



Meu cabelo está caindo, e agora?
*Conheça as principais causas da
queda de cabelo*



Clínica
santiago hair
Dra. Mariângela Santiago

CONTEÚDO

3

Introdução

4

O que é calvície e quais seus tipos

7

Principais causas da queda de cabelo

9

Ovário policístico: uma questão à parte

10

Atenção com traumas, alergias e micoses

11

Controle o estresse

12

Conclusão

13

Contato

Meu cabelo está caindo, e agora? Essa é uma pergunta que muita gente se faz ao perceber os fios indo ralo abaixo durante o banho ou quando notam que o volume do cabelo não é mais o mesmo que o de antigamente. A queda diária de cerca de 50 a 100 fios é normal, mas quando o volume é acima disso, é preciso procurar a ajuda de um médico especialista em cabelo para checar se não há algum problema de saúde.

A queda capilar afeta tanto homens, quanto mulheres, e ela pode ser desencadeada por diversos motivos, como herança genética, deficiência de nutrientes no organismo, presença de doenças autoimunes, estresse, entre outros. A gravidade do problema também difere de um caso para o outro: a queda pode ser temporária, ou seja, os fios voltam a crescer normalmente depois que sua causa é controlada, ou definitiva, quando só fios não crescem mais. Por isso é imprescindível consultar um médico para ele analisar o quadro e indicar o tratamento adequado para cada paciente.



O que é calvície e quais seus tipos

A calvície – ou alopecia, como também é conhecida – é a redução parcial ou total de cabelos ou pelos em uma determinada área do corpo, como a cabeça, por exemplo. Existem vários tipos de alopecia e elas podem ser divididas em dois grandes grupos: o não-cicatricial e o cicatricial. Entenda quais os tipos de alopecia que se encaixam em cada um deles:

Alopecia cicatricial

É quando a queda dos fios surge devido à destruição total ou parcial dos folículos capilares provocada por algum dano sobre o couro cabeludo – como corte, queimadura ou ferida –, resultando em uma cicatriz no local machucado. Os tipos de alopecia cicatricial são:

Infecciosa: resultado de ataques no sistema imunológico. Pode ser causada por infecções provocadas por fungos, bactérias ou vírus.

Por agentes físicos ou químicos: causada por agentes externos como queimaduras (por fogo ou ácido), traumas mecânicos ou, ainda, por radiodermite (reação da pele quando exposta de forma excessiva à radiação).



Por tumores: causada por tumores cutâneos ou resultantes de metástase.

Por dermatoses: provocada por doenças de pele que não apresentem sinais inflamatórios, como psoríase e urticária.

Foliculite decalvante: causada quando a inflamação da glândula sebácea anexa aos folículos capilares os destrói.

Alopecia não-cicatricial

As variações deste tipo de alopecia são de origem bastante variada e, em alguns casos, a queda de cabelo pode ser revertida naturalmente, com a mudança de alguns hábitos no dia a dia. Conheça os tipos de alopecia não-cicatricial:

Androgênica ou androgenética: é a chamada “calvície comum”, que afeta, em sua maioria, os homens. É resultado de herança genética e dos níveis de testosterona no organismo. Costuma ser desencadeada com o avanço da idade, mas também pode atingir pessoas mais jovens. Nos homens, provoca a queda dos fios da frente e do topo da cabeça. Nas mulheres, deixa os fios mais finos e promove a queda na linha média do couro cabeludo.

Areata: não tem causas conhecidas, apesar de estar muito relacionada aos quadros de estresse. Costuma deixar áreas calvas em forma de círculos no couro cabeludo. Pode afetar homens e mulheres de diferentes idades. Dificilmente provoca a calvície total, salvo algumas exceções.

Traumática: quase sempre é provocada por agentes externos, como o uso excessivo de secadores, escovas, chapinhas e prendedores de cabelo, que podem causar lesões no couro cabeludo devido ao seu mau uso. Também pode se originar a partir da tricotilomania, quando o paciente arranca seu próprio cabelo.

Difusa: chamada de eflúvio telógeno, é resultado de condições estressantes e crises de ansiedade. Também aparece em gestantes e no pós-parto.

Medicamentosa: surge com o uso de alguns medicamentos que desencadeiam a queda de cabelo. O crescimento dos fios costuma retornar com a interrupção do medicamento, que só deve ser feito sob orientação médica.

Senil: processo natural na terceira idade, quando os fios demoram mais para crescer, atrasando o processo de renovação do cabelo, que também fica mais fino e quebradiço.



Principais causas da queda de cabelo

A calvície pode atingir qualquer pessoa, independentemente do gênero ou da idade, e afeta a autoestima da maioria das pessoas. Apesar de suas causas serem bem variadas, há aquelas que são mais comuns.

Veja a seguir quais são elas:

1. Herança genética

A queda de cabelo pode ocorrer por herança genética (paterna ou materna) e essa é uma das principais causas identificadas da calvície. Segundo pesquisas, se o pai ou a mãe sofre de calvície, o filho tem 50% de chances de ter o mesmo problema. E se ambas as partes apresentam queda de cabelo, as chances de o filho ser calvo aumentam para 75%.

2. Uso de medicamentos

O uso prolongado de alguns medicamentos pode desencadear a queda de cabelo, levando à calvície. Entre os medicamentos mais associados à queda dos fios estão antidepressivos, quimioterápicos, antibióticos e antiacneicos. Mas, vale lembrar, que nem todas as pessoas que utilizam esses remédios irão desenvolver alopecia medicamentosa. E, caso o problema se instale, é possível reverter o quadro com a substituição do medicamento por um que não cause esse feito colateral no paciente.

3. Alterações hormonais e doenças autoimunes

Os problemas hormonais também estão entre as principais causas da queda de cabelo em homens e mulheres. As mudanças nas taxas de hormônios no nosso organismo aparecem devido a problemas nas glândulas endócrinas, como tireóide, hipófise e supra-renais. Dois hormônios que aparecem com frequência como agravantes da calvície (especificamente em homens) são o DHT e a testosterona, que podem ser investigados por exame de sangue.

A calvície também pode surgir por causa da presença de doenças autoimunes, como é o caso do lúpus e da psoríase, que alteram o sistema imunológico, deixam o organismo mais fraco e, conseqüentemente, alteram o ciclo de crescimento dos fios.

4. Deficiência de vitaminas e nutrientes

Para o bom funcionamento do organismo – o que inclui o crescimento dos fios –, é essencial seguir uma dieta balanceada para suprir nossa necessidade de vitaminas e sais minerais variados. A vitamina A ajuda a fortalecer os fios e controlar a oleosidade, a B2 protege os folículos capilares do processo oxidativo, e a B3 ajuda no processo de nutrição capilar. Isso só para citar algumas! Quando há um déficit de vitaminas e nutrientes, é preciso garantir sua ingestão através de mudanças na alimentação ou com o uso de suplementos vitamínicos.

A falta de ferro, típico de quando a pessoa está com anemia – doença caracterizada pelo baixo nível de hemoglobina no sangue –, também pode desencadear a queda capilar. Nesse caso, é preciso fazer um tratamento específico contra a anemia para regular a hemoglobina e as taxas de ferro.



5. Má higienização do couro cabeludo

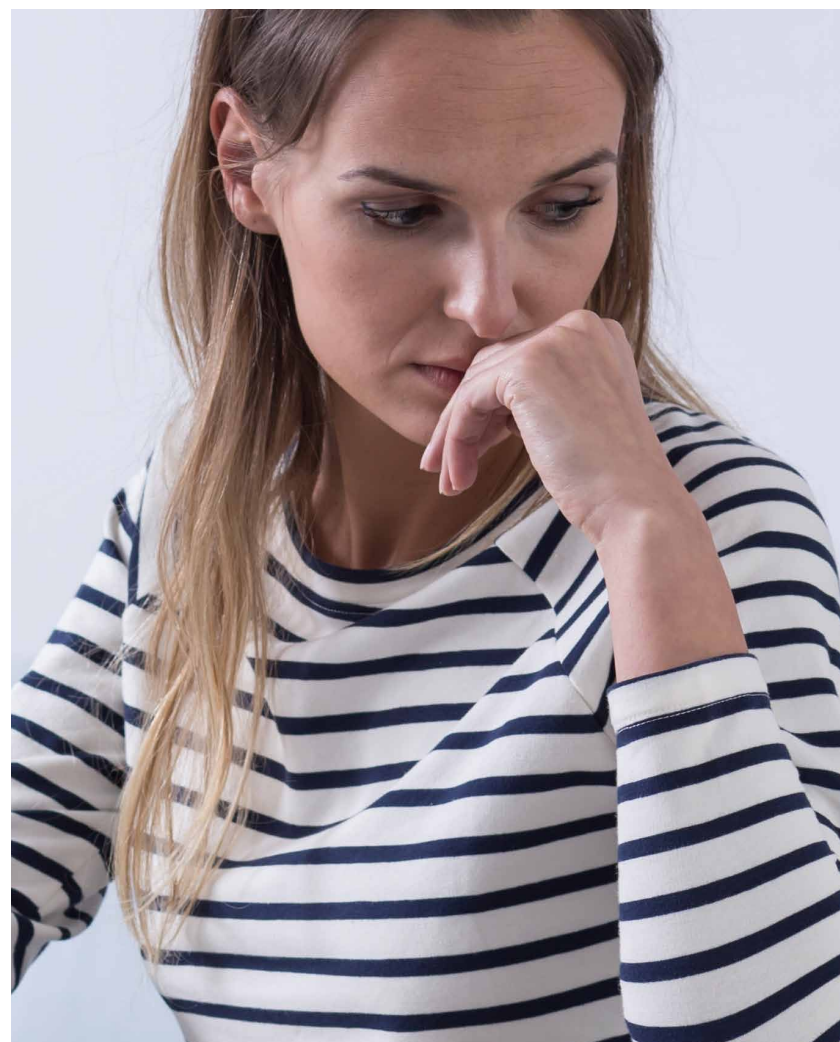
Manter a saúde do couro cabeludo é primordial para o crescimento do cabelo. Mas alguns hábitos do dia a dia – como uso excessivo de bonés e chapéus que abafam a cabeça e provocam sudorese no local – podem prejudicar essa região e levar a queda dos fios. A utilização errada de produtos químicos no cabelo, como alisamentos e tinturas, pode causar feridas e queimaduras, também levando a queda capilar. A pele do couro cabeludo pode ainda sofrer com infecções por fungos, que devem ser monitoradas e tratadas por um médico dermatologista.

Ovário policístico: uma questão à parte

Muitas mulheres em idade fértil sofrem com a síndrome do ovário policístico. Muitos de seus sintomas são conhecidos pela ala feminina, como menstruação irregular, acne, aumento da oleosidade na pele, ganho de peso e dificuldade para engravidar, mas há um deles que muita gente nem imagina estar relacionado com esse problema. Estamos falando das alterações no cabelo, que surgem devido ao aumento da produção de hormônios masculinos. Em algumas

mulheres, os fios ficam com frizz, quebradiços, opacos e mais fininhos. Há casos, no entanto, em que ocorre a rarefação e perda do cabelo.

Geralmente, quando a síndrome é controlada – não há cura para a questão! –, a queda costuma cessar e o cabelo da mulher volta a crescer normalmente e ter as mesmas características que tinha.

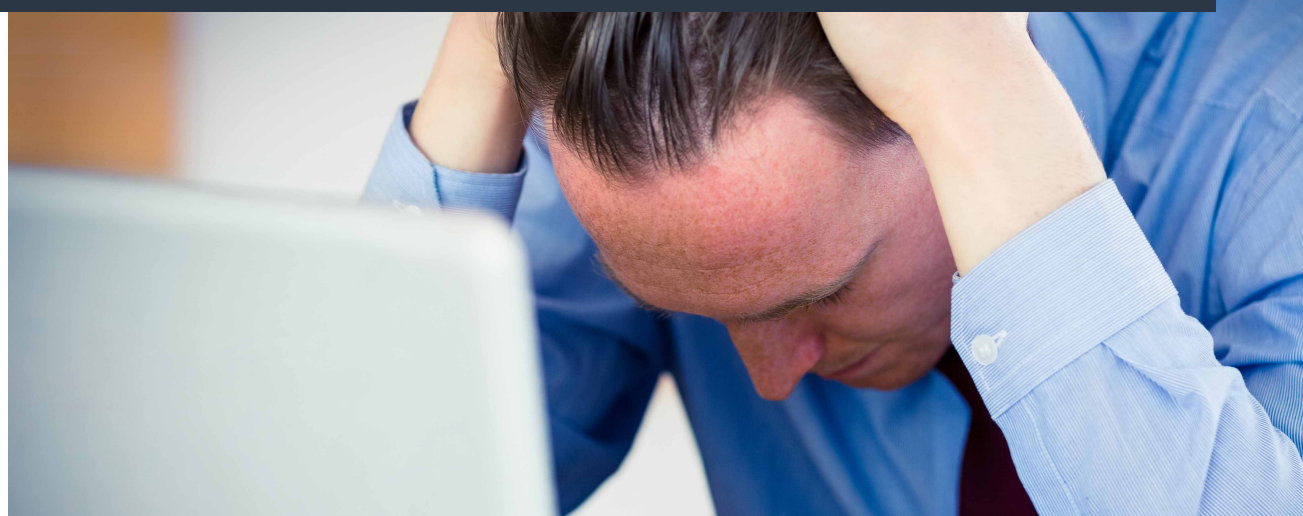


Atenção com traumas, alergias e micoses

Traumas e alergias também podem ser os causadores da queda de cabelo. Um dos problemas mais comuns é a alopecia por tração, que se refere à tração excessiva dos fios devido ao uso frequente de extensões capilares – os famosos alongamentos –, que pesam e enfraquecem os fios, e de penteados que puxem em demasia o cabelo para trás, como coques e rabos-de-cavalo.

A alopecia pode ainda ser resultante da tricotilomania, hábito de arrancar os fios por distúrbios nervosos, quando estão com o emocional muito abalado. Esse hábito nocivo resulta em áreas falhas no couro cabeludo e pode levar a perda permanente do folículo piloso com o passar do tempo.

Alergias e micoses no couro cabeludo também podem provocar a queda de cabelo. As razões para o surgimento desses dois problemas vão desde o uso de cosméticos capilares com substâncias as quais a pessoa tem sensibilidade até o uso de produtos contaminados por fungos, como escovas, e a higienização incorreta dos fios.

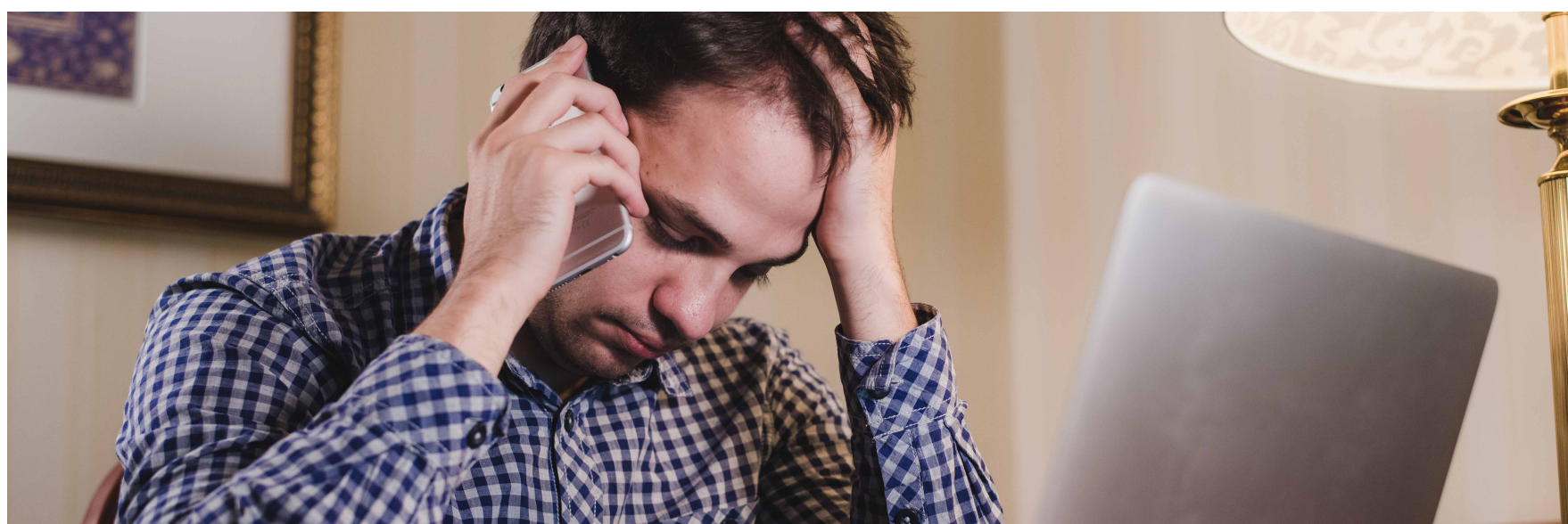


Controle o estresse

Com a correria dos dias de hoje, muitos homens e mulheres acabam ficando estressados. Além da sensação de cansaço constante e estafa mental, o estresse afeta o crescimento natural dos fios, pois desencadeia uma série de processos químicos no organismo, como a liberação do hormônio cortisol – em excesso, ele pode interferir na circulação sanguínea, prejudicando o envio de vitaminas e nutrientes para os folículos capilares, o que causa a queda de cabelo.

O estresse pode dar origem a dois tipos de queda capilar: o eflúvio telógeno e a alopecia areata. O eflúvio telógeno costuma atingir mais as mulheres e se caracteriza pelo aumento da queda diária dos fios de cabelo, geralmente notada no momento de lavar e pentear o cabelo. Já a alopecia areata é uma doença inflamatória que pode afetar qualquer pessoa e a queda atinge não só o cabelo, como todos os pelos do corpo, originando áreas calvas em formas circulares.

Além da queda de cabelo, o estresse no organismo também pode aumentar a oleosidade do couro cabeludo, a quebra dos fios e até provocar o aparecimento de cabelos brancos.



Conclusão

Só quem sofre (ou já sofreu!) com a queda capilar sabe como esse problema é incômodo e afeta a autoestima. Tentar resolver a questão sem a ajuda de um profissional é um grande erro, pois a queda pode se agravar ainda mais. Por isso, a primeira coisa a fazer ao notar que os fios estão caindo em uma quantidade fora do normal, é agendar uma consulta com um dermatologista ou um cirurgião plástico especialistas em cabelo.

Em alguns casos, a queda de cabelo é passageira, ou seja, depois de algum tempo, os fios voltam a nascer. O tratamento se dá com o uso de medicamentos e produtos que fortalecem e aceleram o processo de crescimento dos fios, amenizando as falhas com o tempo.

Existem casos, porém, em que a perda dos fios é definitiva, ou seja, eles não voltam a nascer. A solução, aqui, é o implante capilar, única técnica que consegue devolver cabelo para a área calva. Apesar de o implante ter excelente resultado, ele demora para aparecer – o resultado final pode ser observado após um ano da cirurgia.

Para quem pensa em fazer um implante capilar, a dica é fazer uma pesquisa das clínicas que realizam o procedimento, conhecer os profissionais que atendem e quais técnicas eles utilizam, analisar as instalações do espaço e escolher, então, a melhor opção que possa garantir a sua tranquilidade e satisfação.

SOBRE NÓS

Localizada na Vila Olímpia, região nobre da capital paulista, a Clínica Santiago Hair nasceu do sonho e da expertise da Dra. Mariângela Santiago. Especialista em cirurgia plástica e reparadora, a Dra. Mariângela tem muitos anos de experiência em implantes capilares, tendo seu trabalho reconhecido no cenário nacional e internacional.

Sob seu comando, a Clínica Santiago Hair trabalha para realizar microtransplantes personalizados, seguindo o desenho natural do cabelo e do rosto do paciente, utilizando-se tecnologia mais avançada disponível no mercado, que é a técnica FUE (Follicular Unit Extraction).

A clínica conta com vários médicos treinados e uma lista de enfermeiros disponíveis para o auxílio dos cirurgiões e dos pacientes antes, durante e depois das cirurgias capilares. Além do implante de cabelo, oferecemos microenxerto de barba e de sobrancelhas, atendendo a uma grande demanda de homens e mulheres que querem melhorar sua autoestima e apresentação.

CONTATO

Telefone

(11) 3045-0535 / (11) 96300-8143

E-mail

atendimento1@clnicasantiagohair.com.br



@clnicasantiagohair

Todas as imagens desse e-book são ilustrativas, não representam pacientes.

