



## **Parkinson causa perda de memória, engasgos e rigidez muscular**

**Médicas diferenciaram tremores normais de doenças mais sérias.**

**Paciente com Parkinson pode não ter tremedeira, mas outros sinais.**

Do G1, em São Paulo



Quando se fala em Parkinson, a tremedeira é o primeiro sintoma que vem à mente. Mas nem sempre essa doença neurológica manifesta o sintoma. O paciente pode começar a ter dificuldade de abotoar uma camisa, calçar o sapato ou levar o garfo à boca, por exemplo. E se a pessoa treme e passa a ter vergonha disso, está mais do que na hora de procurar um médico.

Segundo a neurocirurgiã Alessandra Gorgulho e a consultora Ana Escobar, o Parkinson costuma causar rigidez muscular, lentidão de movimentos, perda de memória, dificuldade para engolir, engasgos, excesso de saliva, diminuição da expressão facial, do tom de voz e do tamanho da letra ao escrever.

De acordo com a médica, a doença é mais frequente a partir dos 60 anos, mas pode acometer pessoas mais novas, a partir dos 40 anos – o chamado Parkinson precoce.

Outros problemas de saúde podem provocar tremores, como hipoglicemia (queda dos níveis de açúcar no sangue), hipotireoidismo (deficiência no hormônio da tireoide), fraqueza muscular, cafeína, derrame ou tumor cerebral, consumo excessivo ou abstinência de álcool, esclerose múltipla, envelhecimento, estresse, ansiedade e tremor essencial (doença que causa um

desbalanço dos neurotransmissores do cérebro, afetando os circuitos que envolvem o controle dos movimentos em uma ou mais partes do corpo).

As médicas explicaram que a principal causa do Parkinson é a morte das células do cérebro, em especial na área conhecida como "substância negra", responsável pela produção de dopamina, um neurotransmissor que, entre outras funções, controla os movimentos. O tratamento dessa doença degenerativa e progressiva pode ser medicamentoso, psicoterápico (em função da perda de memória, de eventuais demências ou depressão) e até cirúrgico em alguns casos. No caso do implante de um eletrodo cerebral (ou marca-passo), 80% dos pacientes deixam de tremer por completo.

Algumas recomendações feitas pelas médicas são: procure um especialista assim que perceber um tremor nas mãos ou redução no tamanho da sua letra; mantenha a atividade física e intelectual constante; e não atribua ao passar dos anos a perda da expressão facial e um piscar dos olhos menos frequente.

## **Inverno maltrata o couro cabeludo e exige cuidados extras com os fios**

**Tempo seco e água quente agriem os cabelos; saiba como tratá-los.**

**Dermatologista e cosmetóloga tiraram dúvidas sobre xampus e caspa.**

Do G1, em São Paulo

No período de inverno, o couro cabeludo fica mais maltratado e exige cuidados extras. Isso ocorre por causa do tempo seco e da água quente do banho, que agriem muito os fios. Segundo a dermatologista Márcia Purceli, é importante lavar os cabelos todos os dias ou pelo menos três vezes por semana, com xampu, condicionador e água não muito quente.

A engenheira química e cosmetóloga Sonia Corazza explicou como é a composição dos xampus. É o detergente que faz a limpeza e remove dos fios a oleosidade, a poluição e os restos de produtos cosméticos. Já o sal serve como espessante, e deve ser usado na medida certa. Além disso, respeite sempre a validade do xampu, que é de dois anos, em média.

O Bem Estar desta quarta-feira (20) também mostrou como funciona o CC cream: um creme que reúne 12 utilidades em um só, como brilho, força e proteção ultravioleta. As convidadas falaram, ainda, sobre caspa e xampu em pó. Se a pessoa estiver com caspa (nome comum da dermatite seborreica), sentir coceira e os xampus anticaspa não resolverem, é preciso procurar um médico. A consultora Márcia Purceli também destacou que não se deve usar xampu anticaspa mais de três vezes por semana. E os bonés pioram a caspa, porque deixam o cabelo muito abafado. Além disso, dormir com o cabelo molhado ou amarrado e úmido agrava o problema. A umidade aumenta a proliferação dos fungos e, conseqüentemente, da dermatite seborreica – que pode aparecer ainda nas sobrancelhas, atrás das orelhas, na curva do nariz e na região do tórax. Antes de dormir, seque pelo menos o couro cabeludo. A região em que a pessoa mais sente coceira costuma ser a nuca, porque é a que fica mais úmida.

## **Lavar com água fria aumenta o brilho do cabelo; veja mais mitos e verdades**

Bem Estar desta quinta (17) mostrou que água fria fecha cutícula dos fios.

Cortar com frequência não faz os fios crescerem mais, diz dermatologista.

Do G1, em São Paulo

O Bem Estar desta quinta-feira (17) recebeu a dermatologista Márcia Purceli e a cabeleireira Jô Nascimento para desvendar mitos e verdades sobre os cuidados com o cabelo. Um dos principais é em relação a água fria – será que ela dá mais brilho aos fios? De acordo com as especialistas, isso é verdade já que a água fria causa uma vasoconstrição e fecha a cutícula do cabelo, proporcionando mais brilho. A água quente, por outro lado, faz o contrário e abre a cutícula, danificando. Por isso, o ideal é usar água morna para lavar e finalizar com a fria.

Outra coisa que também pode dar mais brilho ao cabelo é o vinagre, que é ácido e é mais próximo do PH do cabelo. Porém, existem produtos muito mais modernos que dão o mesmo efeito, ou seja, não há necessidade de usar o vinagre.

As especialistas falaram também sobre a maneira de lavar – algo que muita gente não sabe é que o shampoo "cansa" do cabelo e, por isso, é bom trocar o produto a cada três meses ou quando os fios não estiverem mais respondendo tão bem. Outro hábito importante é usar o shampoo e o condicionador da mesma marca e evitar passar o creme no couro cabeludo, o que pode aumentar a oleosidade e até piorar queda de cabelo ou caspa.

Por último, o programa desvendou um dos principais mitos em relação ao cabelo – cortar os fios com frequência os faz crescerem mais rápido? A resposta é não, porque o cabelo não cresce pela ponta, mas sim pelo couro cabeludo. Ao cortar, as pontas duplas são retiradas, então o cabelo fica mais resistente e quebra menos, dando a impressão de mais forte. Mas de maneira geral, não há nada no mercado que agilize o crescimento, que é de 1 a 1,5 centímetro por mês.