



HOME &gt; BELLEZZA &gt; CAPELLI

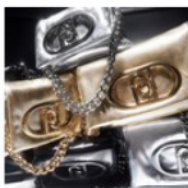
## Il cappello in inverno danneggia la chioma? Abbiamo la risposta

*Copricapi e berretti possono velocizzare i processi che portano all'alopecia. Ma solo se vi è una predisposizione genetica. Lo confermano gli esperti*



Messaggio Promozionale - video disponibile in 15 secondi

Quali colori preferisci?



### capelli

*"Io vivo spettinata perché tutte le cose belle, veramente belle di questa vita, spettinano"*

MAFALDA

Perdere i capelli non è sempre un dramma: il più delle volte si tratta di una fase e il problema è dovuto a questioni genetiche. Nonostante sembra ci siano pochi aspetti che una donna possa vivere peggio dell'alopecia androgenetica femminile, perdere circa 100 capelli al giorno è normale!

«Nella maggior parte dei casi, la caduta eccessiva dei capelli rientra nel quadro del cosiddetto *Telogen Effluvium*. Questo rappresenta la fase finale del ciclo di vita del capello, quella in cui il fusto perde l'ancoraggio alla radice e si stacca, lasciando spazio per la crescita del nuovo capello. In condizioni normali, non più del 20% della chioma dovrebbe trovarsi in questa fase» spiega la Dottoressa Carolina Bussoletti, dermatologa di AIDECO (Associazione Italiana Dermatologia e Cosmetologia). «Il fatto che questa eccessiva caduta avvenga soprattutto in autunno è verosimilmente dovuto all'esposizione solare intensa dell'estate, che costituisce una causa di considerevole stress per la chioma». Eppure, tra i tanti aspetti a cui si è soliti pensare in questo contesto, c'è anche la possibilità che siano cappelli e copricapi a far perdere i capelli.

**Il cappello fa perdere i capelli? Luoghi comuni e verità**

A questa domanda ha risposto la rivista *Time* coinvolgendo diversi esperti.



Tutti concordano sul fatto che **no, il cappello non fa perdere i capelli.**  
Anche se può velocizzare alcuni processi già in corso.



Secondo il dottor **Michael Wolfeld**, chirurgo plastico al *Mount Sinai Medical Center* di New York, **la calvizie è sostanzialmente un problema genetico.** Ciò non toglie che alcune cattive abitudini possano far perdere i capelli più velocemente. Ma sempre e solo se vi è una predisposizione.

### Il cappello può far perdere i capelli più velocemente

Ecco perché alcuni modelli molto stretti di berretti, soprattutto quelli da montagna, che lasciano magari il segno sulla pelle, vanno utilizzati con parsimonia e **solo quando davvero necessari per proteggersi dal freddo:** possono causare piccole infiammazioni del cuoio capelluto che, anche se invisibili a occhio nudo, a lungo andare velocizzano il processo di caduta capelli. Meglio, dunque, i paraorecchie.



Il cappello non fa perdere i capelli ma può irritare la cute (foto di Miriam Alonso/Pexels)

Il dottor **Adam Friedman** della George Washington University ha, inoltre, spiegato al *Time* come certi tessuti e materiali possano risultare irritanti o possano addirittura scatenare allergie! **Da evitare, dunque, i materiali sintetici e i lavaggi in lavatrice con detersivi aggressivi e allergizzanti!**

### C'è tessuto e tessuto

Anche berretti e capelli, come ogni altro capo d'abbigliamento, vanno lavati regolarmente per evitare inutili proliferazioni batteriche che possano compromettere la salute di un cuoio capelluto già geneticamente predisposto a perdere i capelli.

## Iscriviti alla **Newsletter**

Resta aggiornato con AMICA sulle ultime news di moda, beauty e lifestyle.

ISCRIVITI

E se usate il cappello per proteggervi dal sole, sappiate che i suoi raggi oltrepassano diverse barriere: le nuvole, i vetri delle finestre e, ahimè, anche la maggior parte dei tessuti che indossiamo. Per questo in farmacia e nei negozi di *sportwear* sono disponibili copricapi specifici, in cotone UPF 50+, che bloccano ben il 98% dei raggi solari, facendo comunque “respirare” la chioma.

#### ARTICOLI CORRELATI



Come far crescere i capelli velocemente: consigli per chi desidera capelli lunghi in fretta



I prodotti migliori per favorire la crescita dei capelli



Caduta capelli: come rinforzare la chioma durante il cambio di stagione