

# Les cheveux

(latin : *capillus*), poil qui pousse sur la tête de l'homme et de la femme.

Et puis, il y a les expressions :

- Avoir un cheveu sur la langue
- Avoir mal aux cheveux
- Comme un cheveu sur la soupe
- Couper les cheveux en quatre
- Faire dresser les cheveux
- Ne tenir qu'à un cheveu
- Saisir l'occasion par les cheveux
- Se faire des cheveux blancs
- Tiré par les cheveux,
- etc.



- Renzo ! on va parler de quoi exactement ?
- Mon cher Ego, j'aimerais parler de la : perte des cheveux chez l'homme.
- Ah ! C'est vrai qu'il ne t'en reste plus beaucoup !...
- 

On dit qu'un jeune adulte d'Europe centrale a en moyenne entre 150 000 et 200 000 cheveux sur la tête.

C'est là le reste modeste d'une évolution millénaire. Il est, en effet, prouvé que les hommes préhistoriques étaient très poilus sur tout le corps, principalement pour se protéger du froid, du vent, et du soleil. Le fait que cette toison ait survécu sur la tête s'explique facilement. Lorsque nos ancêtres se sont « redressés », pour traverser les siècles, debout, ils ont dû continuer de protéger leur « centrale de commande » – le cerveau sous la boîte crânienne – des effets du rayonnement solaire.

Le reste du corps étant, au fur et à mesure de l'évolution, de plus en plus protégé des intempéries par des vêtements, très simples, au début.

Depuis que l'on a inventé des « couvre-chefs » (et que l'homme moderne passe de toute façon le plus clair de son temps dans des locaux fermés), une chevelure serait en fait inutile ! et par conséquent, le budget d'environ 300 francs, par année, pour un entretien simple, (concernant les hommes) chez le coiffeur, sans doute aussi !

Mais, franchement, mes chers (ères) collègues, qui aimerait renoncer à ses cheveux de son plein gré ?



Même si certaines femmes assurent que les « calvities » sont sexy et que les valeurs intérieures sont de toute façon plus importantes, il n'en demeure pas moins que les hommes se sentent avantagés, lorsqu'ils ont une belle et abondante chevelure pour séduire des femmes.

Professionnellement aussi, comme le montre une récente

étude faite par un institut de sondage allemand.

Il est, en effet, ressorti d'un sondage effectué auprès de plusieurs chefs du personnel, que ceux-ci ont retenu deux fois plus de candidatures de « chevelus » – à qualification égale, bien sûr – que de chauves.

Un manque de cheveux peut donc s'avérer être un handicap aussi bien dans la vie professionnelle que privée.

Alors ! alors quels sont les conseils pour essayer de prévenir ce genre de désagrément étant donné que, dans bien des cas, il n'existe pas encore de remède contre la chute des cheveux.



Il paraît que des cheveux soignés restent plus longtemps sur la tête. Dès lors, un massage doux et quotidien de la tête stimule la circulation sanguine

du cuir chevelu et par conséquent l'apport de substances nutritives, capables d'assurer une pousse de cheveux robustes.

Ces dernières sont présentes dans une alimentation équilibrée ou peuvent être apportées, grâce à la synthèse, sous forme chimique concentrée. Il s'agit des vitamines A, B, F et K ainsi que des oligo-éléments minéraux : cuivre, zinc, soufre, magnésium et fer.

Si on fait quelques recherches sur le thème « cheveux », on trouve des informations, sous forme de conseils, assez marrantes !...

- « Les bonnes vieilles carottes, riches en vitamines, contenant notamment du « bêta-carotène », (vitamine A) ce carbure,  $C^{40}H^{56}$ , de coloration jaune rougeâtre très important pour notre alimentation, surtout pour la vue, sont, (les carottes) paraît-il capables de faire de véritables petits miracles dans le domaine capillaire ».
- « Ceux qui optent pour des remèdes naturels peuvent régulièrement enduire leur cuir chevelu d'une bouillie composée d'oignons écrasés et dilués dans un peu d'eau. L'ail appliqué de la même façon stimule également, soit disant, la pousse des cheveux ».

Bon moyen, peut-être, mes chers (ères) collègues pour faire le vide autour de soi !

- « La perte des cheveux est aux hommes ce que les menstruations sont aux femmes ».

Un rappel, je pense, au fait que chaque sexe, doit porter sa croix. Et, à l'instar de ce qui se passe chez les femmes où chacune n'est pas affectée de la même manière de ce désagrément, il existe également chez les hommes des gagnants et des perdants.

Dès lors, que peut faire un homme, défavorisé par la nature dans ce domaine, contre le fait de devenir chauve ?

Si la « chimie pharmaceutique », sous forme de comprimés vitaminés ou effervescents peut faire du bien aux cheveux, le contact direct avec certains produits chimiques peut, en revanche, provoquer des réactions indésirables.



Raison pour laquelle la *pollution de notre environnement* n'affecte pas seulement le *monde végétal* mais également, pour nous les hommes, notre *couverture crânienne naturelle*, composée essentiellement de *chitine* (substance de base organique, macromoléculaire des cheveux).

Ceux qui travaillent dans un environnement fortement pollué, devraient se laver quotidiennement la tête à l'eau tiède, en utilisant un shampoing doux.

L'eau chaude pour le lavage et l'air trop chaud pour le séchage sont à éviter. Prudence également lors de l'utilisation de substances telles que : colorations ou teintures, destinées en principe à embellir !

En outre, il existe aussi des médicaments ayant des effets secondaires pouvant provoquer une *alopécie*. Enfin, étant donné que le corps et l'esprit sont étroitement liés, un *stress important*, peut avoir une influence sur la santé des cheveux.

D'autre part, il a également été prouvé que *fumer* est nuisible aux tissus capillaires.

Donc, les cheveux poussent, tombent après trois ou quatre ans, puis repoussent, quand tout va bien !



Une perte de 30 à 40 cheveux par jour (d'autres sources mentionnent 60 à 70) est par conséquent normale. Ces cheveux tombent sans que nous ne nous en apercevions. Des comptages réguliers révèlent si la perte des cheveux s'accroît ou non. Il faudrait également examiner le dessus du crâne, des jeux de miroirs pouvant aider à observer des endroits sur et derrière la tête.

Les débuts typiques de calvitie se forment sur le haut, et à l'arrière du crâne. D'autres signes annonciateurs sont l'apparition de *pellicules* et des *démangeaisons* sur la peau du crâne.

La prédisposition à la perte des cheveux est souvent héréditaire. Les calvitie font, d'une certaine façon, partie de la tradition familiale.

Retrouver, regarder d'anciennes photos peut donner des indications, pour savoir si le grand-père, voir l'arrière-grand-père, étaient chauves et si le père avait déjà le dessus du crâne dégarni étant jeune (et malgré cela trouvé une charmante femme !) Si c'est le cas, il y a de fortes probabilités pour que cette « *caractéristique* » se manifeste également à la prochaine génération.

Dans cette situation, il vaut certainement la peine de se demander si l'on veut consacrer – en fin de compte, sans doute inutilement – beaucoup d'énergie et d'argent à lutter contre cette *spécificité génétique* ou si l'on ne voudrait pas plutôt perpétuer, fièrement, la galerie de portraits des aïeux.

Si elle n'est pas la conséquence d'une maladie, la chute des cheveux est souvent liée à une production accrue de *testostérone*, l'*hormone sexuelle masculine*. Bien des hommes revendiquent le fait que leur calvitie est un signe *extérieur* de leur potentiel sexuel !

Aucune étude scientifique, à ce jour, n'a jamais prouvé une telle relation mais, rien que le fait d'y croire, peut peut-être provoquer quelque chose en ce sens.

Et, encore une consolation : celui qui, à l'âge mûr, promène sa calvitie fait partie d'une majorité. Quelque 60 % de tous les hommes d'Europe centrale appartiennent à cette catégorie.

- Alors, Renzo, pas d'espoir pour avoir de beaux « tifs » bien drus ?
- Si, mon cher Ego. Il y a la « technique de l'implantation », cheveu par cheveu, c'est long, douloureux sans anesthésie locale, et... très cher !...



Mes très sincères condoléances aux lésés de la chose. Cardini Renzo