti anche alcuni tipi di integratori. «Gli integratori a base di taurina, ornitina o glicina presi per 3/4 mesi agiscono sulle cellule della papilla dermica e della guaina epiteliale esterna, rinforzando il bulbo, cioè la parte terminale della radice». Senza dimenticare il ruolo fondamentale che giocano le proteine di pesce, uova, latte e carne, le vitamine A, E, C e i minerali come zinco, rame, ferro e manganese.

Per diventare Berlusconi bastano 5.000 €

È il modo più diffuso di unirsi ai pari, perché l'autofinanziamento dei capelli costa quasi il 20 per cento degli uomini. Cominciò Berlusconi nel marzo di un intervento bilioso circa 670 mg, durante il quale si arresero alcune sfilate di capelli cadute dalla nuca e si frizionarono le tempie con i capelli dove non c'era più. Il suo segreto era un unguento magico, fatto in un'istituto locale, il Impianto fino a 3.000 capelli in una volta sola, il costo era di 5.000 € al giorno e, detto per un anno, la sua caduta di capelli era così completa nel giro di un anno che si era ridotto a zero. Dura una verità che non può essere ammessa ad è morta e sepolta.



PRIMA

Prima dell'intervento, la sua caduta è al 10 grado della scala di Hamilton.

DOPO

Con il trattamento a base di autofinanziamento, la caduta è stata totalmente interrotta.



Ne hai pochi (ma buoni)

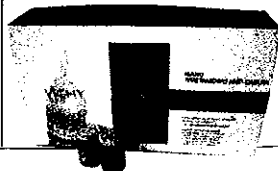
Integri il tuo corpo e la tua mente

Contiene Eufortil e rinforza i capelli un po' sfibrati e tendenti alla caduta. Olioshampoo con Eufortil di Restivoil, 9,80 euro.



Diventa uomo uomo-scienze

L'Aminexil rallenta la caduta, il SP94 rinforza la fibra dei capelli. Trattamento anticaduta Uomo di Dercos Vichy, 50 euro (conf. 18 fiale).



Una shampoo di spessore

Per i capelli che tendono ad affinarsi c'è lo Shampoo ri-densificante Regenium-xy Elvive Homme di L'Oréal, 5,65 euro.



Concentrato di principi attivi

Per la caduta persistente dei capelli, c'è Phytotrixil, trattamento all'idrossi-isoleucina vegetale di Phyto, 49 euro.



Alga del Nord svedese

Le alghe normalizzano la formazione di sebo e favoriscono la crescita. Keramethod Plus Tricosil Fiale di Cesare Ragazzi, 57,50 euro.



4 tagli supertattici

Hai bisogno di un aiutino per mimetizzare la tua incipiente calvizie? Fabrizio Lepri, hair stylist di Aveda, ti suggerisce quattro tagli adatti alla situazione.

CLOONEY INSEGNA

La chierica avanza? Taglia i capelli corti e portali in avanti, come faceva George Clooney prima maniera. Le basette lunghe aiutano.



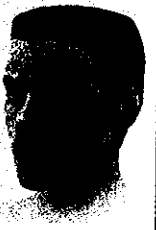
EFFETTO SPETTINATO

Ti stai stempiando? Ci vuole un taglio corto ai lati e lungo al centro. Le ciocche spettinate con il gel coprono la fronte e mimetizzano i buchi.



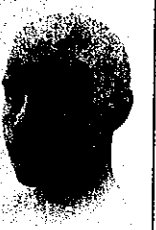
PARATA MILITARE

Se l'attaccatura frontale è salva, opta per il taglio militare: squadrato in alto e rasato ai lati. Ok se hai la faccia da luna piena.



PELATA SEXY

Una bella rasata e via. Se la forma del tuo viso lo permette (non troppo tondo e lungo), rapati a zero. Le donne apprezzeranno la decisione.



Le 3 mosse che fanno crescere il tuo capitale

Sei tra i fortunati possessori di una capigliatura leonina? Meglio non sedersi sugli allori. Il tuo è un patrimonio che va trattato con i guanti bianchi. Ecco le 3 regole d'oro.

È un errore che fanno in molti. Vedi i tuoi amici stempiarsi ogni giorno che passa e tu ti senti un Unto del Signore, solo perché la tua bella chioma è ancora intatta. Vuoi che rimanga così?

Prima regola: lascia perdere i tagli alla Bruce Willis. Raparsi a zero non rinforza i capelli, perché la forbice elimina soltanto la parte sfibrata e le doppie punte. Tutt'al più il taglio li fa crescere più velocemente, almeno 5 centimetri il primo mese.

Seconda regola: lavalvi spesso. «Per mantenere la chioma forte e sana, devi eliminare tutti i giorni sebo, sudore, smog e cellule morte che soffocano il cuoio capelluto con uno shampoo delicato e contenente pochi tensioattivi (per intenderci deve fare poca schiuma)» consiglia Santo Raffaele Mercuri, direttore del Centro di dermatologia dell'ospedale San Raffaele di Milano.

Terza regola: quando sei in montagna o al mare, metti sempre un cappello o un gel con fattore protettivo. «Le scottature possono irritare il cuoio capelluto, che reagisce producendo un'eccessiva quantità di superossido, una sostanza che infiamma i follicoli» dice Fabio Rinaldi, dermatologo esperto in campo tricologico.



Vitamine per la testa

La vitamina B5 rinforza i capelli e gli estratti di betulla normalizzano la secrezione. Re-Balance Shampoo Biopoint, 10,15 euro.



Pomp the volume

Trattamento rinforzante per i capelli fini e privi di volume. Shampoo volumizzante di Collistar, 9 euro.



Shampoo per tipi sensibili

Se ci sono problemi di reazioni allergiche, meglio evitare le profumazioni: Nutriplex Shampoo Lab Series For Men di Aramis, 21 euro.



Cura fortificante

Per capelli ancora più morbidi e forti c'è lo Shampoo con vitamina F fortificante di Nivea Hair Care, 2,93 euro.



Niente neve sulle spalle

Se hai capelli opachi e con un accenno di forfora prova l'Amino Pro-V Complex dello Shampoo anti-forfora di Pantene Pro-V, 3,46 euro.



Ne hai tanti (e te li tieni)