

Mais mulheres estão abandonando as tinturas e as horas dentro do salão para assumir os fios brancos. Especialistas ensinam como cuidar e acelerar o branqueamento

POR AMANDA SILVA*

O cabelo branco é um fenômeno natural e progressivo que pode afetar qualquer pessoa a partir dos 35 anos. Além da perda de melanina nos fios, também costuma ficar mais opaco, quebradiço e fino. Por outro lado, o tabu que as mulheres enfrentam ao assumir os fios na cor natural faz com que muitas se sintam dependentes das tinturas e dos salões de beleza.

A professora Ana Blandim começou a usar cabelos brancos naturais alguns dias antes de completar 50 anos, no ano passado. Ela conta que esse sempre foi seu objetivo, então, programou-se ao máximo para conseguir colocar em prática. Como estava com metade dos fios brancos, pintar já não fazia o mesmo efeito de antes. “Meu cabelo estava com três cores: a natural, o branco e as pontas pretas com química.”

Ana passou por uma transição de um ano, tempo em que fez várias luzes para o clareamento dos fios tingidos e hidratou bastante o cabelo. A professora, hoje, diz se sentir mais livre. Não existe mais a necessidade de ficar retocando a raiz — apenas mantém o hábito de hidratar, usar matizador e desamarelador.

Uma parte da família aceitou bem a mudança, mas outra continua criticando-a. De uma coisa ela tem certeza: a autoestima melhorou muito. Ana aconselha quem está passando por esse processo: “Ame-se sempre e aproveite o momento que você alcançou, porque é único”.

Como surgem

Os fios brancos aparecem pela diminuição — ou perda — da atividade dos melanócitos, as células que produzem o pigmento melanina. De acordo com Clarissa Borges, dermatologista proprietária da clínica Harmonie, em pessoas brancas, costumam surgir por volta dos 35 anos e, em negras, a partir dos 45 anos. É possível também que eles apareçam na faixa dos 20 anos,



Ana Blandim se programou para passar pelo processo de transição capilar: libertador

Arquivo Pessoal

ou até antes, se acontecer exaustão do reservatório de melanócitos ou defeito na ativação e migração celular. “Isso pode ocorrer devido a fatores ambientais, inflamações diversas ou estresse psicológico”, afirma.

Segundo João Gabriel Nunes, tricologista, especialista em transplante capilar e proprietário do Centro Médico Capilar, alguns grupos podem ser mais propensos à canície — popularmente conhecida

como cabelos brancos. Entre eles, pessoas com hipotireoidismo, hipertireoidismo e anemia perniciosa.

Além de hidratar os fios, o profissional recomenda fazer checkup médico — hormonal e endocrinológico — uma ou duas vezes ao ano. E manter uma alimentação saudável, porque, quando há desequilíbrio nutricional, o organismo reage por meio da fragilidade do cabelo e das unhas. “Sempre procure um médico tricologista de sua confiança para fazer esses exames periodicamente e para realizar a análise microscópica dos fios”, orienta.