

queda livre

Antes de você entrar em pânico com o excesso de fios na escova, no travesseiro e no ralo do chuveiro, saiba quais são as causas e os tratamentos para recuperar o cabelo perdido

KÁTIA NEVES
FOTOS: FABIO MANGABEIRA

Não há como negar a importância que ele exerce no universo feminino. Diante disso, fica fácil entender porque o primeiro sinal de perda da idolatrada cabeleira se torna uma tragédia. As causas são muitas: alteração hormonal (em caso de ovário policístico, hipo ou hipertireoidismo), deficiência nutricional (dieta pobre em proteínas, carência de ferro), uso exagerado de produtos químicos (tintura, alisamento, escova progressiva com formol), hereditariedade e até mesmo estresse, que tem sido considerado o pior vilão. “As pressões que as mulheres enfrentam no dia-a-dia acabam sobrecarregando o organismo, facilitando a queda”, diz o dermatologista, especializado em tricologia, Ademir Jr. (SP). A médica Maria Bussade (SP) explica ainda que, no inverno, banhos muito quentes favorecem o aparecimento ou a piora da seborréia (excesso de sebo) provocando inflamação no couro cabeludo, a chamada dermatite

seborréica (caspa), que pode levar à perda de fios. Além disso, a menor exposição ao sol em horário saudável (antes das 10 e após 16 horas) favorece a descamação e a coceira.

como é a sua?

Como a mulher tem mais cabelo que os homens, ela só percebe o problema após uma perda de 30% , ou seja, quando o couro cabeludo começa a aparecer. “No sexo feminino, a escassez dos fios ocorre inicialmente no topo da cabeça e se espalha para as outras regiões”, explica o médico tricologista Luciano Barsanti (SP). Há vários tipos de queda que são identificados pela aparência ou pelo exame tricograma. Os mais comuns:

- ✦ **Androgenética:** influenciada pelo hormônio dihidrotestosterona (DHT). Primeiro os fios afinam e diminuem, depois caem a partir da linha que divide o cabelo ao meio.
- ✦ **Areata:** associada a problemas emocionais, é a perda localizada.
- ✦ **Difusa:** queda temporária, ocorre depois do parto, de dietas radicais ou do uso excessivo de química.

segure a onda

A medicina estética faz sua parte para manter a sua cabeleira bacana. Conheça alguns bons tratamentos:

Intradermoterapia capilar

O que é mistura de medicamentos ou ativos que é injetada, com agulhas finas, na região dérmica do couro cabeludo.

Como é feito pequenas doses da mistura, que pode conter vitaminas, aminoácidos, redutores de oleosidade, agentes que melhoram a circulação local e outras substâncias, de acordo com o problema do paciente, são injetadas superficialmente no couro cabeludo. A dor é suportável,

mas é possível incluir um anestésico ao coquetel para amenizar a sensibilidade durante a sessão.

Quantas vezes 10, de uma a duas vezes por semana.

Cuidados após o procedimento em casa, é preciso lavar bem o couro cabeludo, que pode ficar sensível nas primeiras 24 horas.

Manutenção uma vez a cada 30 dias

Preço da sessão de R\$ 80 a R\$ 150.

transplante folicular coronal

O que é cirurgia que implanta até 8 mil fios em uma única sessão, reproduzindo, de maneira fiel, a anatomia do couro cabeludo.

Como é feito o transplante é realizado com anestesia local, juntamente com uma leve sedação, em ambiente hospitalar, e leva de cinco a oito horas. A técnica utiliza unidades foliculares de um a quatro fios (o cabelo é retirado da parte posterior da cabeça), que vão sendo implantadas no couro cabeludo de orelha a orelha, horizontalmente. Como a implantação é feita em orifícios menores e mais superficiais, é possível atingir maior densidade, porém sem comprometer a circulação sanguínea.

Para o dermatologista Arthur Tykocinski (SP), especializado em tratamento capilar, "como resultado, temos um aspecto

mais denso, com um único transplante folicular coronal".

Cuidados após o procedimento não há curativos. No dia seguinte, o paciente volta à clínica e seu cabelo é higienizado e secado. Em casa, deve-se lavar a cabeça diariamente usando um pincel de cerdas macias e um xampu antisséptico indicado pelo médico.

Quando o resultado começa a aparecer "Pode ser percebido com quatro meses. Algum crescimento surge com seis meses e o resultado final é visto entre 12 a 18 meses", diz o especialista.

Manutenção não há, embora o tratamento clínico seja recomendado, para evitar que o processo de calvície continue e, assim, haja necessidade de um novo transplante.

Preço da cirurgia sob consulta.

fique por dentro mito...

- **Dormir com o cabelo molhado "apodrece a raiz".** O máximo que pode acontecer é que você fique resfriada.
- **Filhos de pai ou mãe calvos serão calvos.** Os avanços da tricologia já permitem, mediante um diagnóstico precoce e preciso, determinar o tratamento adequado para "driblar" a genética
- **Fazer coloração constantemente causa problemas.** Com produtos adequados e profissionais habilitados, o processo de tingimento torna-se cada vez mais seguro eliminando o risco de queda.
- **O uso de gel não é bom.** O produto não é prejudicial, mas procure usar fórmulas sem álcool nem silicone (PVP).
- **Lavar a cabeça diariamente enfraquece o fio.** Não. É necessária essa higienização, sim, principalmente se o couro cabeludo produz muito óleo ou é exposto a sujeira, poluição e suor, diariamente.

verdade...

- **Água quente é prejudicial.** Pode ocorrer dermatite seborréica no couro cabeludo, o que aumenta o risco de queda. A temperatura deve estar sempre em torno de 20° C.
- **Atividade física reduz a queda.** Há estudos comprovando que os mediadores químicos produzidos durante os exercícios ajudam a controlar o estresse e, por sua vez, o problema.
- **Bonés e chapéus promovem a calvície.** Se usados em excesso, e pouco higienizados, sendo fonte de microorganismos, podem levar à perda capilar, com certeza os fios.
- **Prender os fios sempre, pode deixá-la careca.** A tração causa arrancamento e é, muitas vezes, irreversível.
- **Massagear o couro cabeludo ajuda a manter as madeixas.** A massagem diária em toda a cabeça, por cinco minutos, ativa a circulação. 

aponte suas

O que é laser de diodo, que estimula a vasodilatação do couro cabeludo, melhorando a microcirculação no folículo piloso e promovendo seu crescimento.

Como é feito o paciente fica exposto à luz de três a cinco minutos.

Quantas vezes dez, uma ou

duas vezes por semana.

Cuidados após o procedimento não há nenhuma indicação especial. O paciente pode levar vida normal.

Manutenção uma vez por mês.

Preço da sessão de R\$ 100 a R\$ 200.

carboxiterapia

O que é infusão de gás carbônico medicinal no couro cabeludo, para dilatação dos vasos sanguíneos e aumento da microcirculação.

Como é feito o gás é injetado na pele limpa, com uma agulha fininha de pequeno calibre, até o volume desejado, de acordo com o tratamento estabelecido. "É realizada uma massagem local, após aplicação, e o tratamento pode ser combinado com

outros, para otimizar os resultados", diz a dermatologista Mônica Linhares (RJ).

Quantas vezes 10 a cada semana.

Cuidados após o procedimento evitar tomar sol direto no local, para não provocar hiperpigmentação.

Manutenção uma sessão a cada três meses e uso de xampu especial, para evitar caspa e seborréia.

Preço da sessão de R\$ 120 a R\$ 150.

silício orgânico tópico

O que é oligoelemento que estimula a síntese de colágeno, proporcionando firmeza e tônus ao couro cabeludo, e regenera a derme capilar, regularizando a secreção sebácea e fortalecendo os fios.

Como é feito o ativo é manipulado no xampu e/ou no tônico capilar. O tônico deve ser aplicado duas vezes ao dia, uma após o xampu, com os cabelos

limpos e úmidos, e outra à noite, antes de dormir, com uma leve massagem.

Contra-indicação não há, porém o produto precisa ser prescrito por um médico.

Tempo de tratamento o uso deve ser contínuo. Os resultados aparecem a partir do terceiro mês de aplicação. "Há uma diminuição da queda, os fios ficam mais fortes e brilhantes", diz Barsanti.

homens x mulheres

Geralmente, a calvície no homem é genética, enquanto na mulher há diferentes fatores. Além disso, os padrões de queda também mudam. A masculina é mais localizada na parte de trás e nas entradas frontais, na mulher o rareamento predomina no topo da cabeça.

frente antiperda



1. Activer 7, da Kérastase, R\$ 125. Interrompe a queda graças ao complexo vitamínico B3, que estimula a microcirculação sanguínea.

2. Anaphase, da Ducray, R\$ 61. Xampu com nicotinato de tocoferol e complexos vitamínicos B5, B6 e B8. Estimula a irrigação sanguínea e a nutrição do bulbo capilar.

3. Tônico Capilar, Maxiline. Combate a oleosidade excessiva. Contém extrato de jaborandi e octopirox. Preço sob consulta.

4. Tratamento Cosmético Tônico Antiqueda, Eh, R\$ 18. Sua fórmula traz aicacofra, cereais e complexo vitamínico que fortalece a raiz e a fibra capilar.

5. Shampoo e Tônico Sana Hair, R\$ 150 (kit com 1 xampu e 2 tônicos). Com silício orgânico, reestrutura e evita o envelhecimento do fio.

6. Aminexil SP94 Dercos Techniques, da Vichy, R\$ 160 (caixa com 12 ampolas de 6 ml cada uma). A fusão da glicose e da vitamina F ajuda a raiz do fio a se fixar no couro cabeludo e a produção de uma fibra capilar mais forte.