



Lettera

GALLERY

VIDEO

SONDAGGI

Tweet

CHIOMA NON ABBANDONARLI

di Luciana Bussini

Il 62% delle donne considera la caduta dei capelli più imbarazzante della cellulite. Combattiamola.



Una donna su tre ha problemi di diradamento dei capelli.

Ne soffre una donna su tre, soprattutto dopo i quarant'anni. Ma anche le più giovani non ne sono esenti. Secondo la ricerca condotta dall'Istituto di demoscopia di Allensbach (Germania) nel 2010, il 62% delle donne considera il diradamento della chioma una questione molto seria, più grave e imbarazzante della cellulite. Un problema che induce sofferenza, depressione, disagio nei rapporti sociali. L'aumento dei casi di alopecia dal 2010 ad oggi, soprattutto tra le più giovani, sembra essere legato a stress, inquinamento, diete severe e squilibrate che riducono la vitalità del

bulbo.

STRESS DA IMPOVERIMENTO COLETTIVO

Ma non solo. Recenti ricerche condotte nel 2012 da IHRF, Fondazione di ricerca per la patologia sui capelli, presieduta dal dottor Fabio Rinaldi, docente presso La Sorbona e dermatologo a Milano, hanno rilevato che lo stress da disoccupazione e l'impatto dell'impovertimento collettivo, hanno un effetto negativo sulle nostre teste. Lo studio, che ha coinvolto 100 dermatologi e 634 pazienti che hanno subito la perdita del lavoro (62% donne, 38% uomini, di età compresa tra i 35 e i 58 anni), ha evidenziato la prima comparsa di chiazze di alopecia areata nel 6% dei soggetti (contro una media del 2%) e una caduta importante e cronica dei capelli (defluvium telogenico) nel 47% dei casi (la media è del 20%), per il restante 47%, i pazienti soffrivano di patologie cutanee normalmente riferibili allo stress. La soluzione alla calvizie? «Fronteggiare qualsiasi patologia originata da stress, facendo ricorso allo yoga, ancor prima che alla psicoterapia o ai tranquillanti», afferma il dottor Rinaldi. Allentare le tensioni è un buon inizio, ma una strategia efficace deve intervenire anche sulle condizioni di salute di bulbi e capelli: un **uso combinato di terapie** offerte dalla scienza medica, di trattamenti topici a uso domiciliare e di integratori alimentari, può favorire il raggiungimento di buoni risultati.

QUANDO PREOCCUPARSI

Non è importante il numero di capelli che si perdono in una giornata (la dotazione di capelli varia da 100 a 200 mila, quindi la caduta può interessare da 30 a 100 capelli in media al giorno), quel che conta è che vengano sostituiti. Anche se perdessimo quotidianamente solo tre capelli, basterebbe che non venissero sostituiti per avere un diradamento importante fino alla calvizie. Per sapere quanti capelli crescono e quanti ne cadono si utilizzano il tricogramma e il pull-test: incrociando i dati dei due esami si riesce

CERCA SU LE
>>

D PUNTI DI VISTA



SEX & THE SPREAD

ELOGIO DELLA TIMIDEZZA

di Francesca Amé

CI PIACE CURVY

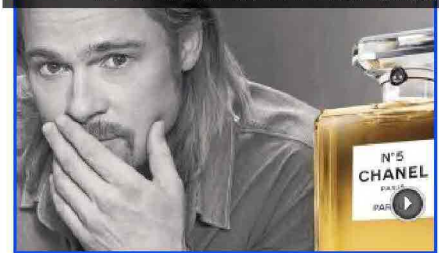
TAGLIO CORTO, CHE SORPRESA

di Matilde Lanzetti



D VIDEO

IL BELLO DEL PROFUMO



LA SFIDA DI SOSAN, RAPPER AFGANA



L'ARRINGA DI JULIA GILLARD



CAMPIONI SÌ, MA DI SE STESSI



CHIARA CONQUISTA IL BRASILE (CON LA MUSICA)



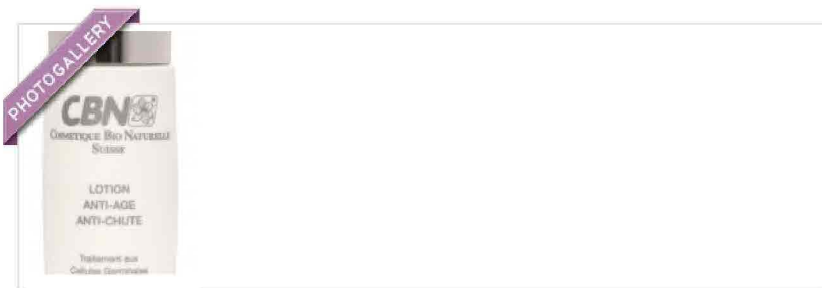
UN MESSAGGIO PER L'UMANITÀ



a monitorare minuziosamente il processo di caduta in atto, permettendo una terapia più mirata ed efficace.

LE STRATEGIA CHE AIUTANO

Tra le cure più consolidate per uso topico ci sono le lozioni a base di minoxidil (la molecola ad effetto vasodilatatore più utilizzata contro la caduta dei capelli) e idrocortisone. Tra le più innovative, invece, le combinazioni di ingredienti attivi a base di fito-flavonoidi (isoflavoni di soia), caffeina, neuropeptidi e niacina. Nei casi di caduta stagionale, per rafforzare la radice, sono utili integratori per bocca ricchi di minerali come ferro, rame e zinco. Durante il climaterio, quando i livelli di estrogeni si riducono, può comparire l'alopecia androgenetica caratterizzata da un assottigliamento della radice e da capelli che si indeboliscono riducendosi a una leggera peluria per poi cadere: «Se la donna è in post-menopausa, possono essere utilizzati gli estrogeni (ad esempio il 17-alfa-estradiolo) come ingredienti di lozioni. La loro azione avviene per assorbimento sistemico e quindi non va considerata una terapia locale, ma generale. Sono validi anche brevi cicli di finasteride: un farmaco che si usa per la calvizie maschile e che può essere utile in menopausa, quando non c'è rischio di gravidanze (altrimenti non si può prescrivere)», afferma la dottoressa **Magda Belmontesi**, dermatologa e docente all'Università di Pavia. Con costanza e determinazione, i risultati non tarderanno ad arrivare.



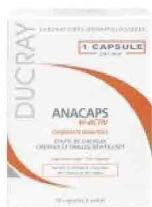
temi: ALOPECIA, CADUTA CAPELLI Data: 22-10-2012 01:39 PM

LAS O

Non

Mail obbligatoria) (obbligatorio)

Sito



Cod
 *



D I PIÙ LETTI

24 ore

La Brown non veste più Prada

Settimana

È Brad Pitt la nuova Marilyn Monroe

Mese

Zhu Zhu, dalla Cina con stile

Il terzo candidato alle primarie Pd è una donna

Monna Lisa agè

Mamme, una festa di gran moda?

Un tattoo (non) è per sempre

Signora si contenga, per favore

La gatta è tornata

A sua immagine e somiglianza

È Brad Pitt la nuova Marilyn Monroe

La Brown non veste più Prada

Il terzo candidato alle primarie Pd è una donna

Zhu Zhu, dalla Cina con stile

Alessandra Kustermann

La gatta è tornata

GIOVANNA MARANO

Monna Lisa agè

Mamme, una festa di gran moda?

Perdere 72 kg in un anno

È Brad Pitt la nuova Marilyn Monroe

Mamme, è arrivato l'aiutino

La gatta è tornata

La Brown non veste più Prada

Il terzo candidato alle primarie Pd è una donna

La passerella è hot

Nel blu dipinto di blu

Monna Lisa agè

Hadia Tajik la ministra musulmana

A Vicenza si impara a respirare

D SONDAGGIO



PARTECIPA AL SONDAGGIO

Qual è il viaggio che sogni di fare?

Inizia »