

Bio

magazine

N.65 MENSILE - MARZO 2020 - €3,90

MAI PIÙ
SENZA
SUPERFOOD!

BELLEZZA

Labbra secche?

Accorgimenti cosmetici
e alimentari per prevenirle

Risvegliarsi ALLA BELLA STAGIONE

Ritroviamo energia e forza
con i consigli della Naturopatia

ATTUALITÀ

DISTURBI ALIMENTARI

Una vera emergenza per giovani
e adulti, nell'era della perfezione social

- SENTIMENTI
PERDONARE NON
È DIMENTICARE
- IN FORMA
QUANDO LA FATICA
NON PAGA
- ERBORISTERIA
TARASSACO E FUMARIA
- FOCUS ON
ERBE AROMATICHE
- ANIMALI
ARTROSI CANE
E GATTO
- IN LIBRERIA
VIVI L'ATTIMO
E RICONOSCERAI
TE STESSO

Home living

Le nuove tecnologie eco-friendly per una "CASA GREEN"



LUNASIA EDIZIONI

Prima immissione 25/02/2020

Poste Italiane S.p.A. - Speciazione in abbonamento postale - D.L. 353/03 (CONV. L. N°46 DEL 27/02/2004) ART. 1 COMMA 1 C/ RM/21/2018



STARE MEGLIO A cura di Marco Zorzetto

ALOPECIA ANDROGENETICA

Un problema comune, quello della calvizie, che colpisce milioni di persone in tutto il mondo. Scopriamo qualche segreto per contrastarla!





Nonostante non venga considerata una malattia ma piuttosto una condizione fisiologica, l'alopecia androgenetica, più comunemente conosciuta come calvizie, è causa di ansia e imbarazzo per tutti coloro che ne sono colpiti, che vivono l'evolversi della problematica in una condizione psicologica di rifiuto e disagio. Un fenomeno, quello del diradamento del cuoio capelluto, che solo in Italia interessa 7 uomini su 10 e 4 donne su 10, che può avere già inizio in età adolescenziale e proseguire inesorabilmente fino alla calvizie che tutti conosciamo. Gli uomini ne sono maggiormente colpiti, mentre nelle donne questo fenomeno si intensifica dopo la menopausa. Prima di affrontare quale rimedi naturali possono essere messi in campo per contrastare l'alopecia androgenetica, è prioritario imparare a conoscerla e scoprirne le cause, insieme a Elisabetta Belfiore, tricopigmentista del cuoio capelluto ed esperta pluriennale del mondo della chioma.

Quali sono le cause dell'alopecia androgenetica?

Le cause sono ormonali: la patologia è infatti dovuta all'eccessiva sensibilità dei follicoli piliferi agli ormoni androgeni, che porta i capelli a indebolirsi e a diventare più fini evolvendosi verso lo stato cosiddetto di "vellus". Se non si interviene per tempo, l'alopecia androgenetica progredisce inarrestabilmente, con velocità dipendente dalla propria predisposizione.

L'evolversi del problema è uguale per uomini e donne?

No, per gli uomini, l'AGA (alopecia androgenetica) determina un progressivo diradamento dell'area fronto-temporale (generalmente chiamata "stempiatura") e del vertice, mentre nella donna si manifesta oltre la linea frontale, appena dietro e spesso coinvolge anche la zona temporo occipale. Un altro tratto distintivo che differenzia le due tipologie è la maggiore gradualità con cui l'alopecia femminile si manifesta rispetto a quanto accade nell'uomo.

Maschera bio per irrobustire i capelli miniaturizzati

Il consiglio della nostra esperta è una maschera al tuorlo d'uovo, sostanza che secondo alcuni studi giapponesi potrebbe addirittura in futuro nascondere il segreto per la risoluzione definitiva della caduta dei capelli! Sbattete i tuorli con olio EVO e aceto, quindi aggiungete un vasetto di yogurt, mescolate e stendete sui capelli. Avvolgete nella pellicola e tenete in posa per 45 minuti. Procedete con lo shampoo e poi risciacquate con aggiunta di tè verde, altro prezioso amico della natura dalle proprietà anti-Dht!



Esistono delle soluzioni naturali che possono combattere la calvizie?

In affiancamento alla terapia medica, che può essere prescritta esclusivamente dal medico, è possibile ricorrere a rimedi di supporto naturali che si traducono principalmente in trattamenti topici di varia natura e integratori alimentari in grado di inibire l'azione androgena sui follicoli piliferi, stimolandone quindi la rigenerazione. Se parliamo di alopecia androgenetica è necessario intervenire con elementi che inibiscano l'attività del Diidrotestosterone (Dht) sul bulbo pilifero. Attualmente, gli estratti di serenoapens, di mela annurca, di semi di zucca e di lino e di ortica rappresentano le soluzioni naturali anti-Dht più efficaci sul mercato. Seppur questi composti abbiano un'azione più blanda rispetto alle terapie mediche generalmente prescritte per cura della calvizie, possono rappresentare sia un'alternativa senza controindicazioni sia un completamento delle stesse.

Per concludere, quali altre novità per sconfiggere l'AGA?

Una novità assoluta è rappresentata dallo skinpating, un trattamento sicuro, efficace e non invasivo che associa varie azioni combinate. Nello specifico la tecnica permette di incrementare immediatamente il microcircolo sanguigno, favorendo l'ossigenazione dei tessuti, stimolare il metabolismo cellulare e veicolare dei principi attivi che favoriscono la crescita del capello.

Come funziona?

Il trattamento ha una durata di circa 20 minuti e si divide in due fasi, durante le quali si abbinano: micro dermo-incisione controllata, stimolazione con onde pressorie, ionoforesi, elettro e fotostimolazione. Questa metodica permette senza alcun fastidio per il paziente di ottenere, al termine di un protocollo di 4-6 sedute, un miglioramento significativo dell'alopecia sia maschile che femminile, con una riduzione della perdita di capelli e un aumento del diametro in tutte le aree del cuoio capelluto trattate.

Com'è possibile riconoscere l'alopecia androgenetica?

Nelle aree soggette del capo ci sono capelli più sottili e meno numerosi, in quanto i follicoli piliferi colpiti sono andati incontro a un progressivo "rimpicciolimento" (miniaturizzazione). A livello pratico, le zone colpite da AGA appaiono con capelli elettrici, meno corposi e quindi più difficili da acconciare. Ovviamente il migliore modo per comprendere se si hanno capelli in fase di miniaturizzazione è quello di rivolgersi a un tricologo.

Cosa fare quindi per contrastare l'evoluzione?

Una volta individuato il problema, è bene agire tempestivamente rivolgendosi a uno specialista che sarà in grado di confermarne la diagnosi e indirizzare verso una cura idonea. È possibile contrastare l'avanzamento della miniaturizzazione e, in alcuni casi, anche invertirne il processo recuperando fino a 2 gradi nella scala della displasia.