

Introducció

- El cabell és una característica important en la imatge d'una persona, per això cal cuidar-lo i mantenir-lo sa i net amb els productes adequats. La pèrdua del cabell, ja sigui de forma natural o no, s'anomena alopecía, i té com a resultat la calvície.

Hi ha diferents situacions d'alopecía, algunes naturals i d'altres no.

Parts del cabell

- Per entendre els diferents processos, cal parlar en primer lloc de les parts fonamentals en què es divideix el cabell:

- part externa, tija;
- i part interna, fol·licle, glàndula sebàcia, múscul erector.

En l'home, l'estat d'activitat de cada arrel pilosa és independent de les adjacents. Així, al cuir cabellut es troben alhora totes les fases del cicle.

El **període de creixement** dura uns quants anys, mentre que el de repòs tan sols dura uns mesos. El 85% dels fol·licles es troben en fase de creixement, i un 14% es troba en repòs.

El **període de transició** entre el creixement i el repòs dura de 2 a 3 setmanes, i en aquesta fase es troben un 1% del total.

Quan podem parlar d'alopecía?

- En total, en un cuir cabellut hi ha al voltant de 100.000 cabells. En una situació normal, té lloc una caiguda diària d'uns 100 cabells.

- A partir d'una caiguda de 250 cabells al dia**, podem començar a parlar de caiguda massiva i de principi d'alopecía.

Haurem de detectar si l'alopecía té lloc de manera congènita o adquirida.

Tipus d'alopecía

- Les **alopecies adquirides** poden ser de diferents menes, segons si són **degudes a alguna situació o producte o per causes hereditàries o hormonals**. Les alopecies del primer grup es manifesten mentre la causa, producte o malaltia sigui present. Una vegada s'elimina la causa que la provoca, l'alopecía desapareix de manera gradual.

- Així mateix, **també poden aparèixer alopecies endocrines** per alteracions hormonals en la hipòfisi o les glàndules tiroide i suprarenal; aquest tipus d'alopecía és més rara.

- Amb tot, l'**alopecía androgenètica o calvície vulgar** és la que es presenta més sovint. Habitual en l'home, s'inicia als 20-30 anys d'edat. La calvície completa es produeix cap als 50 anys. Aquesta calvície és irreversible i no té curació. Com que no es pot modificar la glàndula sebàcia, la producció de seü no augmenta, encara que queda dipositat al cuir cabellut i, finalment, el múscul erector s'atrofia.

Per mantenir un cabell sa

Atencions per mantenir un cabell sa:

- Cal raspallar el cabell cada dia, per eliminar-ne les restes adherides.
- El pentinat s'ha de fer amb una pinta que tingui pues no afilades; evitar els pentinats tibants i forçats.
- El cabell s'ha de rentar d'1 a 2 vegades per setmana, aclarint-lo bé amb aigua tova, i assecant-lo a temperatura moderada.
- Evitar acolorir i descolorir el cabell massa sovint.