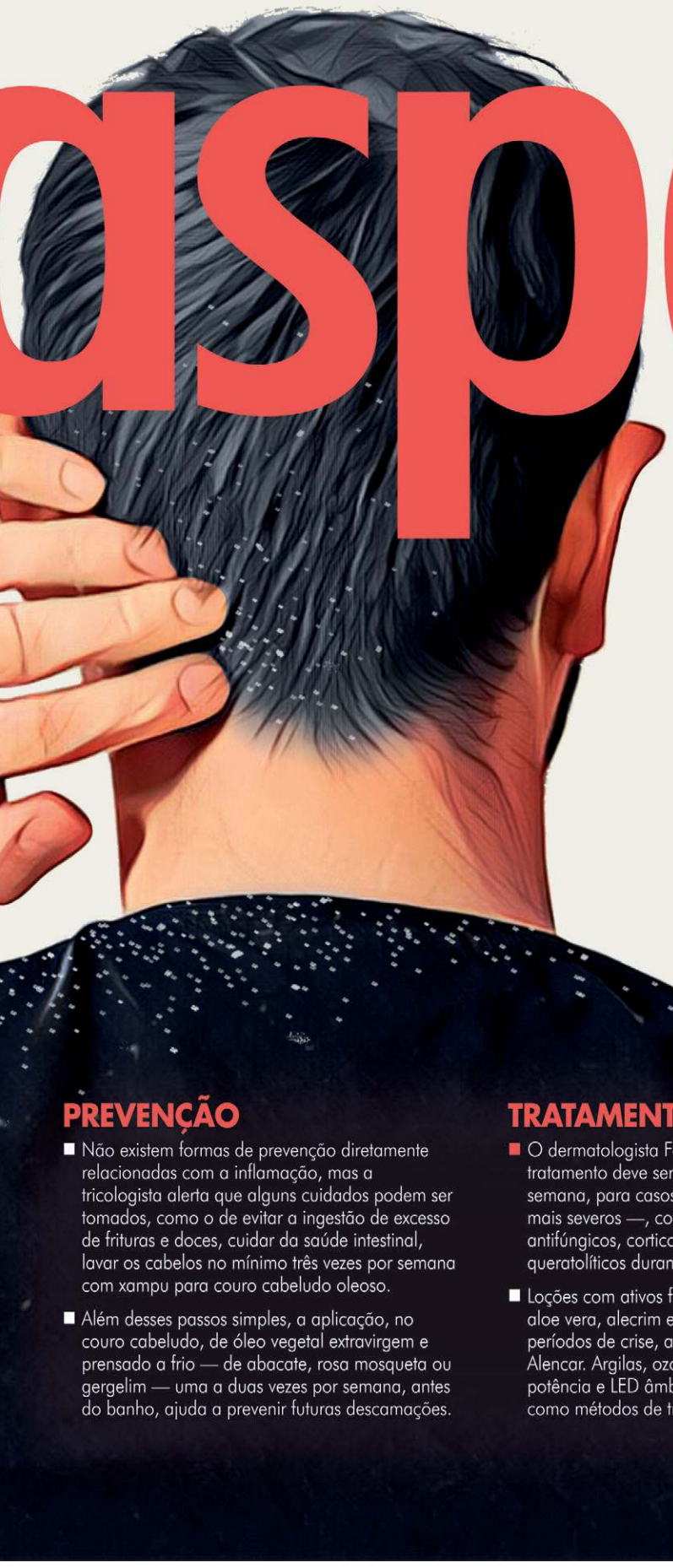
aspa!



INCIDÊNCIA

- A doença pode contaminar todos, mas homens adultos, normalmente, são mais acometidos. Essa relação é dada pelo nível de transpiração masculino ser mais elevado, o que não exclui que mulheres também sejam acometidas com a dermatite seborreica.

CONSEQUÊNCIAS

- Sem o tratamento adequado, o excesso de caspa pode causar muita coceira, odor, queda de cabelo e incômodo constante na região inflamada.

PREVENÇÃO

- Não existem formas de prevenção diretamente relacionadas com a inflamação, mas a tricologista alerta que alguns cuidados podem ser tomados, como o de evitar a ingestão de excesso de frituras e doces, cuidar da saúde intestinal, lavar os cabelos no mínimo três vezes por semana com xampu para couro cabeludo oleoso.
- Além desses passos simples, a aplicação, no couro cabeludo, de óleo vegetal extravirgem e prensado a frio — de abacate, rosa mosqueta ou gergelim — uma a duas vezes por semana, antes do banho, ajuda a prevenir futuras descamações.

TRATAMENTO

- O dermatologista Felipe Chedieko afirma que o tratamento deve ser contínuo — uma vez por semana, para casos leves, e diário, para casos mais severos —, com o uso de xampus antifúngicos, corticosteroides e agentes queratolíticos durante o período de inflamação.
- Loções com ativos fitoterápicos, como melaleuca, aloe vera, alecrim e lavanda, podem auxiliar em períodos de crise, acrescenta a tricologista Valine Alencar. Argilas, ozonioterapia, laser de baixa potência e LED âmbar também podem ser usados como métodos de tratamento da dermatite.

VALDO VIRGO

Palavra do especialista

Quais fatores podem agravar a dermatite seborreica?

A alimentação pode ser um agravante, uma vez que uma nutrição inflamatória produz um sebo mais inflamatório. Uma dieta baseada em consumo de açúcares, lácteos e álcool tende a piorar o quadro. Além disso, a condição costuma ser mais prevalente na época do outono e do inverno, em partes pelos banhos quentes, que muitos tomam nessas épocas do ano, que podem agravar os sintomas.

Como são caracterizadas as lesões?

As lesões tipicamente presentes na dermatite seborreica são placas descamativas com um tom amarelo esbranquiçado, com características oleosas, de dimensões variáveis, bem delimitadas e dispostas sobre um fundo avermelhado.

Quais medidas podem ser tomadas para evitar a inflamação?

A cronicidade da doença conduz à necessidade de se obter um controle a longo prazo, por meio de medidas preventivas, evitando os fatores de piora, na medida do possível, como estresse, má alimentação, banho quente, uso de alguns medicamentos, como antipsicóticos. Evite também dormir com os cabelos úmidos.

Felipe Chediek é dermatologista