

Mais mulheres com queda de cabelo

De acordo com médicos, em função da pandemia da Covid-19, houve aumento de procura nos consultórios por tratamento

Ana Carolina Favalessa

Cabelos fracos e quebradiços têm feito parte da realidade de muitas pessoas durante a pandemia, diante do estresse e da ansiedade com o cenário. De 2020 para cá, especialistas perceberam um aumento na queda de cabelo, principalmente em mulheres, que são as que mais procuram ajuda.

Outro fator que tem contribuído para o crescimento da queda de cabelo é a própria Covid-19. Segundo um levantamento norte-americano realizado pela Escola de Medicina da Universidade Indiana e pela Survivor Corps, com 1.500 pessoas, o contágio pelo novo coronavírus pode gerar queda dos fios.

Segundo a médica e membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia, Karina Mazzini, a queda está relacionada, principalmente, ao

eflúvio telógeno agudo (ETA), condição que se caracteriza pela mudança brusca nos ciclos capilares e que orienta os fios a caírem.

“Tenho percebido que aqueles que tiveram a Covid-19 de forma mais grave, intensa, têm uma queda maior. Esse eflúvio afeta tanto homens quanto mulheres”, ressaltou.

A médica explicou que a queda, geralmente, começa de dois a três meses após a Covid-19 e pode perdurar até seis e oito meses.

A dermatologista Juliana Drummond afirmou que é normal, dependendo da pessoa, caírem até 100 fios de cabelo por dia. Mas, em casos de eflúvio telógeno, a quantidade é muito maior.

A especialista explicou que o ETA pode ter várias causas, a partir de situações que abalem o corpo, a exemplo de doenças infecciosas, como dengue e Covid, o uso de anestésias e até mesmo cirurgias.

“Quando há essa queda de cabelo, o profissional tem que avaliar se realmente foi causada pela Covid-19 ou se não tem outras causas. Na consulta, precisamos analisar o couro cabeludo e fazer exames complementares”, informou.

A farmacêutica e tricologista Cristal Bastos, 35 anos, da Cristal



FARMACÊUTICA Cristal Bastos teve queda de cabelo após contrair Covid-19

Clínica Capilar, passou por uma queda de cabelo pós-Covid e está usando loção capilar e suplementação vitamínica. Ela contou que contraiu a Covid-19 em dezembro e começou a ter a queda acentuada no fim do último mês.

“A queda pós-Covid é mais forte,

podendo chegar a 50% do volume capilar. Mas, com tratamento, e é no sentido de recuperar os fios e de estimular o crescimento e fortalecimento”, explicou.

Entre os tratamentos possíveis estão microagulhamentos, infiltração de ativos e uso de laser.

Alimentos podem fortalecer

Apesar de muitas vezes não ter como prevenir situações que desencadeiem a queda de cabelo pelo eflúvio telógeno agudo (ETA), a alimentação equilibrada e saudável, com vitaminas e proteínas, pode ajudar a deixar as madeixas mais resistentes.

Segundo a dermatologista especialista pela Sociedade Brasileira de Dermatologia, com formação em Tricologia Médica, Christina Drummond, é importante se alimentar de forma saudável, à base principalmente de proteínas, sais minerais essenciais e vitaminas.

“É preciso sempre avaliar se tem alguma causa em conjunto, se é só estresse, ou se há alguma deficiência de vitamina ou minerais, e estimular os folículos com vitaminas para se desenvolverem melhor”, explicou a médica.

De acordo com a dermatologista Juliana Drummond, uma alimentação equilibrada, rica em vitaminas do complexo B e ferro, ajuda a deixar o cabelo mais forte.

“Quando a pessoa está com deficiência de vitaminas, muitas vezes, é preciso fazer a reposição oral da vitamina. Mas o mais importante é procurar por atendimento médico, para saber se esse é realmente o motivo da queda”, afirmou.

A dermatologista Karina Mazzini recomendou manter hábitos saudáveis no dia a dia para fortalecer as madeixas.

“Manter uma boa alimentação,



QUEDA de cabelo: cuidados

beber bastante água, dormir bem e praticar exercícios físicos sempre ajudam muito”, recomendou a médica.

SAIBA MAIS

Covid contribui para o problema

Possíveis causas para o aumento da queda de cabelo

- > **ENTRE AS** possíveis causas para o aumento da queda de cabelo estão os desequilíbrios emocionais desencadeados pela pandemia, como o estresse, a insegurança e a ansiedade.
- > **OUTRO FATOR** que tem contribuído para esse aumento é o fato de que a Covid-19 pode causar queda de cabelo nos pacientes infectados.
- > **UM LEVANTAMENTO** norte-americano, realizado pela Escola de Medicina da Universidade Indiana e pela Survivor Corps, com 1.500 pessoas, relacionou o problema nos fios com o contágio pelo novo coronavírus.

Tratamentos para a queda de cabelo

- > **PRIMEIRO**, é preciso ser feita a aná-

lise capilar, com um profissional.

- > **DEPENDENDO** da intensidade da queda, o tratamento pode ser feito com medicamentos, a laser, microagulhamento, LED e até mesmo injetáveis no couro cabeludo.
- > **EM CASOS** mais simples, loções capilares e suplementos vitamínicos podem resolver o problema.
- > **O TRATAMENTO** capilar após a Covid-19 funciona com espaços mais curtos entre as sessões e com estímulos de crescimento mais intensos.

Fonte: Especialistas consultados e Pesquisa A Tribuna.

Fezinha

Mega-Sena acumula e vai a R\$ 40 milhões

Ninguém acertou as seis dezenas da Mega-Sena 2362, o concurso acumulou e, com isso, a estimativa de prêmio para o sorteio de sábado é de R\$ 40 milhões. Na faixa de 5 acertos, houve 41 apostas ganhadoras, que levam prêmio individual de R\$ 75.848,58.

Na Quina 5540, um sortudo de Capitão Poço (PA) fez cinco acertos e vai levar o prêmio de R\$ 10.003.089,21. Na faixa de quatro acertos, foram 167 apostas ganhadoras, que vão receber prêmio individual de R\$ 4.870,39.

Já na Lotofácil 2206, duas apostas de Belém (PA) e Baraúna (RN) acertaram as 15 dezenas e faturaram R\$ 656.576,52, cada.

Na Super Sete 79, ninguém acertou a faixa principal e o prêmio ficou acumulado em R\$ 5.860.562,65.

Já na faixa de seis acertos, 5 apostas vão ganhar R\$ 12.788,34, cada.

LOTOFÁCIL

Concurso 2206

01 - 02 - 03 - 04 - 06
08 - 12 - 13 - 15 - 16
17 - 20 - 21 - 23 - 25

QUINA

Concurso 5540

13 - 24 - 30 - 33 - 43

MEGA-SENA

Concurso 2362

03 - 20 - 22 - 32 - 35 - 50

SUPER SETE

Concurso 79

6 - 2 - 3 - 3 - 2 - 9 - 0

LOTERIA FEDERAL

Concurso 5555

1º PRÊMIO - 69.351 - 2º PRÊMIO - 20.086
3º PRÊMIO - 56.000 - 4º PRÊMIO - 97.597
5º PRÊMIO - 52.694

INSTITUTO FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO - Campus de Alegre

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

PÁTRIA AMADA BRASIL - GOVERNO FEDERAL

COORDENADORIA DE LICITAÇÕES E COMPRAS

PREGÃO ELETRÔNICO Nº 05/2021 (SRP) - UASG 158425

Tipo Menor Preço Por Item

Objeto: Eventual aquisição de material de consumo (insumos para as unidades de produção e pesquisa), conforme descrições constantes no Termo de Referência (anexo I do Edital).
Abertura: 28/04/2021, às 08h30, no site <https://www.gov.br/compras/pt-br>.
Informações: Ifes/Campus de Alegre, Rodovia BR 482 Cachoeiro/Alegre, Km 72, Distrito de Rive, Alegre-ES, de segunda-feira à sexta-feira, de 08h às 16h. Telefone: (28) 3564-1815; e-mail: compras.algre@ifes.edu.br.

Cristiano Dutra
Coordenador de Licitações e Compras

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO - DIRETORIA DE GESTÃO DOS RESTAURANTES - UFES

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

PÁTRIA AMADA BRASIL - GOVERNO FEDERAL

AVISO DE CHAMADA PÚBLICA

Nº 01/2021 - UASG 153048

A Universidade Federal do Espírito Santo torna pública a realização de Chamada Pública - modalidade Compra Institucional - para aquisição de GÊNEROS ALIMENTÍCIOS da Agricultura Familiar e do Empreendedor Familiar Rural, pelo período de 06 (seis) meses, para atender às necessidades dos Restaurantes dos Campi de Goiabeiras e Maruípe, Alegre-ES e Jerônimo Monteiro-ES e de São Mateus-ES, conforme especificações, condições, quantidades e exigências estabelecidas neste Edital e seus anexos. EDITAL DISPONÍVEL EM: <http://ru.ufes.br/>.

ENTREGA DE DOCUMENTAÇÃO: Até 23:59 horas, do dia 03/05/2021, pelo email chamadapublicadgrufes@gmail.com, ou presencialmente (envelopes), somente no dia 03/05/2021, das 07:00h às 16:00h, no Restaurante Universitário da UFES (RU) do Campus de Goiabeiras/Vitória-ES. SESSÃO PÚBLICA: 05/05/2021 às 10:00 horas, através de meio eletrônico (videoconferência), com link de acesso a ser disponibilizado no site <http://ru.ufes.br/>. As dúvidas e solicitações de informações deverão ser dirimidas e enviadas ao email chamadapublicadgrufes@gmail.com.

Ana Carolina de Paula Nunes Pinto
Presidente Substituta da Comissão Especial de Licitação - CEL/DGR/UFES