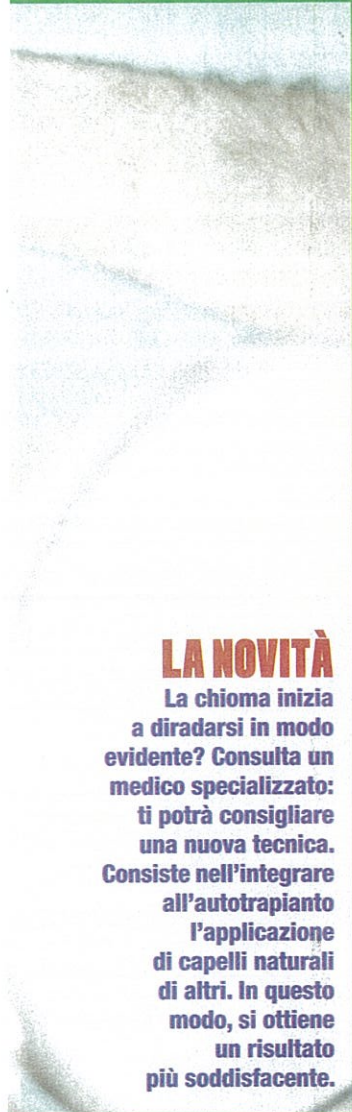


che le femmine, seppur di rado, possono soffrirne. Soprattutto dopo i quaranta

NECESSARI FIALE O BISTURI, CURA IL MENU

e la caduta non si ferma, ci sono nuove armi per riavere la chioma



LA NOVITÀ

La chioma inizia a diradarsi in modo evidente? Consulta un medico specializzato: ti potrà consigliare una nuova tecnica. Consiste nell'integrare all'autotrapianto l'applicazione di capelli naturali di altri. In questo modo, si ottiene un risultato più soddisfacente.

sanguigna dei tessuti e il nutrimento del bulbo», prosegue lo specialista.

● **IL TRAPIANTO** «Se l'alopecia è in fase cicatriziale, cioè i follicoli sono atrofizzati e non possono più essere "risvegliati", l'unica soluzione è la chirurgia. L'autotrapianto consiste nel prelievo di una striscia di cuoio capelluto da dietro la nuca. Poi viene impiantata dove serve. L'intervento, eseguito in ambulatorio con anestesia locale, lascia cicatrici invisibili e i risultati durano decine di anni», conclude Toscani. ◆

Gravidanza, allattamento e menopausa le fasi più critiche

NELLE DONNE LA CAUSA È ORMONALE

L'alopecia androgenetica non colpisce solo gli uomini. Ne soffre anche una donna su tre, soprattutto dopo i quarant'anni. Ma il fenomeno è in crescita anche tra le più giovani: a causarlo, in questo caso, sono stress, inquinamento, diete drastiche e squilibrate che riducono la vitalità del bulbo. «Di solito non si manifesta in una zona precisa della nuca ma come un diradamento generalizzato. Nella maggior parte dei casi il problema nasce da uno sbalzo ormonale», dice Toscani.

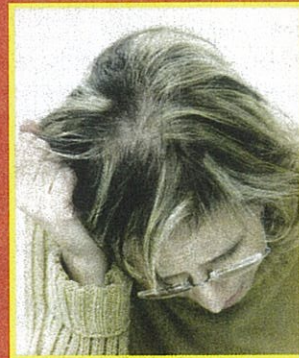
● **In gravidanza.** Gli estrogeni calano bruscamente. I capelli non possono più contare sul benefico effetto di questi ormoni e appaiono più deboli, sottili e radi, fino a cadere.

● **Durante l'allattamento.** Gli alti livelli di prolattina,

ormone che stimola la ghiandola mammaria, indeboliscono i bulbi piliferi. Inoltre, la produzione di latte impoverisce l'organismo di ferro, calcio e di tutti i minerali indispensabili per garantire la salute dei capelli.

● **In menopausa.** «Tante donne, verso i cinquant'anni, si accorgono che i capelli si assottigliano e cadono, mentre la peluria del viso si ispessisce», prosegue l'esperto. È colpa delle ovaie, che producono meno estrogeni.

● **I rimedi.** Oltre alle cure classiche (con minoxidil e finasteride), ci sono le fiale da applicare sulla cute a base di flavonoidi (isoflavoni di soia), caffeina, neuropeptidi e vitamina PP. Nei casi di caduta stagionale, per rafforzare la radice sono utili gli integratori di rame e zinco.



IN PILLOLE

PROTESI PIP: UN NUMERO VERDE DA INFORMAZIONI

L'Associazione Periplo Familiare, che tutela le vittime della malasanità, torna a lanciare l'allarme sulle protesi PIP (ritirate dal commercio per la loro pericolosità). Il problema riguarda oltre 45 mila donne italiane, che hanno questo impianto. Per sapere cosa fare in caso di rottura e conoscere rischi per la salute, diritti e costi da affrontare per la sostituzione, c'è il numero verde 800 210708.



CHI FA JOGGING VIVE SEI ANNI IN PIÙ

La notizia arriva dall'European Association for Cardiovascular Prevention, con sede a Dublino, dove i ricercatori della Bispebjerg University Hospital di Copenhagen hanno verificato la relazione positiva tra jogging e speranza di vita. La ricerca ha dimostrato che coloro che corrono due ore a settimana per almeno 30 anni vivono in media sei anni in più dei sedentari (mediamente 6,2 anni gli uomini e 5,6 le donne), riducendo la mortalità del 44%.

PATATE CONTRO L'IPERTENSIONE

Secondo i dati dell'American Chemical Society, le patate, consumate con regolarità, sono in grado di abbassare la pressione sanguigna del 3-4 per cento. In particolare le patate viola, se cucinate senza l'aggiunta di sale e condimenti grassi, avrebbero questo potere. Le patate sono, erroneamente, ritenute serbatoi di grassi e zuccheri, ma in realtà hanno poche calorie e molte vitamine.

