

DEFLUVIUM TELOGENICO

È una caduta massiccia e di breve durata dovuta a fattori come dieta sbilanciata, cambi di stagione, esposizione solare, fumo, stress, allattamento e cure con farmaci. Si manifesta soprattutto nei cambi di stagione, in particolare in autunno.

Nei casi di Defluvium Telogenico la perdita di capelli è diffusa su tutta la testa e colpisce sia uomini che donne. È importante sapere che, poiché il capello prima di cadere rimane in una fase di riposo (Telogen) di circa 2-4 mesi, le cause della caduta vanno ricercate almeno 2 mesi prima della manifestazione.

In caso di Defluvium la perdita di capelli è reversibile. Si risolve di solito spontaneamente ma, ci vogliono molti mesi e i danni sono visibili.



Qualche suggerimento da dare:

- ▶ Seguire un'alimentazione equilibrata che non manchi di minerali come il ferro, il rame e lo zinco, proteine, vitamine antiossidanti (C e E). Quindi seguire una dieta varia e bilanciata ricca di frutta e verdura di stagione, cereali, pesce, uova e carne che sono fonte di proteine.
- ▶ Contrastare lo stress con tecniche di rilassamento e regolare attività fisica.
- ▶ Evitare il fumo.
- ▶ Non esporre il cuoio capelluto alle radiazioni del sole e delle lampade abbronzanti.
- ▶ Un aiuto può derivare anche da integratori alimentari specifici per capelli o trattamenti topici che diano forza e robustezza al capello.

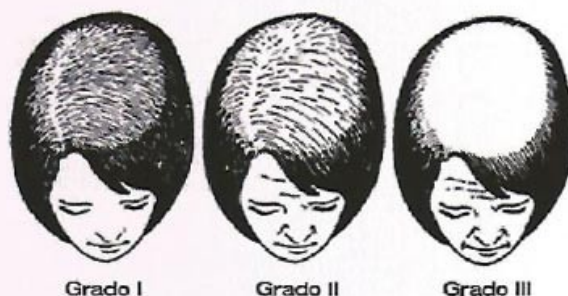
ALOPECIA ANDROGENETICA FEMMINILE E INVECCHIAMENTO

La caduta dei capelli è un fenomeno fisiologico anche influenzato dall'età.

In menopausa, quando i livelli di estrogeni si riducono drasticamente, si osserva spesso una caduta e un diradamento dei capelli con la comparsa di un'alopecia androgenetica. Le cause sono da ricercarsi nell'attività di alcuni ormoni, in particolare di quelli androgeni, come il testosterone che influenza la vita del capello. Sulle cellule dei follicoli piliferi è presente l'enzima 5 alfa-reduttasi nelle due forme 1 e 2, capaci di trasformare il testosterone in diidrotestosterone (DHT). Il DHT, prodotto per effetto dell'enzima 5alfa-reduttasi svolge un'azione dannosa: miniaturizza il follicolo pilifero fino a portarlo all'atrofia completa e, quindi, alterando il ciclo di vita del capello (accorciando la fase anagen). La **carenza di estrogeni** può aumentare l'attività dell'enzima 5 alfa-reduttasi, determinando l'assottigliamento dei capelli, un accorciamento della fase di crescita e quindi un progressivo diradamento.

L'Alopecia Androgenetica femminile è caratterizzata principalmente da un diradamento diffuso ed uniforme, localizzato nella parte superiore del cuoio capelluto.

Classificazione della calvizie femminile secondo **LA SCALA DI LUDWIG**



Inoltre, con il passare degli anni la produzione di melanina, responsabile del colore dei capelli, si riduce fino a fermarsi del tutto. Oltre alla visibile **perdita di colore**, la diminuzione di pigmento contribuisce ad una diffusa riduzione della consistenza dei capelli. Il pigmento aiuta anche a proteggere i capelli dai raggi ultravioletti e quindi i capelli bianchi sono più esposti a rischi.

Anche la produzione di sebo può rallentare. Ne consegue che i capelli diventano più **secchi e fragili**, perdendo la loro naturale forza e luminosità.

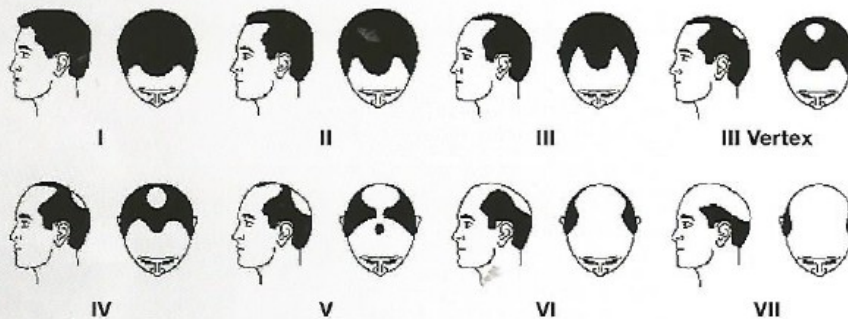
Con l'età, la produzione di radicali liberi aumenta, mentre i meccanismi di difesa endogeni diminuiscono. Questo squilibrio porta al **danno progressivo** delle strutture cellulari, causando l'invecchiamento.

ALOPECIA ANDROGENETICA MASCHILE

Negli uomini l'Alopecia Androgenetica è caratterizzata dalla perdita di capelli nelle zone superiori del capo e da un arretramento della linea frontale dell'attaccatura.

Le cause sono da ricercarsi nell'attività di alcuni ormoni, in particolare di quelli androgeni, come il testosterone che influenza la vita del capello. Sulle cellule dei follicoli piliferi è presente l'enzima 5 alfa-reduttasi nelle due forme 1 e 2, capaci di trasformare il testosterone in diidrotestosterone (DHT). Il DHT, prodotto per effetto dell'enzima 5 alfa-reduttasi, svolge un'azione dannosa: miniaturizza il follicolo pilifero fino a portarlo all'atrofia completa e, quindi, alterando il ciclo di vita del capello (accorciando la fase anagen).

LA SCALA HAMILTON definisce Sette diversi livelli di calvizie nell'uomo.



Recenti studi hanno messo in evidenza come il follicolo pilifero, per sostenere la crescita del capello ed il suo continuo rinnovarsi, attraverso le diverse fasi del suo ciclo di vita, ha bisogno di una grande quantità di energia.

L'energia che viene prodotta dal metabolismo energetico del nostro organismo è quindi fondamentale anche per sostenere la crescita del capello.

Nell'uomo diversi fattori quali stress, fumo, l'azione stessa del DHT e una dieta sbilanciata possono generare una mancanza di energia per il bulbo del capello, determinando un indebolimento del capello ed un progressivo accorciamento della sua fase di crescita.