

€ 1,90 (in Italia)

# Bimboisani

& belli

**NON  
DORME**  
tutti  
rimedi

**MASCHIO  
O FEMMINA**  
si può scegliere  
il sesso del bebè?

**DOPO IL PARTO**  
la ginnastica  
rassodante

**ASPETTO  
UN BIMBO**  
posso tingermi  
i capelli?

**9 MESI  
IN LINEA  
CON LA DIETA  
DELLE VERDURE**

**SVEZZAMENTO**  
la sua prima pappa



da  
3  
mesi

È la preoccupazione maggiore di ogni mamma quando, al mattino, fa la conta sul cuscino e nel lettino del bebè. Non è il caso, però, di allarmarsi perché si tratta di un fenomeno normale: quelli caduti, infatti, sono un'eredità dei nove mesi di vita intrauterina e saranno in breve tempo sostituiti da nuovi più belli e folti

Servizio di Maria  
Allegra Romolotti

Consulenza:  
dottoressa  
Mariuccia Bucci,  
dermatologa  
a Milano

# perde i cap

## SEGUONO UN CICLO VITALE

● I capelli sono fatti di **cheratina**, una proteina particolare e ben compattata, che è **responsabile della robustezza e della resistenza** dei capelli. Tutti i peli sono fatti di cheratina, ma quelli meno consistenti ne contengono meno.

● **Il ciclo vitale del capello attraversa tre fasi:** anagen (crescita), catagen (riposo) e telogen (caduta).

➔ **la fase anagen** comincia quando il capello viene prodotto dal follicolo (piccola cavità che ospita la radice del pelo), che continua a produrre nuova cheratina, provocando la crescita e l'allungamento del

pelo, per un periodo di tempo che va dai due ai tre anni.

➔ **la fase catagen** corrisponde al periodo in cui il capello si riposa, cioè smette di crescere. Questa fase può durare da 1 a 5 settimane e interessa circa l'1 per cento dei capelli alla volta. A turno, i diversi follicoli sospendono temporaneamente l'attività, per poi riprenderla.

➔ **la fase telogen** conclude il ciclo vitale del capello. È questo il momento in cui il capello cade, secondo un meccanismo del tutto naturale, per essere sostituito da un nuovo, più robusto, alla ripresa del ciclo vitale.

## un falso problema

● È normale che la mamma trovi nel lettino del neonato tanti sottili peli biondi (possono, però, essere anche scuri), soprattutto sul cuscino. Pian piano, infatti, il piccolo perderà tutta la peluria di cui è rivestito, che verrà sostituita dai peli e, sul capo, dai capelli definitivi.

● **Questo fenomeno si manifesta, in genere, a partire dal terzo mese di vita** e richiede un certo tempo per concludersi: ciò significa che il bebè non perderà i capelli tutti insieme, ma gradualmente, dando origine ad aree di diradamento (alopecia) sul cuoio capelluto.

● **Le zone principalmente interessate da questo processo sono due:** quella temporale, cioè sopra e dietro le orecchie, e quella occipitale, ossia la nuca. Sono queste, infatti, le parti che il piccolo sfrega costantemente sul cuscino, e perciò più vulnerabili.

## NON È VERO CHE

➔ **Dipende dagli ormoni** circolanti nel sangue della mamma, né durante la gestazione né nel periodo dell'allattamento.

➔ **È indotto o alterato dai farmaci**

che la mamma può avere assunto durante la gravidanza o che sono stati somministrati al bebè dopo la nascita.

➔ **È legato al tipo di allattamento** o all'alimentazione della mamma, se il bambino è allattato al seno.

➔ **Segnala una malattia.**

## nel neonato si parla di lanugo

● **Nel caso del bebè si parla di lanugo** e non di capelli, proprio per lo scarso contenuto di cheratina. La lanugo è formata da peluzzi che hanno un periodo "anagen" più lungo rispetto a quello dei capelli normali.

● **Nel primo anno di vita avviene il naturale processo di maturazione e cambiamento dei follicoli del cuoio capelluto**, da produttori di vello (peli chiari e sottili) a produttori di capelli, corposi e forti. Il tempo che intercorre fra la caduta della lanugo e la crescita dei capelli è dovuto al fatto che i follicoli devono trasformarsi e assumere la forma e l'attività definitiva.

● **La peluria distribuita sul corpo del bimbo grandicello, e poi dell'adulto, è formata,**

**infatti, da due tipi di peli**, diversi per robustezza e per colore:

➔ **il vello**, cioè peli più chiari e sottili;

➔ **i peli terminali**, cioè i peli più scuri e consistenti, come quelli che, per esempio, formeranno la barba e i baffi del maschietto quando crescerà.

● **Il morbido rivestimento di lanugo, invece, è formato da peli simili a quelli del vello**, prodotti da follicoli con caratteristiche diverse rispetto a quelli che producono i peli terminali. Si tratta di peluzzi particolarmente sottili, benché lunghi, e perciò impropriamente chiamati "capelli" nel neonato.



MASTER

# elli: resterà pelato?

I capelli veri cominciano a crescere verso il primo anno di vita

## UN PROCESSO NATURALE

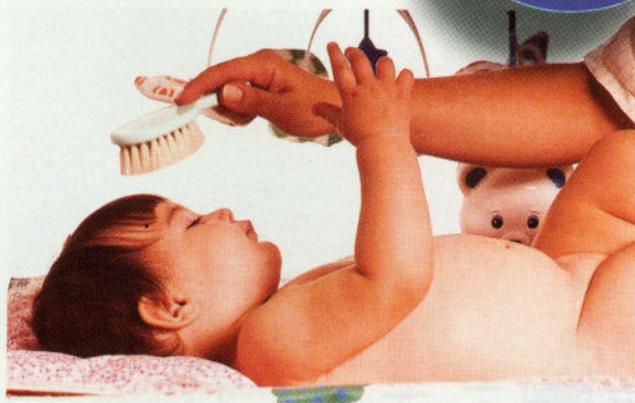
- **La caduta dei capelli nel bebè fa parte di quei cambiamenti naturali cui il piccolo va incontro dopo la nascita.** Il suo organismo, infatti, impiega un certo periodo di tempo per imparare a coordinare le diverse attività in modo corretto.
- **Quello che il bambino perde, poi, in realtà è lanugo e non capelli:** questi cresceranno più tardi,

dopo il primo anno di vita. Per il momento, infatti, il piccolo ha solo dei lunghi peluzzi, che la mamma pettina con la spazzolina morbida come se fossero capelli.

- **La morbida peluria che riveste il cuoio capelluto del neonato è un residuo della vita nel pancione** ed è destinata a essere sostituita. Per far ciò l'organismo impiega un certo periodo di tempo e il processo si completa,

in genere, verso il quarto mese.

- **Per questo motivo, non ci sono rimedi da adottare o manovre specifiche che la mamma debba eseguire.** L'igiene del cuoio capelluto rimane quella di sempre, senza che siano necessari trattamenti o prodotti diversi da quelli normali.



- **È, anzi, vietato l'uso di lozioni contro la caduta dei capelli** oppure qualunque tipo di unguento preparato in casa.

## in breve

- La caduta dei capelli nel bebè è un fenomeno normale e non deve allarmare i genitori. Si tratta di un processo naturale che porterà alla graduale ma completa sostituzione di tutta la capigliatura del piccolo.

- Non occorre, quindi, prendere alcun provvedimento, salvo che tenere pulita la testa del bimbo utilizzando gli appositi prodotti per l'infanzia. È assolutamente vietato l'utilizzo di qualsiasi lozione anti-caduta o di rimedi preparati in casa.

## comincia nel pancione

- **La peluria che ricopre il corpo del bebè comincia a spuntare già durante la vita all'interno dell'utero** e la sua crescita segue ritmi ben precisi.

➔ **Verso il quarto mese di gestazione** si formano i follicoli piliferi, che daranno origine ai peli, anche sulla regione del cuoio capelluto. Si forma allora un morbido rivestimento, chiamato appunto "lanugo", uniforme e uguale su tutto il corpo, salvo la pianta delle mani e dei piedi.

➔ **Intorno alla 20ª settimana** il rivestimento, formato da peli sottilissimi ma anche molto lunghi, è completo.

➔ **Un mese prima della nascita** questa lanugo viene persa completamente per essere subito sostituita da un secondo mantello di lanugo, formato da peli più corti, quelli presenti alla nascita.

## si stabilizza verso l'anno di età

- **I capelli veri fanno la loro comparsa intorno all'anno di vita:** si tratta, comunque, di un'indicazione di massima, perché in realtà il bimbo può rimanerne privo anche fino ai due anni.

● **Il piccolo potrà avere capelli molto corti,** specie all'inizio, anche se alla nascita aveva peluzzi lunghi. La lunghezza dei capelli dipende, infatti, dalla durata della crescita (fase anagen) prima della caduta.

● **L'attaccatura dei capelli sarà piuttosto bassa sulla fronte, rispetto a quella del periodo neonatale;** spesso però permane una leggera stempiatura. I capelli sono più forti e più belli della peluria del neonato.

● **Né il colore dei capelli né il loro aspetto (liscio o riccio) sono prevedibili alla nascita.** Finché i follicoli non avranno definitivamente completato il proprio sviluppo, infatti, non saranno in grado di dare al capello né la forma né il colore esatto: caratteristiche, queste, stabilite geneticamente, cioè ereditate dai genitori.

## prosegue dopo la nascita

- **Alla nascita il bebè è ricoperto su tutto il corpo di lanugo,** anche sul capo, dove i peluzzi assomigliano ai capelli e possono essere molto lunghi.

● **La distribuzione dei capelli sarà, però, diversa** con l'attaccatura meno arretrata: i neonati, infatti, sono "stempiati".

● **I "capelli" presenti alla nascita sono tipicamente dritti e lisci,** senza corpo, morbidi e sottili; più spesso sono chiarissimi, come fossero capelli biondi, ma possono essere anche scuri. Il colore della lanugo non ha, però, nulla a che vedere con quello che sarà poi il colore dei capelli veri.