

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Apr 25, 2022

Alopecia areata

A alopecia areata é uma doença que provoca a queda de algumas partes do cabelo. Mas ela não destrói o folículo piloso, portanto, há sempre a chance de crescimento, o que acontece com frequência.

Reunimos as pesquisas sobre a alopecia areata e conversamos com especialistas sobre as melhores maneiras de tratá-la. Você pode usar nossas informações para conversar com seu médico e decidir quais são os melhores tratamentos para você.

O que é alopecia areata?

"Alopecia" é o nome técnico da queda de cabelo. A alopecia areata é um tipo de queda de cabelo que se acredita ser causada por uma **doença autoimune**.

Se você tiver uma doença autoimune, as células do seu corpo que normalmente combatem infecções (glóbulos brancos) atacam algumas de suas próprias células por engano.

Na alopecia areata, as células brancas se reúnem em torno dos folículos pilosos, que são os sacos a partir dos quais crescem os cabelos individuais. Isso causa inflamação (inchaço) ao redor dos folículos. Isso faz com que o cabelo pare de crescer, caia e pare de voltar a crescer.

Felizmente, os folículos capilares não estão permanentemente danificados, portanto, seu cabelo ainda tem potencial para voltar a crescer. A maioria das pessoas tem uma ou algumas manchas de perda de cabelo no couro cabeludo, mas algumas perdem uma quantidade significativa de cabelo.

Mas algumas pessoas perdem todo o cabelo do couro cabeludo (chamada alopecia totalis) ou todo o cabelo do couro cabeludo e do corpo (alopecia universalis).

A alopecia areata é bastante comum. Ela afeta cerca de 2 em cada 100 pessoas e pode ocorrer em pessoas de todas as origens e idades. E algumas pessoas com alopecia areata têm mais de um episódio de queda de cabelo. Muitas pessoas a contraem pela primeira vez quando são crianças ou adultos jovens.

Os médicos não sabem por que algumas pessoas têm alopecia areata e outras não. Mas cerca de 20 em cada 100 pessoas com alopecia areata têm um membro da família que também a tem.

Alopecia areata

Você também pode ter mais probabilidade de contrai-la se você ou alguém da sua família tiver outro tipo de doença autoimune, como diabetes tipo 1, doença da tireoide ou vitiligo (uma condição que causa manchas brancas na pele).

Quais são os sintomas?

A maioria das pessoas apresenta manchas de perda de cabelo ao longo de algumas semanas. As manchas geralmente são do tamanho de uma moeda e são redondas ou ovais. O couro cabeludo sem cabelo é liso e tem aparência normal (não está vermelho ou inflamado). Algumas pessoas dizem que sentem formigamento ou uma dor muito leve na área afetada.

Você pode ter pelos curtos (cerca de 3 milímetros de comprimento) nas bordas dessas manchas. Os médicos chamam esses cabelos de pontos de exclamação.

A alopecia areata também pode afetar qualquer parte do corpo que tenha pelos, inclusive as sobrancelhas, os cílios, a área da barba (nos homens), as axilas e os órgãos genitais. Algumas pessoas também apresentam corrosão nas unhas. Isso ocorre quando as unhas parecem ásperas ou levemente amassadas.

Quais tratamentos funcionam?

Não há cura para a alopecia areata, mas os tratamentos podem ajudar o cabelo a crescer novamente. A seguir, descrevemos os tratamentos mais comuns. Você pode usar essas informações para conversar com seu médico sobre suas opções de tratamento.

No entanto, vale a pena observar que muitas pessoas com alopecia areata apresentam recrescimento sem nenhum tratamento, especialmente se a queda de cabelo for leve. Como resultado, algumas pessoas optam por não fazer nenhum tratamento.

Queda de cabelo leve a moderada

Se a queda de cabelo for de leve a moderada, o médico poderá sugerir o uso de injeções de esteroides ou de medicamentos aplicados na pele.

Os esteroides usados para tratar a alopecia são semelhantes às substâncias químicas que seu corpo produz para reduzir a inflamação. Seu nome completo é "corticosteroides". Eles não são os mesmos que os esteroides anabolizantes usados por alguns fisiculturistas e atletas.

A injeção **de esteroides** diretamente no local da queda de cabelo é o melhor tratamento para áreas de alopecia irregular, e o crescimento geralmente começa em um a seis meses. Mas eles não funcionam para todo mundo e não costumam ser usados em crianças.

Os esteroides podem ser injetados em qualquer área com queda de cabelo, incluindo o couro cabeludo, as sobrancelhas e a área da barba. O médico pode primeiro anestesiá-la aplicando um creme analgésico (chamado de anestésico tópico). Dependendo do tamanho da área a ser tratada, você pode precisar de várias injeções.

Provavelmente, você precisará aplicar as injeções mais de uma vez. Elas são espaçadas de quatro a seis semanas.

Alopecia areata

Às vezes, as injeções podem causar afinamento da pele (chamado de indentação leve), mas isso geralmente é temporário. Acne (manchas) e vermelhidão no local das injeções são outros efeitos colaterais possíveis.

Os esteroides também são apresentados na forma de géis, líquidos, cremes e loções que são aplicados diretamente nas áreas de queda de cabelo. Os médicos chamam isso de **esteroides tópicos**. O tipo a ser usado dependerá de onde está a queda de cabelo (líquidos e géis, por exemplo, podem ser mais fáceis de aplicar no couro cabeludo).

Os esteroides tópicos têm menos probabilidade de causar efeitos colaterais do que as injeções de esteroides e podem ser usados em crianças.

Os médicos às vezes prescrevem **comprimidos de esteroides** se alguém estiver sofrendo de queda rápida de cabelo. Isso pode ajudar a interromper ou retardar a queda de cabelo. Mas as melhorias podem ser apenas temporárias, pois os comprimidos de esteroides só podem ser usados por um curto período de tempo.

Isso ocorre porque eles podem causar muitos efeitos colaterais, incluindo pressão alta, aumento do apetite, irritação estomacal (gastrite), alteração do humor e dos padrões de sono e piora do controle de açúcar no sangue em pessoas com diabetes.

O Minoxidil é um tratamento que muitos homens usam para fazer o cabelo crescer novamente se estiverem ficando calvos naturalmente. Às vezes, ele também é usado para alopecia, embora ainda não esteja claro se funciona bem. Ele vem na forma de líquido e de espuma.

Você pode ter alguma irritação na pele ao usar minoxidil. Às vezes, o tratamento com minoxidil e esteroides tópicos são usados em conjunto.

Se um tratamento não tiver funcionado após seis meses, seu médico provavelmente recomendará tentar um tratamento diferente.

Queda de cabelo generalizada

Se a queda de cabelo for grave, é menos provável que as injeções de esteroides e os medicamentos aplicados na pele funcionem. Mas há outros tratamentos que você pode tentar.

A imunoterapia tópica (também chamada de tratamento de sensibilização por contato) consiste em torná-lo alérgico a uma substância e, em seguida, aplicar regularmente uma versão fraca dela para manter a pele levemente irritada (inflamada). Isso pode estimular o crescimento do cabelo, embora os pesquisadores não saibam exatamente por quê.

Esse tratamento pode ter efeitos colaterais, incluindo bolhas, coceira e aumento das glândulas no pescoço. A cor de sua pele na área tratada também pode ficar mais clara ou mais escura.

Lidando com a queda de cabelo

É compreensível que muitas pessoas tenham dificuldade em lidar com a queda de cabelo. Isso pode ser especialmente devastador para crianças e adolescentes, que já podem estar com problemas de autoestima.

Alopecia areata

Não deixe de informar ao seu médico se estiver com dificuldade de lidar com a situação ou se sentir deprimido. Seu médico pode oferecer apoio e pode recomendar que você converse com um conselheiro ou participe de um grupo de apoio. Conhecer outras pessoas com alopecia areata pode ser de grande ajuda.

As pessoas geralmente usam perucas, chapéus, lenços e outras coberturas para disfarçar a queda de cabelo. Pós, sprays ou pastas coloridas para o couro cabeludo também podem ajudar.

Muitos homens (e algumas mulheres) optam por raspar a cabeça até que o cabelo comece a crescer novamente. Porém, se o couro cabeludo estiver descoberto, certifique-se de usar protetor solar para evitar danos causados pelo sol.

A maquiagem e as tatuagens temporárias são opções para esconder as sobrancelhas perdidas.

O que vai acontecer comigo?

Se a queda de cabelo for leve, você tem uma boa chance de crescimento total. Seu cabelo pode estar branco ou fino no início do crescimento, mas deve voltar à cor e à textura normais.

Se a queda de cabelo for mais generalizada, o crescimento total é menos provável. A maioria das pessoas com alopecia areata apresenta mais de um episódio de queda de cabelo ao longo da vida.

Até 10 em cada 100 pessoas têm alopecia areata grave e contínua. No entanto, não importa a gravidade da queda de cabelo, você ainda tem o potencial de fazer o cabelo crescer novamente, pois o folículo piloso não está permanentemente danificado. Algumas pessoas chegam a ter cabelos novamente depois de muitos anos.

Entretanto, se não houver crescimento por um longo período ou se a queda de cabelo for grave, é menos provável que o cabelo volte a crescer. Mas lembre-se, a alopecia areata é uma doença imprevisível e ninguém pode dizer com certeza como ela o afetará.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

