

Vita dei capelli

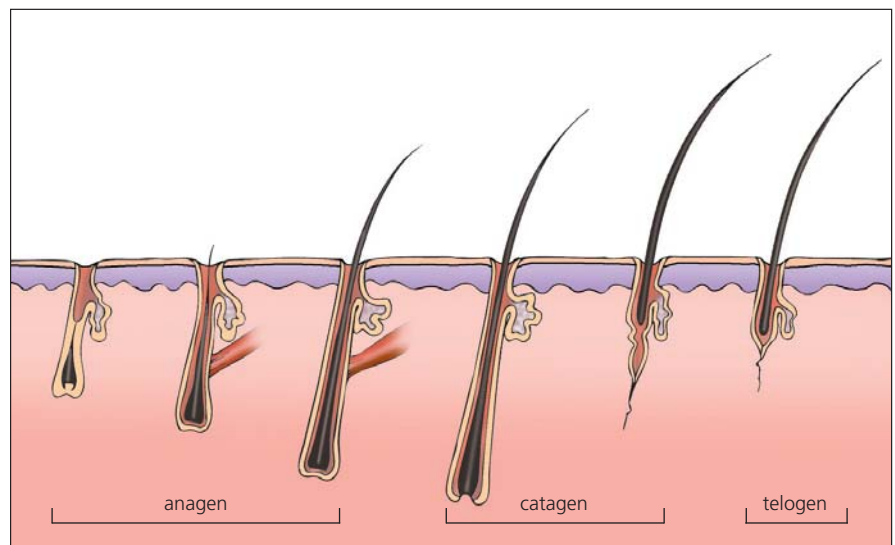
I 250-300.000 capelli presenti su una testa "normale" sono sottoposti a un continuo ricambio, cosicché perdiamo dai 30 ai 100 capelli al giorno. I capelli hanno un loro ciclo vitale (**ciclo follicolare**), che comprende tre diverse fasi: anagen, catagen e telogen.

L'**anagen**, o fase di crescita, dura dai 3 ai 5 anni e comporta l'allungamento del capello per l'attività del **bulbo pilifero**; quando questa attività si interrompe, si entra nella fase intermedia, il **catagen**, della durata di 7-21 giorni. In questa fase si ha l'involutione del follicolo pilifero, che comporta la sua risalita dal sottocutaneo verso il derma: il capello è ora piantato meno in profondità e si indebolisce. Nella fase successiva, il **telogen**, si è completata l'involutione del capello, che resterà ancorato nel derma del cuoio capelluto finché un nuovo capello in fase anagen si sostituirà a quello "vecchio" facendolo cadere. Quest'ultima fase dura 3-6 mesi.

Normalmente l'85% dei capelli è in fase anagen, il 14% in fase telogen e l'1% in catagen. Il ricambio dei capelli è graduale e, di solito, non lascia zone del cuoio capelluto scoperte.

Se tutti i capelli fossero sincronizzati nel loro ciclo vitale, avremmo dei periodi in cui saremmo totalmente calvi, come avviene durante il periodo della "muta" negli animali. La crescita dei capelli è influenzata dagli ormoni dell'ipofisi, della tiroide, dei surreni e dagli or-

moni sessuali, perciò squilibri ormonali (legati, ad esempio, allo stress) possono aumentare la perdita di capelli. Come per gli animali, anche per noi la perdita dei capelli varia con le stagioni, essendo più intensa nelle stagioni intermedie (autunno e primavera).



Ciclo follicolare. **Anagen**: il follicolo pilifero (pelo e sue guaine) si allunga progressivamente, provocando la caduta del capello vecchio che va a sostituire. **Catagen**: inizia l'involutione del follicolo, che risale dal sottocutaneo al derma del cuoio capelluto. **Telogen**: completata l'involutione, il capello resta ancorato nel cuoio capelluto per 3-6 mesi.