

# Grisalho sem idade

**Cada vez mais cedo, e por escolha, os fios brancos deixam de ser sinal de envelhecimento para se tornar expressão de estilo, identidade e liberdade estética**

GIOVANNA RODRIGUES\*

**D**urante décadas, o surgimento dos cabelos brancos foi tratado como um sinal inevitável do tempo e, sobretudo para as mulheres, como algo a ser escondido. Tintas, retoques frequentes e uma busca constante por aparência jovem ajudaram a consolidar a ideia de que o grisalho era sinônimo de descuido. Hoje, porém, o cenário é outro. Em meio a debates sobre valorização da naturalidade, assumir os fios brancos deixa de ser apenas uma consequência biológica e passa a ser, cada vez mais, uma escolha.

Para a comunicadora Luciane Improta, 42 anos, deixar de pintar o cabelo foi uma decisão que vai além da estética. “Decidi me libertar dessa opressão cruel de que mulheres não podem ter cabelos brancos porque isso é ‘falta de cuidado’, enquanto os homens passam pelo mesmo processo e ficam ‘charmosos’. Menos, né? Todo mundo envelhece”, afirma.

Ela conta que começou a ter fios brancos por volta dos 20 anos e, a partir daí, entrou em um ciclo constante de coloração. “Cerca de 10 dias depois de pintar, a raiz já me incomodava. Cheguei a fazer mechas bem loiras para disfarçar, mas meu cabelo ficou muito prejudicado. Era uma bola de neve.”

O desgaste acumulado levou à mudança. “Eu gastava cada vez mais tentando resolver problemas causados por não assumir meu cabelo natural.” Ao abandonar a



Para Luciane, deixar de pintar o cabelo foi uma decisão que vai além da estética

## O que acontece com o cabelo

Do ponto de vista biológico, o processo é natural. A médica dermatologista Regina Buffman explica que o embranquecimento ocorre pela redução da melanina, pigmento responsável pela cor dos fios. “Com o tempo, os melanócitos diminuem

tinta, encontrou mais do que um novo visual: “Eu me sinto linda, moderna e, principalmente, livre.”

## Grisalho precoce

Se para alguns o embranquecimento dos fios acontece com o passar dos anos; para outros, ele começa muito cedo. É o caso da secretária Débora Aline, 22, que viu os primeiros cabelos brancos surgirem ainda na infância. “Aos 7 anos, já tinha fios brancos, e isso me incomodava muito. Me chamavam de velha. Pintava de preto, mas em menos de 15 dias já precisava retocar, e, com a rotina corrida, nem sempre dava”, lembra.

Com o tempo, o que era motivo de desconforto mudou de significado. “De tanto fugir, comecei a amar meu cabelo”, diz. Hoje, os fios naturais viraram destaque. “As pessoas elogiam muito e perguntam até em qual salão eu fiz.”

Essa mudança de percepção não acontece por acaso. Para o educador e especialista em corte e cor Marcel Machado, o grisalho ganhou um novo lugar na estética contemporânea. “Os cabelos brancos e grisalhos deixaram de estar associados apenas ao envelhecimento e passaram a funcionar como uma tendência estética, muito próxima ao universo dos platinados. Não é mais sobre declínio, mas sobre estilo e autoconhecimento.”

Cortes modernos e bem estruturados ajudam a reforçar essa leitura. “Linhas definidas transformam completamente o visual. A proposta hoje é potencializar, não esconder.”

sua atividade até cessarem completamente”, afirma. Ela diferencia: o cabelo grisalho é a mistura de fios pigmentados com fios brancos, enquanto o cabelo branco já não possui melanina.

Tanto no caso de Débora quanto no de Luciane a genética tem papel importante. “Desde que me entendo por gente, meus avós maternos tinham o cabelo branco”, conta Luciane. Débora também buscou explicações. “Já suplementei vitaminas, mas no meu caso é genético mesmo.” Regina reforça que essa é a principal causa do grisalho precoce. “A predisposição familiar determina, em grande parte, quando o processo de embranquecimento vai começar”, resume.

Um fator conhecido — e que para muitos é o problema inicial — é o estresse. Em meio aos dias corridos, carga de trabalho e tudo o que vem junto, é comum ouvir que tanto estresse vai causar cabelos brancos. E esse elemento pode, sim, acelerar o processo, mas não é determinante.

A especialista explica que a falta de nutrientes também pode ser um fator. “Deficiências nutricionais, especialmente de vitamina B12, ferro e cobre, podem contribuir bastante para o embranquecimento precoce dos fios”.

## Transição capilar

Assumir o grisalho não é apenas uma decisão, é um processo. E, muitas vezes, a etapa mais difícil é a transição.