

PELADE (*Alopecia areata*), du mythe à la réalité,
déjouez le vrai du faux !

MYTHE

OU

RÉALITÉ



MYTHE

OU

RÉALITÉ



La pelade (*Alopecia areata*) n'est qu'une perte de cheveux, ce n'est pas assez grave pour être pris en charge par un professionnel de santé.

C'EST UN

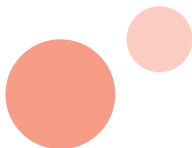
MYTHE

OU

RÉALITÉ

MYTHE

- La pelade (*Alopecia areata*) est une maladie auto-immune.¹
- Elle peut se manifester en même temps que d'autres maladies, comme par exemple :^{2,3}
 - l'eczéma/la dermatite atopique,
 - la rhinite allergique/les allergies.
- La pelade peut également affecter l'image de soi et la capacité à participer aux activités de la vie.
- Plus la perte de cheveux se prolonge, moins il est probable que les cheveux repoussent.¹



1. Abedini R, *et al.* Quality of life in mild and severe Alopecia areata patients. *Int J Womens Dermatol.* 2017;4(2):91-4. 2. Villasante Fricke AC, Miteva M. Epidemiology and burden of Alopecia areata: a systematic review. *Clin Cosmet Investig Dermatol.* 2015;8:397-403. 3. Hordinsky MK. Overview of Alopecia areata. *J Invest Dermatol Symp Proc.* 2013;16(1):S13-5.

MYTHE

OU

RÉALITÉ



La pelade (*Alopecia areata*) est causée par des coiffures ou des couvre-chefs (casquettes, bonnets, ...) très serrés.

C'EST UN

MYTHE

OU

RÉALITÉ

MYTHE

- La pelade (*Alopecia areata*) n'est pas causée par un style de coiffure ou une tension physique.^{1,2}
- En revanche l'alopecie de traction, qui est le résultat de forces répétitives et excessives sur les cheveux, est différente de la pelade. Elle peut être plus fréquente chez certaines personnes en raison des pratiques de coiffure.¹
- La pelade, quant à elle, est un trouble de la chute des cheveux dans lequel le système immunitaire de l'organisme attaque par erreur ses propres follicules pileux (structures qui font pousser les cheveux).^{1,2}



1. Billero V, Miteva M. Traction alopecia: the root of the problem. *Clin Cosmet Investig Dermatol*. 2018;11:149-9. 2. Liu Y, et al. Association of Alopecia Areata with Vitamin D and Calcium Levels: A Systematic Review and Meta-analysis. *Dermatol Ther (Heidelb)*. 2020;10(5):967-83.

MYTHE

OU

RÉALITÉ

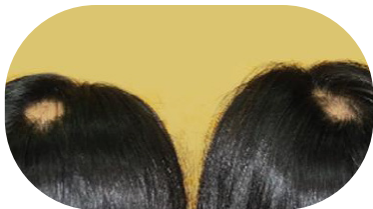


Mon père aussi est atteint de pelade (*Alopecia areata*), ce doit être une maladie génétique !

C'EST UNE RÉALITÉ

MYTHE
OU
RÉALITÉ

- La pelade (*Alopecia areata*) peut avoir une origine génétique :
 - Jusqu'à 51 % de personnes atteintes de pelade sont en mesure d'identifier un membre de leur famille également atteint de pelade.¹
 - Dans 55 % des cas, des vrais jumeaux (c'est-à-dire qui ont exactement les mêmes gènes) développeront tous deux une pelade si l'un des jumeaux est atteint du syndrome de pelade, ce qui confirme le lien génétique.²
- Les membres de la famille peuvent présenter d'autres troubles associés à la pelade. Il est important de partager vos antécédents familiaux avec votre dermatologue.³



D'après Verma S, *et al.* 2020. Reproduit avec l'autorisation de Wolters Kluwer Medknow Publications.²

1. Villasante Fricke AC, Miteva M. Epidemiology and burden of Alopecia areata: a systematic review. *Clin Cosmet Investig Dermatol.* 2015;8:397-403. 2. Verma S, *et al.* Identical Alopecia Areata in Identical Twin Sisters. *Int J Trichology.* 2020;12(5):247-8. 3. Petukhova L, *et al.* Genome-wide association study in Alopecia areata implicates both innate and adaptive immunity. *Nature.* 2010;466(7302):113-7.

MYTHE

OU

RÉALITÉ



Seul le stress provoque la pelade
(*Alopecia areata*).

C'EST UN

MYTHE

OU

RÉALITÉ

MYTHE

- La cause exacte de la pelade (*Alopecia areata*) reste inconnue. Les études actuelles apportent la preuve d'une réponse auto-immune dirigée contre les follicules pileux, en plus d'influences environnementales mal connues. Le **stress psychologique** a été proposé comme facteur environnemental contribuant au développement de la maladie. Une étude a rapporté qu'au moins **23 % des personnes atteintes de pelade avaient vécu un événement émotionnel ou une crise avant l'apparition de la maladie.**¹
- En revanche, **le stress psychologique ne peut à lui seul expliquer la pathogenèse complète de la pelade**, car les nouveau-nés et les nourrissons sont parfois atteints de la maladie.¹



1. Minokawa Y, et al. Lifestyle Factors Involved in the Pathogenesis of Alopecia Areata. *Int J Mol Sci.* 2022;23(3):1038.

MYTHE

OU

RÉALITÉ



Un régime alimentaire, des vitamines ou un changement de style de vie suffisent pour guérir de la pelade (*Alopecia areata*).

C'EST UN

MYTHE

OU

RÉALITÉ

MYTHE

- La pelade (*Alopecia areata*) se caractérise par la chute des cheveux et des poils. Cette maladie, **non cicatricielle, à médiation immunitaire peut être récurrente voire chronique.** ¹
- À l'heure actuelle, il n'existe pas suffisamment de preuves cliniques montrant que la pelade est déclenchée par l'alimentation ou par des carences en vitamines, notamment en vitamine D. ^{2,3}
- Bien que les études aient donné des résultats contradictoires concernant les effets directs de l'alimentation sur l'amélioration de la pelade, il est important d'avoir une alimentation saine et équilibrée pour le bien-être général. ²



1. Abedini R, *et al.* Quality of life in mild and severe Alopecia areata patients. *Int J Womens Dermatol.* 2017;4(2):91-4. 2. Diotallevi F, *et al.* The Role of Nutrition in Immune-Mediated, Inflammatory Skin Disease: A Narrative Review. *Nutrients.* 2022;14(3):591. 3. Liu Y, *et al.* Association of Alopecia Areata with Vitamin D and Calcium Levels: A Systematic Review and Meta-analysis. *Dermatol Ther (Heidelb).* 2020;10(5):967-83.

MYTHE

OU

RÉALITÉ



Il y a de fortes chances que mes cheveux repoussent spontanément, il n'est donc pas nécessaire d'être pris en charge pour ma pelade (*Alopecia areata*).

C'EST UN

MYTHE

OU

RÉALITÉ

MYTHE

- La pelade (*Alopecia areata*) est une maladie à médiation immunitaire. Son origine est multifactorielle et complexe. En effet, des facteurs génétiques et environnementaux interagissent à la fois dans la genèse et dans le développement de la maladie.¹
- Au cours d'une vie, des épisodes de rechute et de rémission peuvent se succéder. Une repousse temporaire des cheveux n'est donc pas une garantie de guérison, d'où l'intérêt de consulter un professionnel de santé.²



1. Diotallevi F, *et al.* The Role of Nutrition in Immune-Mediated, Inflammatory Skin Disease: A Narrative Review. *Nutrients*. 2022;14(3):591. 2. Davey L, *et al.* Living with alopecia areata: an online qualitative survey study. *Br J Dermatol*. 2019;180:1377-89.

MYTHE

OU

RÉALITÉ



La pelade (*Alopecia areata*) n'est pas une maladie, elle ne peut pas avoir d'impact sur la qualité de vie.

C'EST UN

MYTHE

OU

RÉALITÉ

MYTHE

- La pelade (*Alopecia areata*) est une **affection capillaire à médiation immunitaire, pouvant être récurrente. Elle est caractérisée par une chute soudaine des cheveux et a un impact considérable sur la qualité de vie.**¹
- L'absence de cheveux et de poils peut avoir des conséquences physiques telles que des coups de soleil, une irritation des yeux, une diminution du sens du toucher et une baisse du contrôle de la température corporelle.²
- La pelade peut avoir un impact significatif sur la santé mentale d'une personne et sur sa capacité à profiter de la vie.¹
- Certains patients atteints de pelade peuvent ressentir une certaine anxiété vis-à-vis de leur apparence physique ou de l'impact sur leur quotidien. Cependant, il existe des solutions.^{1,3}

Si vous ou l'un de vos proches présente un ou plusieurs de ces symptômes / troubles, rapprochez-vous d'un professionnel de santé qui pourra vous aider ou aider votre proche à mieux vivre avec la pelade (*Alopecia areata*).

1. Abedini R, et al. Quality of life in mild and severe Alopecia areata patients. *Int J Womens Dermatol*. 2017;4(2):91-4. 2. Buffoli B, et al. The human hair: from anatomy to physiology. *Int J Dermatol*. 2014;53(3):331-41. 3. Villasante Fricke AC, Miteva M. Epidemiology and burden of Alopecia areata: a systematic review. *Clin Cosmet Investig Dermatol*. 2015;8:397-403.