

Da secoli la cura della persona ha avuto un'importanza significativa a livello culturale, sanitario e sociale; ancora oggi il benessere di capelli e cute ricopre un ruolo fondamentale.

I capelli sono l'emblema della nostra bellezza, del nostro star bene; sono importanti quando ci guardiamo allo specchio, quando usciamo in mezzo alla gente e perché no, anche quando lavoriamo. Un aspetto curato, inutile negarlo, ci agevola in tanti campi della nostra vita e aumenta la nostra autostima. La bellezza estetica dei capelli non può essere estrapolata dallo studio della loro biologia e fisiologia. Mentre i fusti dei capelli, costituiti per lo più da cellule morte possono essere a lungo manipolati e risultare utili nel proteggerci da agenti esterni come sole e freddo, tutt'altro discorso va fatto per la cute. La pelle è un organo molto complesso ed esteso, è un confine tra il mondo esterno e quello interno, tra l'ambiente e il proprio sé. Biologicamente, lo strato di protezione determinato dalla pelle non finisce con lo strato corneo ma si completa con il film idrolipidico e con l'insieme dei microrganismi che compone il microbioma cutaneo. Cute, film e microbioma costituiscono un equilibrio unico come nel caso del cuoio capelluto. Ma cosa succede se questo equilibrio viene a mancare? In una situazione di squilibrio possono insorgere alterazioni più o meno gravi; ad esempio un eccesso di sebo, o un cambiamento della sua composizione, rendono il cuoio capelluto un terreno poco adatto, se non nocivo, per la crescita dei capelli con lo sviluppo anche di desquamazione. Variando il pH, vengono favoriti alcuni microrganismi patogeni a discapito dei commensali creando infiammazioni locali e sintomatologia pruriginosa associata. Tali cambiamenti non sono da sottovalutare, infatti se non risolti subito diventano cronici, andando a influenzare negativamente il turnover cellulare cutaneo e la fisiologia dei fol-

licoli stessi, con conseguenze sullo svolgimento del ciclo vitale dei nostri capelli.

Viene quindi da chiederci: c'è un modo per poter contrastare, se non risolvere, queste problematiche? Approfondiamo questo aspetto grazie al contributo della dott.ssa Debora Martinelli, biologa esperta da anni in tricologia, che ci spiega come la ricerca scientifica in questo campo abbia individuato alcune piante i cui estratti sono in grado di fornirci aiuti importanti per i nostri problemi tricologici. Una delle piante più conosciute come alleata della pelle è il *Rosmarinus Officinalis* (RO), una pianta sempreverde che è stata spesso usata, fin dai tempi antichi, come ingrediente di prodotti cosmetici. I suoi estratti contengono il carnosolo e l'acido rosmarinico, 2 principi attivi in grado di purificare e sebonormalizzare il distretto cutaneo. Il carnosolo inoltre, è in grado di agire direttamente sull'enzima superossido dismutasi, che degrada i radicali liberi, liberandoci dal danno ossidativo che provoca l'invecchiamento precoce. Altra azione importante di carnosolo e acido rosmarinico, è quella antinfiammatoria, in quanto queste sostanze vanno ad interagire con il rilascio di spe-

di **Biancamano**

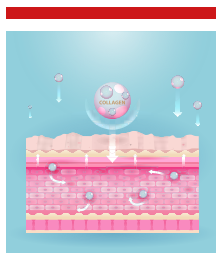
Dalle piante numerosi rimedi per mantenere

NATURA E BELLEZZA

cifici mediatori infiammatori, riducendo notevolmente i sintomi quali prurito e rossore. Come se non bastasse, il RO è in grado di svolgere anche un'azione antibatterica, soprattutto contro *mycobacterium tuberculosis*, e antifungina, in particolare contro *candida albicans* e tinea.

Un'altra pianta dalle grandi proprietà correttive in campo tricologico è l'Eucaliptus Globulus (EG), pianta sempreverde che cresce soprattutto in zone con clima temperato. Alcuni studi hanno dimostrato come EG possa avere un grande impiego nel trattamento della sintomatologia pruriginosa. Nello studio di Takagi si è testata una lozione topica a base di EG su persone con dermatite atopica, dermatite seborroica e con pitiriasi. I risultati hanno mostrato un notevole miglioramento della secchezza della pelle, della desquamazione e anche degli eritemi presenti nei soggetti con forme più gravi. Si conclude che gli estratti EG sono fortemente indicati per tutte le condizioni cutanee che presentano condizioni desquamative con sintomatologia pruriginosa.

Una pianta invece meno conosciuta, ma molto promettente in campo tricologico, è il *Cardiospermum Halicacabum*, definito addirittura un cortisone naturale, tale è la



Biologicamente, lo strato di protezione determinato dalla pelle non finisce con lo strato corneo ma si completa con il film idrolipidico e con l'insieme dei microrganismi che compongono il microbioma cutaneo

© Space Vector/shutterstock.com

Bibliografia

- Zgonc Škulj A et al. "Herbal preparations for the treatment of hair loss." Archives Of Dermatological Research 2019 Nov 03.
- Takagi Y et al. "The efficacy of a pseudo-ceramide and eucalyptus extract containing lotion on dry scalp skin." Clinical, Cosmetic And Investigational Dermatology 2018 Apr 06; Vol. 11, pp. 141-148.
- CARLONI D., "Cardiospermum halicacabum for the treatment of dermatitis. *Cardiospermum halicacabum* - Sapindaceae family: a plant with a cortison-like action as a valid alternative to traditional dermatological applications", H adn PC Vol. 7(4) October/December 2012, 32-37
- Folashade O. Oyedeji and Olufunsho Samuel Bankole-Ojo2 "Quantitative evaluation of the antipsoriatic activity of sausage tree (*Kigelia africana*)." African Journal of Pure and Applied Chemistry 18 October, 2012.

sua capacità antinfiammatoria. Gli studi condotti a tal proposito evidenziano l'inibizione della liberazione di TNF- α e di ossido nitrico da parte dei macrofagi, evitando il manifestarsi di sintomi fastidiosi come prurito e arrossamento. L'effetto, come detto, è simile a quello cortisonico, ma senza i potenziali effetti collaterali del farmaco.

Citiamo in ultimo la *Kigelia Africana*, una pianta originaria dell'Africa spesso utilizzata dalle popolazioni indigene per il trattamento di diverse problematiche cutanee: dall'infezione micotica, agli eczemi fino alla cicatrizzazione delle ferite. L'aspetto più interessante legato all'azione dell'estratto è tuttavia l'effetto benefico che sembra avere sulla psoriasi, patologia con insorgenza autoimmune, per la quale è molto difficile trovare un rimedio. I risultati di molti studi sulla pianta in ambito tricologico sono davvero sorprendenti: l'estratto derivato dalla corteccia della pianta ha ridotto notevolmente i sintomi di psoriasi, secchezza e desquamazione, tanto da aprire la strada a studi che potrebbero individuare un percorso specifico per rendere la vita più serena a tutte quelle persone che ne soffrono. In conclusione, possiamo affermare che la natura ci fornisce diverse armi per poter contrastare alcune delle alterazioni più comuni che intaccano la bellezza della nostra chioma; sfruttiamole, così da poter continuare a sfoggiare il nostro aspetto migliore. ■

ria Mancini

ere in salute il derma e il follicolo pilifero

PER CUTE E CAPELLI