

# Cabelo cresce mais rápido no verão

Especialista esclarece os principais mitos e verdades sobre a queda capilar

ARQUIVO/O GLOBO

A preocupação com cabelos não é algo recente. Há séculos, no Egito, por exemplo, cera e óleo eram os recursos mais comuns para cuidados com os cabelos. De lá para cá vários mitos foram criados. "No século passado era moda homem usar chapéu. Então, acreditava-se que a calvície ocorria por causa do chapéu. São lendas de tratamento que passam de pai para filho. Uma coisa popular", comenta o dermatologista Arthur Tykocinski, especialista em transplante capilar.

Para desvendar os mitos sobre o cabelo, o dermatologista listou as principais dúvidas sobre quedas de cabelos. "As pessoas ficam vaidosas cada vez mais cedo. E os jovens são os mais preocupados com a estética capilar. A perda do cabelo tem impacto devastador na auto-estima", diz o médico.



LAVAR OS CABELOS todos os dias não acelera a queda dos fios, como pensa a maioria das pessoas

## MITOS E VERDADES SOBRE CABELOS

### 1 Lavar os cabelos todos os dias aumenta a queda

**MITO.** Na verdade, a lavagem apenas ajuda a soltar os fios que já estão em fase de queda e que vão cair de qualquer forma. Há fases em que o cabelo cai mais e em outras, menos.

### 2 Cortar regularmente evita queda

**MITO.** O cabelo curto modifica o visual, mas não influencia na queda. Na verdade, os fios são um pouco mais grossos na base do que na ponta, o que pode deixar o cabelo mais volumoso, temporariamente, depois do corte.

### 3 Alguns esportes (exceto os aquáticos) danificam os cabelos

**MITO.** Atividades esportivas só trazem benefícios. Atletas com tendência à calvície ficarão calvos independentemente do esporte ou atividade física.

### 4 A caspa favorece a queda

**VERDADE.** A dermatite seborréica, popularmente conhecida como caspa, caracteriza-se por uma oleosidade excessiva (seborréia) no couro cabeludo, seguida por inflamação e descamação. A inflamação (irritação) produz uma vermelhidão e sensibilidade

no couro cabeludo, enquanto a descamação pode variar de finas escamas (lembrando povilho) à intensa, formando crostas.

### 5 A água do mar é boa para os cabelos oleosos

**VERDADE.** Sendo na medida certa, tanto a água do mar como o sol ajudam a diminuir a oleosidade, mas não interferem na queda.

### 6 Se o fio branco for arrancando, o outro nascerá preto

**MITO.** O cabelo fica branco quando as células próximas das raízes não conseguem

fabricar o pigmento melanina, que dá cor aos fios.

### 7 O cabelo cresce mais rápido no verão

**VERDADE.** O sol estimula alguns hormônios, como a prolactina e a melatonina. Desta forma, o bulbo capilar "trabalha" mais, o que acelera o crescimento dos fios.

### 8 O excesso de testosterona tem relação com a perda de cabelo. Isso faz dos carecas homens mais potentes

**MITO.** A perda de cabelo não é desencadeada pelo aumento na produção de hormônios masculinos.