



- Capa
- Brasil**
- Cidade
- Economia
- Entrevista
- Especial JM 35 anos
- Esporte
- Polícia
- Política
- Saúde

Classificados

Horóscopo

PÁGINA INICIAL

- ▶ Espaço do Leitor
- ▶ Resumo por e-mail
- ▶ A história do Jornal da Manhã

SEMPRE EM FRENTE
NUNCA POR
INDÍCIAS

14/02/2008

Doença do mundo moderno causa queda de cabelo

Em outubro passado, foi realizado em São Paulo o último Congresso Brasileiro de Estresse. Isso mostra o quanto esta doença, cada vez mais, faz parte do cotidiano das pessoas. Para se ter uma idéia, sabe-se que desde o século XVII o estresse já era conhecido como "adversidade" ou "aflição". No final do século seguinte, a palavra-derivada do latim ganhou novos significados, como "força", "pressão" ou "esforço". Mas foi apenas no século XX que estudiosos em ciências biológicas e sociais buscaram seus efeitos na saúde física e mental das pessoas.

"Ele pode provocar além de uma queda capilar transitória, um eflúvio, cai e volta a crescer. Mas, também, para quem tem tendência, pode agravar a calvície e, neste caso, torna-se irreversível, a menos que seja feita uma restauração (transplante) capilar", comenta o dermatologista Arthur Tykocinski, com atuação exclusiva em clínica e restauração capilar.

Alerta. O estresse é uma resposta do organismo às circunstâncias repentinas e súbitas. Para se adaptar às novas situações, o corpo tem reações que ativam a produção de hormônios, entre eles a adrenalina. O chamado "estado de alerta" é uma das principais sensações. Como efeito dominó, de uma hora para outra, os hormônios se espalham por todas as células do corpo, causando aceleração da respiração e dos batimentos cardíacos, as extremidades (mãos e pés) tendem a ficar suados e frios, a pressão arterial tende a subir e o nível de tensão muscular pode aumentar. E tudo só volta ao equilíbrio quando o indivíduo se acalma. "Para quem tem tendência à calvície, o estresse acelera o processo de queda de cabelo, que pode ser medicado através de tratamento clínico especializado", explica o dermatologista.

O ideal é sempre prevenir e tentar o autocontrole. "Além de uma dieta saudável em proteína, zinco, silício, selênio e ferro, é melhor fugir do estresse. Mais do que isso, é importante tratar dos distúrbios do couro cabeludo, como oleosidade excessiva, caspa e dermatite seborréica. Fazer exames rotineiros também é importante. E sempre observar se há queda de cabelo, para poder tratá-la o quanto antes", orienta Tykocinski.

colunas



ALTERNATIVA
Lídia Prata



CADERNO D+
Maria Fernanda



FALANDO SÉRIO
Wellington Cardoso



FIRST!
Renata Penna



MIRNA
Mirna Sabino



NA ÁREA
Gilberto Lacerda



SOCIAL
Jorge Alberto



VISUAL URBANO
Cristina Beatriz

[Clique aqui para ler outras colunas](#)

BLOG DO JMONLINE

**Participe!
Dê sua opinião!**

<http://blog.jmonline.com.br>

AGENDA

Dia de Santa Ângela de Mérci

BOA VIAGEM

Os mistérios da Ilha de Páscoa