

Le premier cheveu blanc en annonce-t-il d'autres ? Faut-il les arracher ? Du stress ou de la génétique, qui est responsable de leur apparition ? on démêle le vrai du faux.

«C'est parce que tu es trop stressée», «C'est de famille», «Ne cherche pas, c'est ta grossesse de l'année dernière»... Quand le premier cheveu blanc (voire deux ou trois) fait son apparition, chacun y va de son commentaire et de son explication. Surtout quand il débarque avant 30 ans.

Avant de céder à la panique, on démêle le vrai du faux grâce aux réponses du docteur Pierre Bouhanna, dermatologue chirurgien exclusif du cuir chevelu, directeur du diplôme de chirurgie du cuir chevelu à l'université Paris-VI et ex-expert dermatologue auprès du ministère de la Santé.

Un cheveu blanc n'arrive jamais seul

Vrai. Inévitablement, l'arrivée d'un cheveu blanc annonce l'apparition d'autres cheveux blancs. Mais le Dr Bouhanna tient à nuancer cette affirmation. Le premier n'annonce pas l'arrivée imminente d'une cinquantaine d'autres ! Ne cédon pas donc pas à la panique le premier s'invite dans notre chevelure dès 25 ans. «L'apparition peut être progressive», précise l'expert.

L'apparition de cheveux blancs est liée au stress

Vrai. La génétique n'est pas le seul facteur explicatif. On peut également pointer du doigt le niveau de stress qui «a un impact sur tous les métabolismes du corps et peut donc avoir aussi des répercussions au niveau du cuir chevelu». Le stress, facteur accélérateur du blanchiment ? C'est grâce à la **mélanine** que vos longueurs sont de telle ou telle couleur. Quand on est stressé, le corps produit moins d'enzymes nécessaires à la production de mélanine. *“Le bulbe est moins nourri, donc le cheveu va se **dépigmenter**”*. C'est en tout cas ce que confirmait une étude menée par des scientifiques d'Harvard comme l'explique *The Guardian* en janvier dernier. On constate même des cas de blanchiment extrême après des évènements traumatisants : décès d'un proche, divorce, accident... On raconte, par exemple, que la reine Marie-Antoinette, à la veille d'être guillotinée, a «blanchi en une nuit». Un phénomène appelé "canitie subite".

Accouchement rime avec cheveux blancs

Faux. L'accouchement n'a aucun lien direct avec l'accélération du blanchiment des cheveux, même si cette affirmation circule sur certains forums. Là encore, c'est le stress qui est vraisemblablement le grand responsable. Si on constate un certain blanchiment à la suite d'un accouchement, ce n'est pas lié à l'événement en lui-même, mais bien au stress qu'il a engendré ou encore à la dépression post-partum que traversent certaines femmes.

Faire des soins retarde l'arrivée des cheveux blancs

Faux. «Vous ne pouvez pas aller contre l'hérédité», certifie l'expert. Il est possible de traiter les conséquences de la perte de sa couleur naturelle en passant par la case coloration. Mais les femmes qui décident d'assumer sont de plus en plus nombreuses. Le confinement a en effet joué un rôle de déclencheur pour celles qui camouflaient leurs mèches craie et qui ont eu le temps de les apprivoiser. L'important étant d'éviter le jaunissement de votre chevelure en optant pour des soins adaptés.

Soigner et préserver ses cheveux, de Pierre Bouhanna, Éd. Alpen, 96 p., 9,50 €.

Les cheveux blancs sont plus fragiles

Faux. Un cheveu blanc a tendance à être plus **difficile à dompter** car *“plus dru et plus épais”*, constate Maxime Pradere. Bien sûr, *“cela dépend de la qualité de la fibre capillaire de base de la personne”*, ajoute-t-il. *“Si elle a déjà les cheveux fins et qu’elle n’en a pas beaucoup, ses **cheveux blancs** seront pareils”*.

Les cheveux blancs sont difficiles à colorer

Faux. *“Colorer des cheveux blancs, c’est comme dessiner sur une **page blanche**, on peut tout se permettre facilement”*, explique l’expert. Toutes les couleurs peuvent se pratiquer car les cheveux **sont à nu**. *“On peut atteindre des teintes difficilement réalisables sur des **longueurs foncées**, comme le blond platine”*.

Les cheveux blancs sont le résultat de la génétique

Vrai. *“Le **facteur génétique** joue un rôle dans l’apparition des cheveux blancs”*, pose le professionnel. Si vos deux parents ont une chevelure *“100% blanche à un certain âge”*, il est *“très probable que ce soit aussi votre cas au même âge, mais ce n’est pas obligatoire”*. Peut-on retarder leur apparition ? *“Il n’existe pas de soin ou de traitement, qui, à ma connaissance, permettraient de repousser leur arrivée”*, explique Maxime Pradere. *“Cependant, on peut toujours réaliser une coloration **ton sur ton** ou faire des mèches pour les noyer dans la **chevelure**”*.

Les cheveux blancs repoussent deux fois plus si on les arrache

Faux. *“C’est un mythe”*, déclare le professionnel. Si vous arrachez un cheveu blanc, ça n'en fera pas pousser deux autres ! *“Ils ne contaminent pas votre chevelure”*, s’amuse-t-il. *“Un **cheveu** a une durée de vie de **2 à 7 ans** environ”*, quand nous les perdons naturellement, cela signifie qu’un autre follicule pileux a pris sa place. *“Si vous l’arrachez de force, au début de sa vie, il ne poussera plus pendant le reste du cycle”*. Cependant, arracher le cheveu qui dérange n'est pas sans risque : ce dernier peut repousser plus droit et plus épais qu'avant. Il sera du coup encore plus visible et gênant.