

Integratori e capelli

A. Rossi

Vi sono dati inequivocabili per ammettere una correlazione certa fra stato di nutrizione e stato dei capelli. Un apporto bilanciato degli aminoacidi, di tutte le vitamine e degli oligoelementi sono alla base di un buon metabolismo follicolare. In dettaglio, scopriamo quali sostanze nutritive sono coinvolte nell'attività follicolare. E come la presenza di anomalie dei capelli e dei peli può in certi casi essere ricondotta a tale carenze. Pertanto ogni singolo elemento della nostra nutrizione si riflette sullo stato dei nostri capelli. Gli autori riportano la loro esperienza.