

DAVID VALVERDE

# “O transplante capilar pode ser uma solução definitiva”

*Existem vários motivos para a queda de cabelo, que podem ser ocasionais ou crónicos, mas os avanços na medicina têm ajudado a encontrar soluções eficazes que ajudam a manter a saúde capilar. Uma questão que nem sempre é meramente estética.*

**O** stress, os distúrbios hormonais ou a herança genética são apenas algumas das causas da queda de cabelo. Um problema que afeta milhões de pessoas em todo o mundo, mas que pode ser evitado, ou minimizado, com recurso a soluções inovadoras. Especialista em microtransplante capilar e em tricologia, área da medicina que estuda os fios de cabelo e o couro cabeludo, o médico David Valverde esclarece algumas dúvidas sobre saúde capilar e partilha alguns dos tratamentos mais eficazes para fortalecer, nutrir e promover o crescimento do cabelo.

– **Quais são as grandes causas da queda de cabelo?**

David Valverde – Existem várias causas, mas a principal e mais conhecida é a alopecia androgenética, que, como o próprio nome indica, apresenta uma componente hormonal e uma componente genética. É o tipo de queda de cabelo mais comum e, apesar de afetar tanto homens como mulheres, é no sexo masculino que apresenta maior prevalência. Além deste, existem outros tipos de queda de cabelo, como o eflúvio, que pode ser categorizado em dois tipos: o eflúvio anagénico, que é característico nas pessoas que foram submetidas a quimioterapia e afeta a fase anágena do cabelo, e o eflúvio telogénico, que tem como principais causas a deficiência nutricional, o stress e outro tipo de situações mais específicas, como pós-gravidez ou problemas na tiroide. Quando se trata deste tipo de eflúvio, é de extrema importância fazer análises para despistar se existe alguma componente patológica que possa estar a influenciar a queda de cabelo.

– **Como e em que situações pode ser evitada ou atrasada?**

– Neste último caso, é possível evitar a sua evolução através de uma alimentação cuidada e de descanso. Já no caso da alopecia androgenética não existe cura, mas esta condição pode ser retardada através da toma

de medicação ou de procedimentos em gabinete. Um deles é a mesoterapia capilar, que consiste na injeção de pequenas doses de vitaminas e nutrientes que estimulam o crescimento e fortalecimento do cabelo. Outro procedimento é a aplicação de plasma rico em plaquetas, que consiste na extração do sangue do próprio paciente, que é centrifugado com o objetivo de recolher a fração de plasma rico em plaquetas, e, posteriormente, aplicado no couro cabeludo. As plaquetas, depois de ativadas, libertam fatores de crescimento que ajudam a regenerar o couro cabeludo e a promover o crescimento de fios mais fortes e saudáveis. Também a terapia fotodinâmica, um procedimento não-invasivo, pode evitar a queda intensa através da aplicação contínua de fótoes de luz LED na zona do couro cabeludo, com o objetivo de estimular o crescimento e fortalecimento dos fios. Já o microneedling capilar é minimamente invasivo e indolor, tem como objetivo a bioestimulação da pele para promover a libertação de fatores de crescimento e é feito com base na utilização de pequenas agulhas que realizam micropunções na pele, pelas quais penetram os princípios ativos que vão promover o crescimento capilar.

– **Quando a queda é inevitável, em que situações é indicado o transplante capilar?**

– Em primeiro lugar, é de extrema relevância perceber a causa da queda de cabelo. Uma pessoa que esteja a fazer

---

**“A grande maioria das pessoas recorre a ajuda profissional quando já perdeu cerca de 50% do cabelo.”**





## 20 anos de experiência na área da estética

Licenciado em análises clínicas, com pós-graduação em Medicina Estética e Cosmética, mestre em Bioquímica e em Tricologia e Microtransplante Capilar, **David Valverde** é o CEO da Valverde Clínica, em Lisboa, um espaço que oferece soluções de medicina estética, nutrição, análises clínicas e avaliação física personalizadas, inovadoras e científicamente creditadas através da qualidade dos produtos, da competência da equipa e da inovação dos métodos utilizados. Graças a um currículo rico em formações e cursos complementares, como o de CardioFitness e Musculação, David Valverde destaca-se por ser um profissional que transforma o bem-estar mental e físico dos seus pacientes a longo prazo e não apenas numa intervenção estética isolada.

quimioterapia poderá vir a ter, inevitavelmente, queda de cabelo. Neste tipo de situações não se considera o transplante capilar, mas sim as próteses capilares ou outros dispositivos que permitam disfarçar a queda de cabelo. Contudo, existem situações em que a queda já não pode ser revertida e é necessário avançar para o transplante capilar. Geralmente, a grande maioria das pessoas recorre a ajuda profissional quando já perdeu cerca de 50% do cabelo. Nestes casos, o transplante capilar é a solução indicada, uma vez que a queda de cabelo já se encontra num estado muito difícil de reverter.

– A resposta é a mesma para homens e mulheres?

– Todas as soluções existentes são indicadas tanto para homens como para mulheres. Porém, quando se trata de medicação, é preciso ter atenção, pois podemos estar perante uma alteração hormonal que terá de ser direcionada de forma diferente.

---

**“A melhor forma de evitar o transplante capilar é evitar que se chegue a um estado muito avançado da queda de cabelo.”**

---



**– Como descreve o procedimento do transplante?**

– Geralmente, o transplante capilar é feito numa única sessão, através de uma técnica que se chama Folicular Unit Extraction (FUE). A FUE consiste na extração de folículos que não são sensíveis a componentes hormonais, que não provocam a queda de cabelo. Esta extração é feita na zona dadora, que normalmente se situa na região occipital, ou seja, atrás da cabeça. Posteriormente, o folículo, juntamente com o pelo, é transplantado na região que está calva (zona recetora). Este procedimento demora cerca de seis a oito horas, sendo que de manhã se faz a extração dos folículos e à tarde é feita a sua implantação. Apesar de, após o transplante os folículos pilosos serem visíveis, o efeito final não é logo perceptível, uma vez que o pelo que foi transplantado vai acabar por cair, deixando para trás a parte folicular, que tem toda a informação necessária para se desenvolverem novos talos pilosos e, consequentemente, para fazer crescer o cabelo. Uns meses após a queda dos pelos transplantados o cabelo começa novamente a crescer, sendo que durante este período é feito o acompanhamento do paciente para nos certificarmos de que o transplante foi bem-sucedido e que o cabelo está a crescer de forma saudável. Costumo dizer que o couro

cabeludo é como se fosse um terreno extremamente fértil onde estamos a plantar, e, tal como quando transplantamos uma planta, ela passa por uma fase em que mirra para depois ganhar força e começar a crescer.

**– O transplante é uma solução definitiva para a área que fica transplantada ou implica algum tipo de manutenção ou repetição posterior do procedimento?**

– Geralmente, o transplante capilar é uma solução definitiva. Contudo, é preciso ter em atenção que na área que fica transplantada existem cabelos nativos que devem ser mantidos e tratados para que não caiam. Muitas vezes o transplante não tem os resultados esperados, não porque o folículo não venceu, mas sim porque o cabelo que a pessoa ainda tinha naquela zona continua a cair devido à falta de tratamento. É nestas situações que é necessário fazer uma manutenção em gabinete ou através de medicação, de modo a que seja possível manter o folículo que ainda é hormonodependente, para que ele se aguente o máximo de tempo possível. Se o transplante capilar for bem feito e se forem tidos todos os cuidados necessários, o cabelo transplantado não cai e mantém-se durante muito tempo. •

**“Se o transplante capilar for bem feito e se forem tidos todos os cuidados necessários, o cabelo transplantado não cai e mantém-se durante muito tempo.”**