



# santetropicale.com

Le guide de la médecine et de la santé  
au Rwanda

## Sommaire

Accueil

Présentation

Dossiers Santé

Bibliothèque

Les éditos

Congrès

Annuaire

Forum Santé

Médicaments

Web rwandais

Contacts

## Editorial Juillet 2006

### Nos poils : quand ils deviennent gênants !

Les poils font partie intégrante de l'humain. Ils ont depuis longtemps posé question et sont le vestige de notre vie archaïque, du temps où l'Homme préhistorique, qui vivait nu, possédait sa propre protection pour supporter le froid. Les poils ont rarement été un critère de beauté. Il n'y a qu'à voir les peintures des siècles derniers où les personnages sont représentés sans poils. Mais les poils sont aussi une affaire de culture. Et oui ! Il existe des pays où les poils ont la cote, et d'autres où ils sont tabous. Dans certains pays d'Afrique, les poils ont un aspect érotique et sont considérés comme un attribut de séduction. En Afrique Centrale, les femmes poilues sont très attirantes aux yeux des hommes et font des envieuses. Certaines femmes cherchent même à augmenter leur pilosité pour être plus séduisantes ! Mettre ses poils en valeur est de rigueur ! En Afrique de l'Ouest, au contraire, l'influence du monde de la mode (concours de Miss, mannequinat) prend de l'ampleur et les jeunes femmes veulent ressembler aux occidentales

Depuis les années 90, l'épilation est à la mode. Qu'elle soit d'ordre religieux, esthétique, érotique ou hygiénique, l'épilation, pratique universelle, est devenue une coutume courante. Mais pourquoi cette chasse au poils ?

Les exemples au cours de l'Histoire ne manquent pas pour montrer que la chasse aux poils est ancienne. Il semble que l'épilation soit d'origine égyptienne. En 1150 avant notre ère, les femmes du harem de Ramsés III étaient toutes épilées particulièrement au niveau des aisselles. Bien avant notre ère, les Chinoises s'arrachaient les sourcils pour les remplacer par un trait de crayon noir jugé plus gracieux. Les jeunes hommes de la bourgeoisie romaine aimaient avoir les jambes glabres, certains s'épilaient toutes les parties du corps. Les techniques en usage étaient la coquille de noix incandescente, pour que les poils repoussent plus doux ou l'utilisation de la résine. Ces techniques ont évolué au cours du temps et, au moyen âge, les croisés ont rapporté d'Afrique une cire naturelle qui bouleversa les pratiques et fit naître d'autres techniques. Les concoctions à base de sulfure naturel d'arsenic et de chaux vive, le sang de grenouilles ou de chauve-souris, la pince de bronze ou de la cendre mouillée de vinaigre font parti des moyens utilisés au cours de l'Histoire pour empêcher la repousse.

### Mais alors, que sont les poils, en quoi nous servent – ils ?

Les poils sont des phanères se présentant sous l'aspect de filaments cornés implantés obliquement dans le derme par invagination de l'épiderme. Les poils se composent donc d'une tige libre à la surface de la peau, ou poil proprement dit, et d'une partie invisible enchâssée dans le derme, la racine, dont l'extrémité en cupule (le bulbe) reçoit la papille vasculaire nourricière.

Le poil comporte des annexes : une glande sébacée, l'ensemble formant l'appareil pilo-sébacé ; le muscle érecteur, dont la contraction, sous l'influence du froid, d'une émotion, est à l'origine du phénomène de la "chair de poule". Grâce aux réseaux nerveux ramifiés entourant les follicules pileux, les poils participent aux sensations tactiles. Mais le rôle des poils ne se limite pas par là, ci-après sont énumérés d'autres rôles.

**Le refroidissement du corps** : Ce n'est pas pour rien qu'aux endroits du corps les moins exposés à l'air, soit aux aisselles et à l'aîne, se retrouve la plus forte densité de poils. Ceux-ci conservent plus longtemps la sueur pour permettre un refroidissement plus efficace. Les poils jouent le même rôle qu'un T-shirt pendant une canicule l'été. En absorbant la sueur, il ralentit l'évaporation et prévient ainsi la déshydratation.

**La protection** : Les poils protègent les parties génitales de la femme contre les coups et les irritations dues aux frottements. Les poils sur les jambes et les bras protègent aussi contre les irritations dues au frottement des vêtements.

**La sensibilité** : Les poils font partie intégrante du sens du toucher, ils ont des récepteurs tactiles adaptés à la douleur. Ainsi, c'est eux qui détectent la chaleur intense d'un objet en premier et déclenchent le réflexe de recul. Il vous est sûrement arrivé de brûler vos poils avec une allumette

sans que votre peau ne le soit.

Comme les poils réagissent au froid avec leur muscle érecteur causant la chair de poule, ils sont sensibles aux variations de température. Ils jouent un rôle de thermomètre avertisseur du système nerveux autonome. Ils détectent plus rapidement et de manière plus précise le changement de température. Ces informations sont essentielles pour permettre au corps de réagir le plus rapidement possible à une variation brusque de la température pour maintenir sa température constante.

S'il fait très chaud le corps baisse son tonus musculaire, augmente le débit de la circulation sanguine aux extrémités et les glandes sudoripares font évaporer de l'eau. S'il fait froid, le corps augmente son tonus musculaire, provoquant le frisson qui produit de la chaleur, la circulation sanguine diminue aux extrémités et les graisses sont utilisées pour produire de la chaleur.

**La douceur de la peau :** Comme chaque poil est relié à une glande sébacée, il sert à faire écouler l'huile vers la surface de la peau et à l'étendre. En effet, le muscle lisse, le muscle arrecteur du poil (M. arrector pili) qui se termine en dessous de l'épiderme. Il peut redresser le poil (horripilation " chair de poule ") et comprimer la glande sébacée.

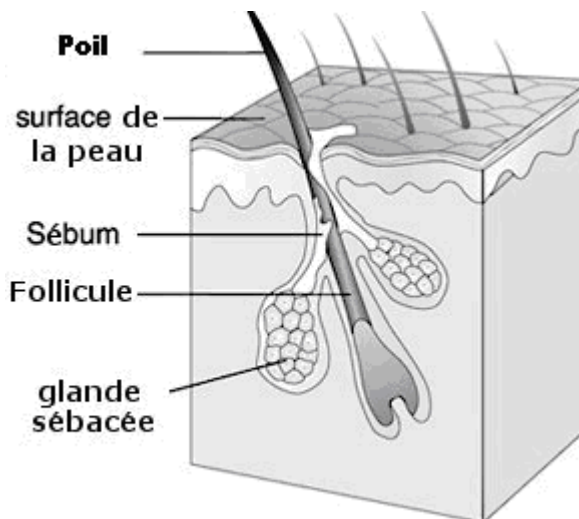
Les glandes sébacées, sécrètent le sébum (l'huile) qui lubrifie et assouplit la peau. C'est ce qui permet d'émollier la peau et ainsi obtenir une peau douce au toucher.

Mais parfois les poils deviennent gênants. C'est le cas des certaines situation comme hypertrichose ou hirsutisme. L'hypertrichose se définit comme un excès de développement des poils, d'origine congénitale ou acquise, sur l'ensemble du corps ou uniquement sur une seule zone.

**L'hypertrichose** est le symptôme d'un dérèglement hormonal qui se manifeste, chez l'homme ou la femme, par une pilosité envahissante sur une partie du corps ou sa totalité. Le terme est issu du grec huper : avec excès, et thrix, trikhos : poils (Synonymes : polytrichie, polytrichose, trichauxis.) Ne pas confondre avec l'hirsutisme qui est l'apparition d'une pilosité de type masculine normale chez la femme.

### Un peu de physiologie sur les poils

Le follicule pileux est une minuscule poche traversant la surface de l'épiderme (couche superficielle de la peau), le derme (partie profonde de la peau), l'hypoderme (tissu situé sous le derme) et contenant en son centre un poil ou un cheveu.



Source de l'image : [wikipedia](http://wikipedia)

Le bulbe pileux est constitué par un élargissement du follicule à sa base. Autour de chaque follicule pileux existe un entrelacement de petits filets nerveux entourant chaque follicule pileux et formant le plexus de la racine du poil. Les poils sont alors capables de transmettre des sensations extrêmement faibles (il suffit de frotter légèrement un poil pour sentir une impression tactile de chatouillement).

Chaque follicule pileux est associé à une petite cellule musculaire : le muscle érecteur du poil, dont la contraction va provoquer le redressement du follicule, ce qui a pour effet de soulever la peau et de produire ce que l'on appelle habituellement la chair de poule. Pour beaucoup d'animaux, ce dispositif représente un important mécanisme de fabrication de la chaleur et de protection contre le froid environnant.

### Classification des poils corporels

On distingue trois ordres de poils corporels :

- Le premier ordre des poils comprend les **poils constitutionnels** : Ce sont les cheveux, cils, sourcils, les poils des membres (jambes et avant-bras). Ils sont pratiquement hormono-indépendants (sont très peu sensibles aux androgènes) , donc ils ne peuvent être influencés que par des anomalies androgéniques relativement très importantes.
- Le deuxième ordre des poils comprend les **poils ambosexuels** : ils siègent aux régions (aisselles et pubiennes). Ils sont extrêmement sensibles aux androgènes et sont sollicités par des taux hormonaux très bas ; c'est pourquoi ils apparaissent dans les deux sexes à la puberté.
- Le troisième ordre de poils comprend les **poils sexuels dits masculins, testoïdes (Virils)** : poils durs, fermes, épais ; ne se développant que sous des sollicitations androgéniques plus puissantes ; pour cette raison, ils se développent normalement que chez les hommes et à partir de la de l'âge de la puberté. Ces poils siègent dans des zones électives : visage (moustache, Barbe, Favoris, Nez). Par ailleurs, des poils testoïdes apparaissent avec l'âge dans des régions qui en étaient auparavant dépourvues, comme dans le pavillon de l'oreille.

### Hyperpilosité féminine

L'organisme féminin, avant ou après la puberté, possède le même potentiel de pousse pileuse que le corps masculin ; donc une élévation des taux des androgènes (endogènes ou exogènes) stimule le développement d'une hyperpilosité qui peut prendre des degrés d'évolution progressif en fonction l'importance de l'augmentation des valeurs des androgènes et du degré la sensibilité des récepteurs androgéniques.

Les glandes sébacées sont également des récepteurs androgéniques stimulables, donc une hyperandrogénie chez la femme peut être à l'origine d'une hypersécrétion de sébum entraînant la séborrhée et d'acné.

Les trois degrés de l'hyperpilosité féminine sont : premièrement **l'hypertrichose simple** qui est une exagération de la pousse pileuse dans les régions normalement pileuses chez la femme. Secondairement **l'hirsutisme** qui est l'apparition d'une pilosité dans des zones normalement glabres chez la femme (des zones dites sexuelles masculines) ; cette pilosité est faite de poils dits " testoïdes ", car épais et drus; et troisièmement le **virilisme pilaire** quand l'hyperpilosité féminine devient importante au point d'évoquer la pilosité masculine.

### Certaines causes de l'hypertrichose

L'hypertrichose est une affection à cheval sur la dermatologie et l'endocrinologie, quoi que parfois d'autres spécialités puissent y être associées. Les affections se caractérisant par la survenue d'un excès de poils sont (liste non exhaustive) :

- Un dérèglement endocrinien concernant plus précisément les glandes surrénales. Ce dérèglement endocrinien est quelquefois en rapport avec une atteinte de l'hypophyse a type d'adénome basophile. Il peut s'agir également de tumeurs ovariennes (des ovaires) de nature virilisante et du syndrome de Stein-Leventhal. Un adénome est une tumeur qui se développe aux dépens d'une glande.
- La ménopause, c'est-à-dire la cessation des fonctions ovariennes (des ovaires) et marquée par l'arrêt définitif de la menstruation, s'accompagne généralement d'une hypertrichose.
- La porphyrie cutanée tardive s'accompagne quelquefois d'hypertrichose.
- Certains traitements et plus particulièrement ceux utilisant les corticoïdes (cortisone) sont susceptibles d'entraîner un excès de poil.
- Il en est de même pour les androgènes (hormone mâle). Les androgènes sont des hormones stéroïdes sécrétées par les testicules et par les corticosurrénales (chez l'homme et chez la femme). La testostérone est un des principaux androgènes, la déhydroépiandrostérone (D.H.E.A.) et l'androsténone font également partie des androgènes. La sécrétion de cette hormone masculine s'effectue à partir du lobe antérieur de l'hypophyse (A.C.T.H.). Les androgènes entraînent l'apparition de caractères sexuels secondaires ainsi qu'une accentuation de la synthèse (fabrication) des protéines entrant dans la composition des muscles et du tissu squelettique (os). C'est la raison pour laquelle les androgènes sont utilisés généralement comme anabolisant (ensemble des réactions de synthèse d'un organisme vivant). Cette action anabolisante aboutit également à la fabrication d'un excès de matières pilaire, d'où l'hypertrichose.
- D'autres médicaments comme par exemple les antihypertenseurs destinés à faire baisser la pression artérielle (minoxidil) entraînent une hypertrichose.

## Et l'épilation ? Jusqu'où aller pour s'épiler ?

L'épilation peut s'avérer nécessaire surtout dans le cadre de traitement de l'hypertrichose. Mais aussi comme on l'a vu tout au long de ce document, il existe autres raisons surtout esthétiques.

Quand le poil est suffisamment fin il est possible d'appliquer sur la peau un des colorants capillaires qui sont susceptibles de masquer l'excès de poil.

L'épilation, le rasage et la cire sont d'autres moyens utilisés pour lutter contre l'hypertrichose.

Certaines substances chimiques appelées dépilatoires chimiques sont quelquefois utilisées mais elles comportent des contre-indications qui doivent être respectées. Il s'agit avant tout d'une irritation cutanée.

Certains spécialistes en dermatologie, en endocrinologie (spécialité médicale traitant des hormones), en gynécologie obstétrique (spécialité médicale de la femme) et en médecine interne (spécialité médicale concernant le fonctionnement général de l'organisme) font appel aux inhibiteurs des androgènes c'est-à-dire des molécules susceptibles de freiner l'action des hormone mâles. Ces antiandrogènes comme l'acétate de cyprotérone donnent quelquefois de bons résultats.

## Les techniques d'épilation

Cire froide, chaude, micro-ondable, crème repousse lente, rasoir 3 lames, bibande, vibrant, épilateur peau sensible, effet froid, épilation définitive... STOP ! Il faut se rendre à l'évidence, on est vite perdu. Pourtant derrière tous ces noms « marketing » ne se cachent en fait que trois grandes familles de techniques. Après ce sera à chacune et chacun (la mode a mis à l'honneur les hommes imberbes alors même que leurs pères étaient fiers de leurs poils) de trouver SA méthode. En effet aucune n'est parfaite et chacune a ses inconvénients et ses avantages.

### **Celles qui font disparaître la partie visible du poil : indolores mais à renouveler souvent.**

Il s'agit du rasoir et des crèmes dépilatoires. Le poil est soit coupé (rasoir), soit brûlé (crème) mais sa racine reste intacte. Il repousse donc vite, parfois plus noir. Il faut donc renouveler l'opération assez souvent. Le plus rapide reste le rasoir qu'il ne faut pas utiliser « à sec » car il abîme alors la peau. Le mieux est de l'utiliser avec une mousse de rasage ou, à défaut, la mousse d'un savon. La crème, elle, va permettre de ne pas sectionner le poil et donc fera qu'il repoussera en restant plus doux au bout. Par contre, elle est à éviter sur les parties intimes, en effet, c'est son acidité qui brûle les poils ! Le rasoir est aussi à éviter sur le visage quand on est une femme... effet barbe garanti.

### **Celles qui arrachent le poil à la racine : durables mais... douloureuses !**

Il s'agit des techniques utilisant la cire, le sucre et les épilateurs électriques. Dans les trois cas, le poil est attrapé puis, en quelque sorte, déraciné ! Suivant la sensibilité de la peau, l'opération est plus ou moins douloureuse. Par contre, la repousse est beaucoup plus lente. Une petite contre-indication, mieux vaut éviter la cire chaude si on a des problèmes de circulation.

### **Celles qui tuent le poils : définitives mais coûteuses.**

Il s'agit de l'épilation électrique et au laser. Ces techniques sont définitives car elles détruisent totalement le poil. L'épilation électrique consiste à ce qu'un professionnel pique avec une petite aiguille le long de chaque poil et envoie une petite décharge qui va tuer le bulbe. Cette technique est très longue (poil par poil...) et peut laisser des cicatrices. L'épilation au laser consiste aussi à détruire le poil. Elle est beaucoup plus rapide car elle permet de traiter des plus grandes zones. Par contre, vu que le laser est sensible à la couleur du poil, un duvet blond peut ne pas l'absorber. Il y a aussi un risque possible de dépigmentation pour les peaux noires ou mates. Ces types d'épilation sont chères et ne peuvent être pratiquées que dans certains centres.

A chacun de trouver la méthode qui lui conviendra le mieux. En effet, tout dépend de ce que l'on attend, de sa sensibilité, de son type de peau, de poils et du fait d'être à l'aise avec la technique utilisée. Il est tout à fait possible de demander conseil à une esthéticienne et cela même si on est un homme. A vous aussi de trouver votre technique après épilation car la peau peut être un peu irritée.

Une bonne hydratation et des gommages permettra aussi d'éviter les poils qui poussent sous la peau !

On ne pourra pas évoquer ces discussions éternelles qui évoquent les conséquences néfastes

d'épilation que ça soit chez l'homme ou chez les femme. Les défenseurs de poils stipulent que quand une personne s'épile, Elle perd de la sensibilité à détecter les changements de température, d'humidité, etc. de son environnement. En gros, elle perd beaucoup d'informations sur les changements subtils de son environnement qui lui permettent de bien s'y adapter.

Comme elle perd beaucoup de sensibilité tactile, la personne qui se rase retire moins de plaisir à se faire toucher. De plus, elle perd de la sensibilité à détecter les émotions de son partenaire quand celui-ci la touche. De cette diminution de sensibilité s'ensuit une baisse drastique d'émission d'odeurs qui ont un effet paralysant pour son partenaire. Inépuisable, ce débat ayant un trait scientifique quand même, reste ouvert...

#### Certaines références :

- Jean-Claude Empraire. "Gynécologie endocrinienne du praticien". Edition Frison-Roche 1990. Pages : 129-138
- 2 - H.-G. Robert, R. Palmer, C. Boury-Heyler, J. Cohen " Précis de Gynécologie ". Edition Masson 1979. Pages : 203-208
- Dr Ali – Abbara, <http://www.aly-abbara.com>

*Dr Marc TWAGIRUMUKIZA*  
*Kigali, ce 19 juillet 2006*  
[twamarc@yahoo.fr](mailto:twamarc@yahoo.fr)



Copyright © 2006 NG COM Santé tropicale. Tous droits réservés.