

remove resíduos de produtos, oleosidade acumulada e células mortas que obstruem os folículos”, explica. A prática pode ser semanal ou quinzenal, dependendo do tipo de couro cabeludo, e precisa ser mais suave em peles sensíveis.

Misael reforça que o procedimento não é universal. “A esfoliação, ou o peeling capilar, é uma ferramenta terapêutica valiosa, mas não é para todos nem para toda hora.” Ele destaca que a escolha da textura, da concentração dos ativos e da frequência deve considerar o grau de rarefação e o comprimento dos fios. Em cabelos longos ou muito densos, por exemplo, esfoliantes físicos tendem a ser menos eficazes, enquanto fórmulas líquidas ou químicas, como sérums, alcançam melhor a pele.

Quando o assunto são ativos dermatológicos, há consenso entre os especialistas sobre a importância de fórmulas que controlem a oleosidade, reduzam a inflamação e estimulem o crescimento. Regina cita substâncias como niacinamida, ácido salicílico em concentrações adequadas, cafeína, piroctone olamine, zinco, peptídeos e fatores de crescimento. Já Misael destaca três frentes principais: estimulantes

da microcirculação, como cafeína e extratos vegetais; antioxidantes e energizadores, como a niacinamida e a melatonina tópica; e agentes queratolíticos, fundamentais para manter os óstios foliculares desobstruídos.

Como fazer

Para quem deseja montar uma rotina de scalp care em casa, a orientação é manter o equilíbrio entre simplicidade e estratégia. Regina sugere um xampu adequado ao tipo de couro cabeludo, um esfoliante de uso periódico, tônicos ou sérums aplicados diretamente na pele e produtos calmantes

ou hidratantes para casos de sensibilidade. Misael complementa com um protocolo que inclui xampu antirresíduos semanal, tratamento com tônicos tricológicos aplicados no couro limpo e massagem epicraniana, além de cuidados de manutenção, como proteção térmica e brumas calmantes após exposição solar.

Apesar da popularização do tema, os especialistas são unânimes em alertar que nem todo problema se resolve com produtos de prateleira. “Em casos de queda acentuada, caspa persistente ou inflamação, o ideal é buscar avaliação com dermatologista para prescrição individualizada”, reforça Regina Buffman.

TIPOS DE COURO CABELUDO

- **Oleoso:** apresenta brilho excessivo e fios que pesam rapidamente. Exige xampus equilibrantes, controle da oleosidade e lavagens regulares.
- **Seco:** pode causar coceira e descamação fina. Precisa de hidratação, ativos calmantes e xampus suaves.
- **Sensível:** costuma arder ou coçar com facilidade. Requer fórmulas hipoalergênicas, sem fragrâncias agressivas e com ação calmante.
- **Com tendência à caspa:** apresenta descamação mais visível e, às vezes, vermelhidão. Precisa de tratamento antifúngico e acompanhamento dermatológico.



IMOVISION APRESENTA

ÁGUIAS DA REPÚBLICA

UM FILME DE
TARIK SALEH

Nem todos os heróis vestem a armadura do rei.

EM CARTAZ NOS CINEMAS

VERIFIQUE A CLASSIFICAÇÃO INDICATIVA

CORREIO
BRAZILIENSE
www.CORREIO BRAZILIENSE.com.br