10 questions sur l'alopécie de traction

Alopécie, késako ? Alors qu'elles touchent de nombreuses femmes d'origines africaines et antillaises, peu de personnes connaissent même son nom. Comment prévenir cette chute capillaire ? Comment la prévenir et la traiter ? Le point avec le Docteur Bouhanna, dermatologue chirurgien spécialisé dans la dermatologie et les affections du cuir chevelu et des cheveux crépus au centre Sabouraud.

Réalisation A.M.

1 Qu'est-ce que l'alopécie de traction ?

Cette forme d'alopécie consiste à avoir un dégarnissement progressif au niveau des régions sur lesquelles sont effectuées des tractions des cheveux. Elle touche le plus souvent les bordures du front et les tempes et est causée par des brushings, des tresses, des tissages et tous les moyens qui vont tirer sur la racine des cheveux. A force de traction, les cheveux ne repoussent plus ou presque à ces endroits.

2 Comment différencier l'alopécie de traction d'une chute classique de cheveux ?

L'alopécie de traction n'est pas une maladie contrairement aux autres types de chutes de cheveux. C'est une conséquence d'abus de coiffage. Lorsqu'on est atteint d'une alopécie hormonale, on constate une transformation du cheveu en un cheveu de plus en plus fin, on appelle cela une « miniaturisation ». Quand il s'agit d'une alopécie de traction, on perd ses cheveux uniquement en tirant dessus : quand est atteint de troubles psychologiques, on appelle cela une « trichotillomanie » et quand cela provient de certaines habitudes de coiffage, on parle d'alopécie de traction.

3 Peut-on la prévenir ?

Oui, on peut l'empêcher. La prévention est fondamentale et s'il n'y a pas un arrêt complet des tractions, le processus va perdurer. Il faut arrêter toute manipulation de tractions, éviter les brushings agressifs, les tissages très serrés et l'utilisation excessive des produits de lissage chimiques.

4 Quels recours existe-il si je souffre d'alopécie de traction ?

Si la patiente arrête toutes tractions, on peut lui prescrire certains produits qui vont stimuler la repousse des cheveux. Généralement, on suit le traitement à l'aide d'un suivi photographique pour voir l'évolution favorable (ou pas) pendant 6 mois. Le traitement le plus intéressant est le Minoxidil, un soin local qui est un produit vasodilatateur : il augmente la circulation sanguine au niveau des racines. Contrairement à sa prescription dans d'autres types d'alopécie, ce traitement peut être arrêté une fois que l'on obtient des résultats. Si au bout de 9 à 12 mois on ne constate pas une repousse suffisante, la seule voie intéressante est la réimplantation de cheveux.

Et Naomi dans tout ça ?

Il y a quelques-mois, des photos de la plus célèbre des mannequins noires ont fait surface sur la toile. Des photos terrifiantes, où l'on constate que « la panthère » est victime d'une alopécie de traction ayant dégarni l'ensemble de sa zone frontale et progressant dangereusement sur le milieu de son crâne. Elle est connue pour ses tissages en tous genres et ses longues mèches brillantes. Mais peu se doutaient que sous la frange épaisse de la célèbre mannequin se cachait ce problème. L'alopécie de traction n'épargne donc aucune couche sociale comme le confirme le Dr Bouhanna : « Je vois beaucoup de mannequins ou d'actrices qui ont ce problème. Elles sont comme les autres personnes de la population et ont la même approche. Elles sont prises par la spirale de recherche de beauté sans être suffisamment conseillées pour éviter des dégâts qui au début sont réversibles mais deviennent avec le temps irréversibles ».

5 L'alopécie est-elle génétique ?

Non, l'alopécie de traction n'est pas une maladie : les tractions sont tellement habituelles que dans une famille, on observe souvent que les coutumes de coiffage se transmettent. Bien souvent, quand j'interroge mes patientes, elles me disent « ma mère a le même problème que moi ».

6 Huiles essentielles, pommade et lotions locales sont-elles efficaces ?

Ces solutions n'ont pas l'efficacité d'un traitement médical au minoxidil. On peut voir souvent la publicité pour des vitamines, des huiles essentielles ou des lotions, mais là il s'agit de cosmétologie et non de solutions médicales.

7 Quelles conseils donneriez-vous pour l'entretien des cheveux afros ?

Aux populations originaires d'Afrique et des Antilles, le meilleur conseil que je puisse donner est de nourrir le cheveu avec des produits simples, naturels et efficaces, comme le beurre de karité pour diminuer la sécheresse des cheveux. Je conseillerais aussi de limiter le recours aux produits chimiques.

8 L'alopécie de traction touche-t-elle uniquement les cheveux défrisés ?

Toutes les personnes, quelles que soient leurs coupes de cheveux ou leurs origines, peuvent avoir une alopécie de traction mais les plus vulnérables sont étonnamment les femmes d'Europe du Nord et non les femmes d'origines africaines. Le cheveu africain est fragile car sa racine est très superficielle et courbé, néanmoins c'est l'usage des produits chimiques, des brushings, des tissages cousus et très serrés et des coiffages vigoureux qui va davantage le fragiliser.

9 L'alopécie de traction peut-elle toucher les enfants ?

Elle démarre même chez les bébés ! J'ai déjà vu dans mon cabinet des petites filles âgées de quelques mois à qui l'on avait fait des tresses, ce qui crée une alopécie. Leurs cheveux sont encore trop fins et fragiles pour supporter des coiffures serrées. La capacité de renouvellement est plus importante puisque qu'il s'agit de cheveux d'enfants mais si l'on tire sans arrêt sur les cheveux, au bout d'un moment, ils ne repousseront plus.

Pour en savoir plus

SOIGNER ET PRÉSERVER SES CHEVEUX,
Docteur Pierre Bouhanna,
Editions Alpen 2007

Où se renseigner ?

Vous pensez avoir une alopécie de traction ? Stoppez toutes formes de traction sur vos cheveux et rendez-vous chez un dermatologue afin d'obtenir un diagnostic précis. Le centre de santé Sabouraud est un centre de santé médical spécialisé dans la peau et les cheveux, situé dans l'enceinte de l'Hôpital Saint Louis.
2, place du Docteur Alfred Fournier, 75010 Paris
Tél. : 01 42 49 39 39, www.centresabouraud.fr

10 L'alopécie de traction, un problème = une solution ?

Pour moi, il n'y a pas un traitement unique pour toutes les patientes, il faut prendre en compte son vécu et la relation qu'elle entretient avec ses cheveux. Je ne soignerais pas de la même façon deux sœurs souffrant d'alopécie de traction, il y a une prise en compte individuelle pour apporter les meilleurs conseils et les meilleurs traitements. Mais il est dommage de voir des patientes qui essaient depuis des années de soigner ce problème d'alopécie et qui malheureusement n'avaient trouvé personne pour leur dire ce qu'il se passait exactement.