

QUEDA DE CABELO TEM SOLUÇÃO

Conheça os principais tipos de queda e fique por dentro dos tratamentos e dicas para deixar os cabelos saudáveis, fortes e bonitos.

A queda de cabelo é um problema que atinge homens e mulheres e, em muitos casos, pode afetar a autoestima. Para entender melhor as causas e ficar por dentro dos tratamentos mais indicados, conversamos com três renomados dermatologistas: Dra. Denise Steiner, Dra. Karla Assed e Dr. Otávio Macedo.

Acordar com o travesseiro cheio de fios ou ver uma grande quantidade de cabelos indo pelo ralo é assustador. De acordo com a dermatologista Karla Assed, membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) e da American Academy of Dermatology (AAD), é normal perder cerca de 100 fios por dia, contudo, é preciso levar em conta o volume: “em uma pessoa com pouco cabelo, 100 fios pode ser muito. A queda se torna preocupante quando a perda diária de fios é maior e passa a influenciar e reduzir o volume do cabelo, com presença de rarefação capilar”, explica a médica.

O Dr. Otávio Macedo, membro das Sociedades Brasileira, Americana e Europeia de Dermatologia e de Cirurgia a Laser, destaca que é importante observar o ciclo capilar: “Se houver mudança desse padrão já devemos ficar em alerta para a investigação. Procure sempre um dermatologista de sua confiança para que seja feito o tratamento precoce, evitando perdas maiores”, alerta.



Há uma série de condições que podem desencadear a queda. Como destaca Dra. Karla, dentre elas estão: “fatores genéticos, estresse (em função da dermatite seborreica, que causa o aumento da oleosidade no couro cabeludo) ou por doenças sistêmicas, como anemia - principalmente com a diminuição de ferro e ferritina - e problemas hormonais, como alterações na tireóide”.

De acordo com a Dra. Denise Steiner, dermatologista membro da SBD, da AAD e da Academia Europeia de Dermatologia e Venerologia (EADV), há vários tipos de queda capilar, porém entre as mais recorrentes estão: “no homem ocorre a calvície, também conhecida como alopecia androgenética, devido a herança genética ou alteração hormonal; e na mulher, a calvície ou alopecia androgenética feminina, cuja perda é influenciada pela genética hormonal. Um outro quadro muito frequente é o que chamamos de eflúvio telógeno (queda difusa dos fios), que pode acontecer por vários motivos como, por exemplo, causas emocionais, dietas extremas ou doenças infecciosas”, observa a doutora.

TRATAMENTOS PARA COMBATER E QUEDA

Diagnosticar a causa da queda é o primeiro passo para a busca de um tratamento adequado. “No consultório, a gente examina o couro cabeludo, verifica se a queda é localizada ou difusa, se há áreas com cicatrizes, inflamações, ou infecções. Dependendo do resultado, utilizamos um dermatoscópio, um aparelho com lentes e luzes especiais para realizar um exame detalhado da condição do fio e do couro cabeludo, para um diagnóstico preciso”, esclarece a Dra. Denise.

Hoje, há uma série de tratamentos disponíveis para combater e prevenir a queda de cabelo. “o mais importante é identificar a sua causa principal. Geralmente, a queda se dá em função do couro cabeludo oleoso. Então é preciso diminuir a oleosidade utilizando produtos específicos para esse fim e também repor os nutrientes que causam a perda capilar. Existem também alguns lasers e medicamentos tópicos e/ou orais que estimulam o nascimento e o crescimento dos fios, além de reduzir a queda”, reforça Dra. Karla

Segundo a Dra. Denise, a queda capilar é um assunto muito vasto, compreendendo tratamentos diversos, mas destaca dois dos principais: “O tratamento mais eficaz para a calvície no homem (Alopécia Androgenética) é finasterida, medicação de uso oral capaz de interromper a queda, engrossar os fios e combater a miniaturização dos mesmos. Já o minoxidil a 5%, de uso tópico, é indicado tantopara a queda masculina quanto para a feminina”, considera.

Além da prescrição de tratamentos via oral e tópico e do uso de vitaminas, há vários procedimentos que podem ser feitos em consultório para combater a queda capilar como o MMP (Microinfusão de Medicamentos na Pele): “No MMP é utilizada uma máquina com microagulhas que, em contato com o couro cabeludo, causam pequenas lesões na superfície e, por consequência, um sangramento também de pequenas proporções. São as plaquetas responsáveis pela coagulação desse sangramento que liberam os fatores de crescimento, essenciais para o estímulo dos folículos capilares”, explica o Dr. Otávio.

Os tratamentos à base de laser também são outro destaque: “A Terapia com Laser Fracionado (Fraxel Laser) provoca uma alteração no ciclo capilar, fazendo com que as células que estavam na fase inativa, passem para fase de crescimento ativo (anágena) promovendo um aumento capilar substancial. Ele é aplicado no couro cabeludo, nos locais em que há falta de cabelo ou menor quantidade de fios, e promove pequenos ferimentos invisíveis no couro cabeludo, facilitando a penetração de medicamentos (técnica chamada “drug delivery””, completa o Dr. Otávio.

Alimentação e cabelos mais saudáveis

Uma dieta balanceada é uma grande aliada para se ter cabelos mais fortes e bonitos, como ressalta a Dra. Karla: “uma alimentação rica em verduras e legumes, que suprem a deficiência de ferro e vitaminas, como óleos vegetais, semente de linhaça, feijão de soja, cereais integrais, gema de ovo, verduras, nozes, abacaxi e cenoura, por exemplo, auxiliam no crescimento e na manutenção da saúde dos fios. Sobre tudo, é normal, muitas vezes - principalmente em mulheres acima dos 30 anos - ocorrer a perda de alguns nutrientes. Então, a suplementação oral é importante para repor essas substâncias”.

Foto: Divulgação

Conecte-se E SAIBA MAIS



Acompanhe o trabalho da Dra. Denise Steiner em:

<https://denisesteiner.com.br>

facebook.com/ClinicaDeniseSteiner

[@clinicadenise_steiner](https://www.instagram.com/clinicadenise_steiner)



Acompanhe o trabalho da Dra. Karla Assed em:

www.karlaassed.com.br

facebook.com/karlaassedcuritiba

[@clinicakarlaassedcuritiba](https://www.instagram.com/clinicakarlaassedcuritiba)



Acompanhe o trabalho do Dr. Otávio Macedo em:

www.clinicaotaviomacedo.com.br

facebook.com/clinicaOMsp/

[@clinicaotaviomacedo](https://www.instagram.com/clinicaotaviomacedo)



Confira matéria completa em nosso blog e conheça 5 mitos e verdades sobre a queda de cabelo.

drogariaiguateemi.com.br/blogdadidi/