

QUALIDADE DE VIDA

Calvície precoce pode indicar problemas de saúde

Maus hábitos do dia-a-dia podem aumentar a incidência do problema entre homens e mulheres, garante o especialista Arthur Tykocinski

Mais do que um problema estético, a calvície pode indicar problemas de saúde, principalmente quando é precoce, o que acontece a partir dos 16 anos. Para detectar, deve-se ficar atento a outras reações fisiológicas, pois nem sempre a calvície tem origem hereditária.

"Geralmente a causa mais frequente é mesmo genética, mas causas locais, do couro cabeludo, também contribuem", afirma o especialista em transplante capilar Arthur Tykocinski, membro da Sociedade Internacional de Transplante Capilar, e da Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica.

Estudos recentes revelam que a calvície precoce pode ser proveniente dos maus hábitos do dia-a-dia. Fatores como stress, e uma alimentação pobre em vitaminas e proteínas podem agravar o quadro. "O cabelo é basicamente queratina, que é uma proteína. Portanto, dietas pobres em proteínas ou de baixo valor biológico afetam a vitalidade dos cabelos, o que geralmente ocorre em regimes sem supervisão médica" afirma o dr. Arthur Tykocinski. Alergias ou dermatite seborréica também podem agravar a queda de cabelo. "Uma vida com lazer e esporte e uma dieta rica em vitaminas do complexo B, oligo-elementos como Zinco, Cobre e Ferro são muito importantes", informa o especialista.

Prevenção

Segundo o especialista Arthur Tykocinski, fazer exames de rotina são uma ótima forma de



Arthur Tykocinski afirma que uma vida com lazer e esporte e dieta rica em vitaminas do complexo B, oligo-elementos como Zinco, Cobre e Ferro são muito importantes

deteção precoce. Quem sofre de queda acentuada, deve estar atento e não minimizar os sintomas. A melhor opção, de acordo com o médico, é instituir um tratamento logo após detectado o problema. "Devemos estancar a queda energi-

camente sempre que possível", afirma. "Geralmente os piores casos são aqueles com pequenos problemas associados", diz. No caso das mulheres, deve haver pesquisa de causas e orientação do dermatologista junto a um ginecologista.

Mulheres sofrem cada vez mais com o problema

Antigamente mais raros, são hoje mais comuns os casos de Alopecia feminina. E a "culpa" pela maior incidência advém de mecanismos diversos, entre eles o hormonal, que atinge especialmente mulheres que têm o ovário micropolicístico. Segundo o especialista, podem ser associados à perda capilar feminina, sintomas como acne, pele oleosa e irregu-

laridade menstrual. Jovens obesas também podem ter sintomas capilares, pois parte do hormônio masculino é produzido no tecido adiposo. Assim, quanto maior a incidência do hormônio, maior será a produção e conseqüente efeito capilar. "A mulher deve ficar atenta a problemas como deficiência nutricional, que causa ou potencializa a queda e em sinto-

mas ocultos como fraqueza, desmotivação e sonolência", completa. De acordo com o médico, mulheres com fluxo menstrual intenso devem ser constantemente monitoradas, pois existe uma tendência maior para que haja carência de ferro. Isso ocasiona carência nutricional e anemia, que podem provocar enfraquecimento e a queda dos cabelos.