

Caduta dei capelli Qualità dei capelli scadente Grigiore precoce



Una guida per le interessate

Primi sintomi

- **Sempre più capelli sulla spazzola o nel lavandino?**
- **Volume ridotto, minore spessore e capelli sottili?**
- **Capelli rovinati, opachi e fragili?**
- **Grigiore precoce e colore spento?**

Non siete soli!

Perdita dei capelli – molto di più di un solo problema di d'immagine

Perdiamo ogni giorno fino a 100 capelli. È un fatto del tutto normale e non deve costituire motivo di preoccupazione. Tuttavia, se questa perdita si accresce, bisogna reagire e fare qualcosa.

Le donne percepiscono la perdita dei capelli come un fatto particolarmente sgradevole. Mentre si considera normale che con il passare degli anni i capelli dei maschi si diradino, il capello folto e sano nelle donne è sinonimo di femminilità e attrattiva. Di conseguenza, il capello che si insottolisce non è soltanto un problema visivo, ma produce sofferenza nelle donne che vivono una perdita di attrattività. Mentre tante donne sanno affrontare bene questa situazione, in altre si manifestano insicurezza e disagio. Tanto più importante è allora andare a fondo delle cause della perdita dei capelli e trattarle in modo mirato.

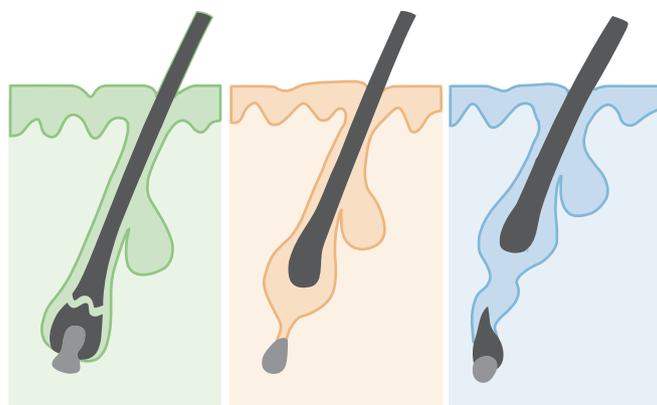
Spesso si sopravvaluta la quantità di capelli caduti. Per essere veramente sicuri di quanti capelli effettivamente si perdono, si dovrebbero contare quelli caduti nell'arco di una giornata.



Le tre fasi di crescita di un capello

Stimando di avere ca. 100'000 capelli, ogni giorno ne produciamo 30 metri (cioè, ca. 1 cm per capello al mese) che diventano 1 km al mese in totale! Siccome la fase di crescita dura tra i 3 e gli 8 anni per quasi tutti gli esseri umani, i capelli possono raggiungere mediamente, nel loro ciclo di vita, una lunghezza compresa tra i 70 e gli 80 cm. I ca. 100'000 capelli dell'uomo si trovano in fase asincrona (cioè, non allo stesso tempo) in 3 diversi stadi di sviluppo che si ripetono ciclicamente. Ciascun capello segue il proprio ritmo evolutivo in cui le 3 fasi si succedono:

- 1 Fase di crescita (fase anagen)
- 2 Fase di involuzione (fase catagen)
- 3 Fase di riposo (fase telogen)

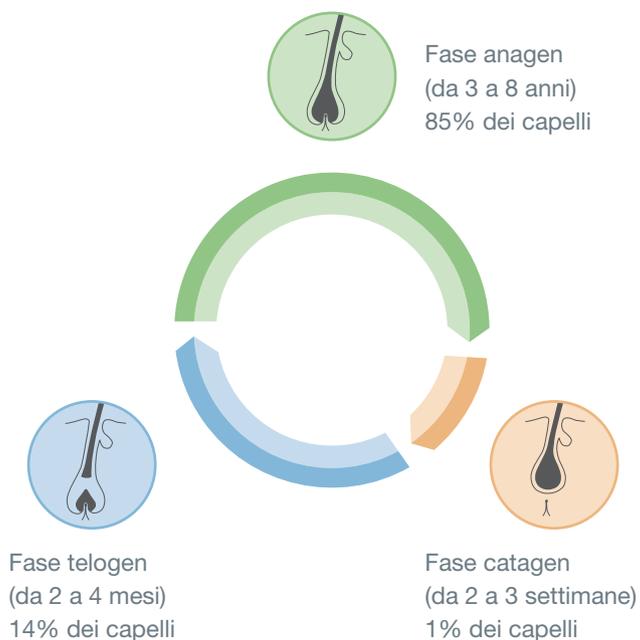


Fase anagen

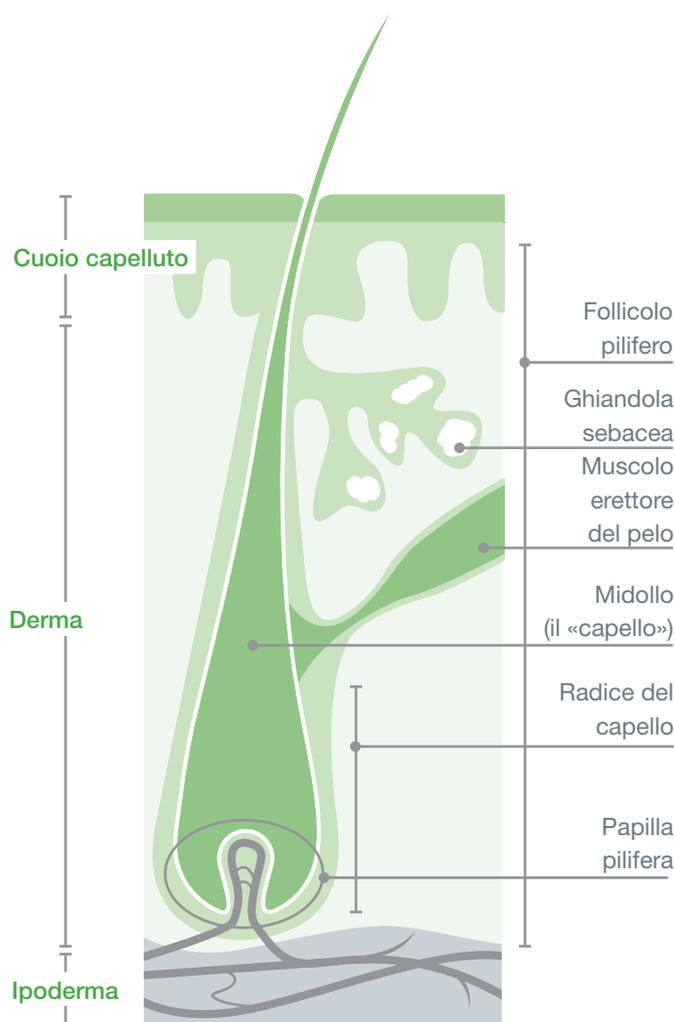
Fase catagen

Fase telogen

- 1 Durante la fase di crescita (fase anagen) che dura tra i 3 e gli 8 anni, il capello cresce all'incirca 1 cm ogni mese. Dall'80 al 90% dei capelli si trovano in questa fase di crescita. Il capello durante questo periodo è condizionato da eventi che possono danneggiarlo o rigenerarlo.
- 2 Il capello sospende la crescita durante la fase di involuzione (fase catagen) che dura mediamente 2 settimane.
- 3 Nella fase di riposo (fase telogen) che dura mediamente tra i 2 e i 4 mesi, il capello cade senza causare dolore. Ogni giorno perdiamo in questo modo fino a 100 capelli. Il ciclo è concluso mentre una nuova fase di crescita può aver inizio (vedi grafico sotto).



La composizione del capello



I vasi sanguigni, che apportano sostanze nutritive e ricostituenti, sono i responsabili del nutrimento delle radici dei capelli. Se questo apporto viene compromesso o interrotto, le radici dei capelli cessano anticipatamente di svolgere la loro funzione. Due/tre mesi dopo il danneggiamento, inizia la caduta dei capelli. Per comprendere a fondo la causa di questa caduta, è opportuno considerare gli eventi degli ultimi 2-3 mesi. Le radici dei capelli sono tra i tessuti più attivi del nostro corpo. Per questo sono così ricettive verso gli agenti nocivi o curativi. Le influenze nocive possono danneggiare i capelli solo durante la fase della crescita. Anche se la maggior parte dei capelli è in questa fase, tuttavia essi reagiscono con estrema sensibilità, al contrario della peluria di viso e corpo, che segue altri criteri di crescita.

Trattare la caduta dei capelli non si può fare dall'oggi al domani

I capelli seguono un ciclo di crescita naturale. Quando cadono, le radici necessitano di tempo per rigenerarsi. Finché la crescita diventa visibile trascorrono almeno 3 mesi. Perciò gli esperti consigliano di sottoporsi a una terapia contro la caduta dei capelli per un periodo di tempo più lungo. In genere è consigliata una terapia della durata di 6 mesi.

La caduta dei capelli non ha una causa unica

Esistono diverse modalità di caduta dei capelli. Si possono perdere, infatti, su tutto il cuoio capelluto, ma anche in specifiche zone come quella frontale o, sulle laterali, nelle cosiddette stempiature.

Quando l'intero cuoio capelluto è colpito, si parla di una caduta diffusa. Approssimativamente il 40% delle donne è colpita almeno una volta nella vita da questo tipo di caduta dei capelli. Il motivo è un apporto insufficiente di micronutrienti alle radici dei capelli per mezzo della circolazione del sangue.

La conseguenza è una cessazione precoce dell'attività della radice del capello. Il capello cade. Con l'avanzare di questo stato il capello diventa sempre più sottile.

La diffusa caduta dei capelli può avere diverse origini:

- cambiamenti ormonali come per esempio quelli durante la menopausa, l'allattamento e la sospensione della pillola
- malattie come infezioni o disturbi del metabolismo
- assunzione di determinati farmaci
- alimentazione sbagliata o incompleta a seguito di una cura dimagrante
- stress psicologico o altre forme di stress

Altri problemi dei capelli

Capelli sfibrati

Quando i capelli sono sciupati e sfibrati significa che le squame più esterne della cuticola sono separate e irruvidite. Il capello perde la lucentezza, diventa stopposo e le punte tendono a spaccarsi. Le cause che portano a capelli danneggiati sono molteplici: l'asciugacapelli utilizzato ad alte temperature, trattamenti chimici come la colorazione o la permanente e l'uso frequente di arricciacapelli o piastre rovinano la struttura del capello. Sole, vento e acqua con cloro o sale possono ulteriormente essere causa di danneggiamento.



Capelli sani



Capelli danneggiati

Incanutimento precoce

L'incanutimento del capello è un segno tipico del processo fisiologico dell'invecchiamento dell'uomo. In realtà, i capelli diventano bianchi e non grigi. Il colore grigio è un effetto ottico della presenza simultanea di capelli pigmentati e depigmentati. L'inizio dell'incanutimento è geneticamente determinato e inizia quasi sempre attorno alla metà dei 30 anni. L'incanutimento può essere provocato in modo precoce o rapido dall'evento di una malattia o dallo stress psichico.

Si lasci alle spalle il problema della caduta dei capelli e gli altri problemi correlati

Quando scoprite, grazie alla consulenza di un esperto, la causa della caduta dei vostri capelli, potete intervenire.

Un trattamento consolidato contro la caduta dei capelli deve basarsi su un medicamento ad alto dosaggio, specifico contro la caduta dei capelli. Molti prodotti pubblicizzano risultati visibili in poco tempo. Tuttavia, un trattamento di breve durata non produce il risultato desiderato poiché solo un cura di almeno 6 mesi, in base alla gravità del problema, può produrre e mantenere un risultato efficace. Generalmente i primi risultati della terapia sono visibili dopo 3-4 mesi.

pantogar® è un rimedio terapeutico altamente efficace per il trattamento della caduta diffusa e contro i danni alla struttura dei capelli. Grazie alla sua speciale combinazione di aminoacidi, proteine e vitamine del gruppo B, pantogar® fornisce ai capelli tramite il metabolismo cellulare le sostanze nutritive necessarie per promuovere una crescita sana e per ripristinare una struttura solida ed elastica.



Durata consigliata della terapia: 6 mesi

pantogar® ristruttura il capello dall'interno

pantogar® contiene una combinazione di principi attivi altamente efficace che fornisce ai capelli tutte le sostanze ricostituenti più importanti.

Principio attivo per dose giornaliera	Vantaggi per i capelli
L-cistina, 60 mg	Favorisce la crescita dei capelli e ne rinforza la struttura
Cheratina, 60 mg	Rinforza e rigenera gli elementi costitutivi del capello
Vitamina B ₁ , 180 mg	Favorisce la ricrescita dei capelli caduti grazie alla riattivazione delle radici dei capelli
Vitamina B ₅ , 180 mg	Stimola la ricrescita e la rigenerazione delle cellule dei capelli
Lievito medicinale, 300 mg (alto contenuto di vitamine, p.es. biotina)	Favorisce la crescita di capelli e unghie sani
Acido para-aminobenzoico, 60 mg	Previene l'incanutimento precoce

La formula L-cistina contro la perdita di capelli



pantogar® trattamento contro la caduta dei capelli, lo sfaldamento delle unghie e per la prevenzione della comparsa precoce dei capelli bianchi.

La L-cistina è un amminoacido naturale e si trova a concentrazioni elevate nelle cellule pilifere.

Disponibile in farmacie e drogherie. È un prodotto farmaceutico approvato. Leggere il foglietto illustrativo.