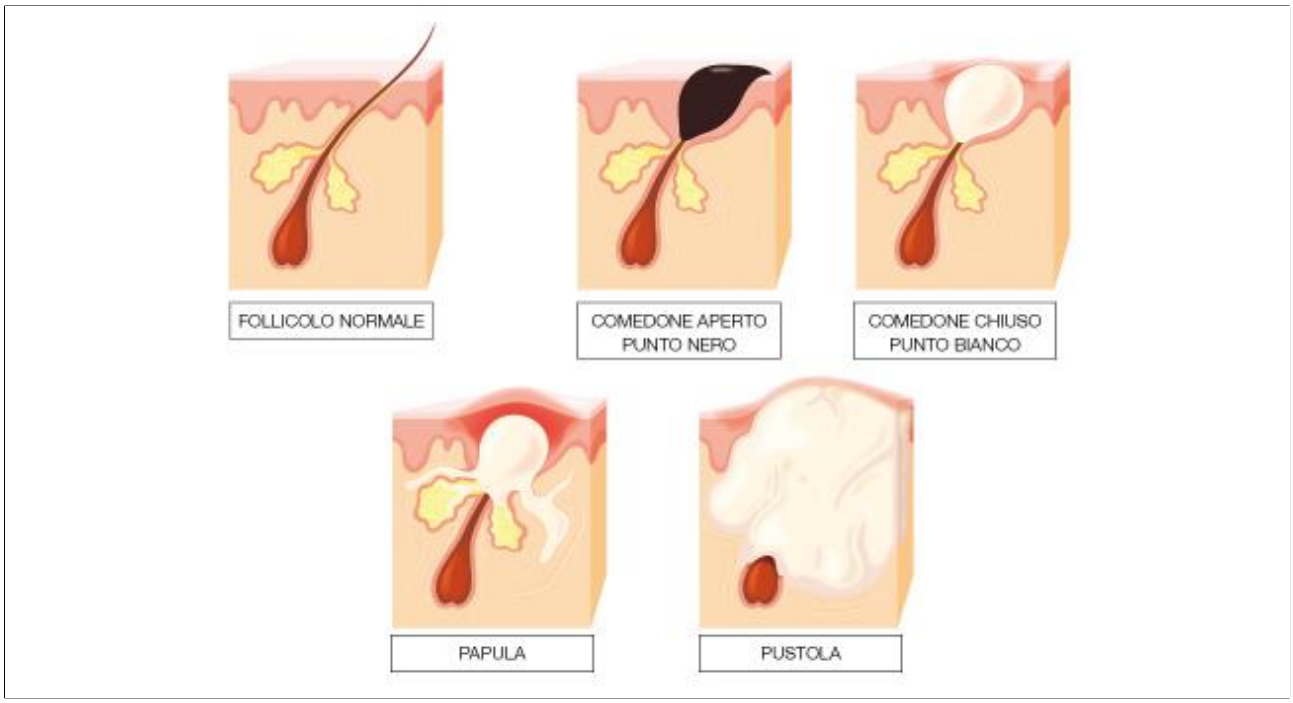
3 Acconciatori – Dermatologia - Prof.ssa Maria Bozzi

Lezione + video + Test Lunedì 6 aprile 2020 – 1 ora (10 – 11)

Guardare video: 19' 22" https://www.youtube.com/watch?v=pBEzJmR9kZ0

ALTERZIONI DELLA SECREZIONE SEBACEA: ACNE

Patologia multifattoriale con una serie di cause e concause



L'acne, scientificamente classificata con il nome di ***Acne vulgaris***, è un disturbo dermatologico di grande diffusione, non solo fra i giovanissimi. Contrariamente a quanto si crede, riguarda il **90% degli adolescenti** ma anche oltre il **45% degli adulti**. Mentre nel primo caso viene definita **acne giovanile**, nel secondo è nota come **acne tarda (o tardiva)**. Nelle donne di età superiore ai 25 anni è anche frequente l'**acne comedogena post adolescenziale (CPAA)**, una forma non infiammatoria della patologia.

L'acne è uno dei disturbi per cui le persone si rivolgono più frequentemente alle cure del **dermatologo**. Causa l'infiammazione dei **follicoli sebacei** della pelle, che porta alla formazione di brufoli e che riguarda principalmente la pelle del viso, delle spalle, della schiena e del torace.

1. La prima caratteristica della pelle acneica è l'**iperseborrea**, ossia l'**eccessiva secrezione di sostanze grasse** che normalmente entrano a far parte del rivestimento protettivo della pelle, il cosiddetto film idrolipidico.

2.La seconda importante caratteristica della pelle acneica è l'**ispessimento superficiale**, un processo definito **ipercheratinizzazione**. L'indurimento provoca l'occlusione dei piccoli condotti (follicoli sebacei) che portano il sebo dalle ghiandole che lo producono alla superficie cutanea. Il

sebo rimasto chiuso all'interno favorisce la proliferazione del ***Propionibacterium acnes***, un **batterio** che vive fisiologicamente nella pelle. Quando la sua presenza supera i livelli normali, questo microorganismo irrita la pelle, scatenando la produzione di sostanze coinvolte nell'infiammazione. A seguito di questi fenomeni il follicolo si gonfia, si arrossa e si indurisce, formando il brufolo.

L'iperproduzione di sebo e l'ispessimento cutaneo possono riconoscere cause:

- **ormonali**: nella genesi dell'acne sono coinvolti gli **ormoni maschili** (gli androgeni), in taluni casi attraverso una loro secrezione eccessiva e in altri secondo un meccanismo di maggiore sensibilità delle ghiandole sebacee alla loro azione. Una delle cause di acne più frequente nelle donne è l'**ovaio policistico**, una patologia che comporta livelli elevati di androgeni nel sangue: in questi casi, l'assunzione della pillola anticoncezionale migliora il quadro dermatologico
- **predisposizione genetica**.

I fattori che possono provocare un'esacerbazione dell'acne sono numerosi e riguardano principalmente lo **stile di vita**, i comportamenti che si adottano durante la vita quotidiana. Qui di seguito consideriamo e approfondiamo quelli ritenuti più importanti dagli esperti.

STRESS

La **tensione accumulata** a causa degli impegni e delle responsabilità da gestire nell'ambito della **vita privata** e **professionale** può favorire il peggioramento della sintomatologia. Questo fenomeno impatta sulla comparsa di nuovi brufoli in particolare negli adulti. Il meccanismo con cui agisce lo stress è quello ormonale: innescando **la sintesi di androgeni** (gli ormoni maschili che tuttavia vengono prodotti, in quantità relativamente esigue, anche nelle donne), che aumentano la produzione di sebo da parte della pelle, che a sua volta porta alla formazione dei brufoli. La **comparsa dei brufoli** è **essa stessa causa di stress** e attiva un circuito vizioso che si autoalimenta e che talvolta risulta difficile da interrompere. I dermatologi esperti nella cura dell'acne consigliano ai pazienti iniziative che favoriscono lo stress management, quali la pratica della **mindfulness** e l'**attività sportiva**. Quest'ultima attiva la secrezione di **endorfine**, molecole associate al benessere fisico e psichico.

ALIMENTAZIONE

Gli effetti dell'alimentazione sulla comparsa dei brufoli sono studiati da tempo e con grande

interesse. L'idea di poter eliminare possibili cause di peggioramento dell'acne e, dall'altro lato, di favorire il miglioramento dell'aspetto della pelle, affascina studiosi e persone comuni, non solo se coinvolte direttamente dal problema. **Non sembra esserci** alcuna **correlazione** fra la **presenza nella dieta** del cioccolato, in **quantità moderate** e in particolare se si tratta di **cioccolato fondente**, e l'affioramento dei **brufoli**.

Numerosi studi hanno messo in luce l'**effetto benefico** di una **dieta ricca di alimenti di origine vegetale**, **pesce**, **carne bianca** e **cereali integrali**. Cibi che fanno parte della **Dieta Mediterranea**, un protocollo alimentare benefico non solo per la pelle, ma per l'intero organismo. A dispetto della moderna reinterpretazione della Dieta Mediterranea (sbilanciata a favore degli amidi), l'**alimentazione** dei soggetti acneici dovrebbe essere **povera di zuccheri**. Queste sostanze sono infatti direttamente responsabili dell'aumento della **produzione di insulina**, che porta anche alla **secrezione di androgeni**. Questi ormoni sono, come descritto sopra, coinvolti nell'ipersecrezione di sebo da parte della cute e quindi nella comparsa dei brufoli.

Anche il **latte** ed i **prodotti lattiero caseari** sono fra i fattori che, secondo alcune osservazioni, **potrebbero** portare al **peggioramento dell'acne**. In realtà, non si tratta di un riscontro certo, ma solo di una correlazione messa in luce da uno **studio pubblicato sullo Scandinavian Journal of Public Health**. Nell'articolo viene sottolineato come i derivati del latte contengano la **leucina**, un aminoacido che sembra favorire il processo infiammatorio alla base dell'acne.

ESPOSIZIONE AL SOLE

Nonostante una delle convinzioni più diffuse riguardo l'acne sia che migliori se il viso viene esposto ai raggi del sole, è necessario impiegare sempre un **filtro solare per proteggere la cute**. Il prodotto deve essere scelto in formulazione **oil free** per non favorire l'occlusione dei follicoli sebacei e, conseguentemente, peggiorare la sintomatologia.

Il sole può, inoltre, favorire la **comparsa di cicatrici in corrispondenza dei brufoli**. Un'ulteriore ragione per cui è necessario l'utilizzo di protezione solare è rappresentata dal surriscaldamento della cute esposta al sole. La radiazione solare è infatti composta da una **componente ultravioletta** (quella responsabile dell'abbronzatura) e da una **infrarossa** (associata al riscaldamento). L'aumento di temperatura della cute innescato dai raggi infrarossi favorisce la **propagazione dell'infiammazione** cui già la pelle è soggetta negli individui che soffrono di acne. Per questa ragione, occorre **rinfrescare frequentemente la pelle del viso**, tenendo a portata di mano **spray appositi a base di acque termali** e applicando **acqua dolce**.

1. L’ acne è una patologia multifattoriale con cause e concause V F

2. Riguarda il 50% degli adolescenti V F

3. Seborrea e ipercheratinizzazione non sono tipiche dell’acne V F

4. Possibili cause sono ormonali e genetiche V F

5. Lo stile di vita non è influente sulla patologia V F

6. Lo stress peggiora la sintomatologia V F

7. i farinacei favoriscono l’infiammazione cutanea in caso di acne V F

8. Il cioccolato peggiora la sintomatologia acneica V F

9. L’esposizione solare è permessa ma con filtri solari V F

10. Il sole può favorire la comparsa di cicatrici acneiche V F