



VOL. 2 · FALHAS REDONDAS · PROTOCOLO PIN · CABELO IMBATÍVEL

Cabelo:

# FALHAS REDONDAS

Alopecia Areata · A queda autoimune

Imunidade · Estresse · Repigmentação · Protocolo PIN



## DIAGNÓSTICO · O SINAL CLÁSSICO

## É Areata? Os 5 sinais que delatam



Na Alopecia Areata, o sistema imune ataca o folículo. A pele fica LISA, BRANCA e BRILHANTE — sem cicatriz.

### OS 5 SINAIS DA AREATA

- Falha REDONDA ou OVAL de 1-5cm, surge em dias
- Pele lisa, brilhante, SEM vermelhidão, SEM dor
- Fios ao redor da borda saem fácil quando puxados ("pull test" positivo)
- Fios em ponto de exclamação (!) — finos na base, grossos na ponta
- Pode atingir sobrancelhas, barba, cílios — em qualquer pelo

### ATENÇÃO — VAI ALÉM DO CABELO?

- Unhas com pontinhos (pitting), faixas brancas → 30% dos casos
- Tireoide alterada, vitiligo, lúpus na família → maior risco
- Estresse intenso 2-6 meses antes em 80% dos casos

**Se a falha é vermelha, dolorida, com crosta ou pele "cicatriz brilhante" → NÃO é areata. Procure dermatologista URGENTE.**



## CAUSA · O SISTEMA IMUNE CONFUSO

# Por que o corpo ataca o próprio cabelo?



Areata é doença autoimune. O folículo é visto como invasor. Os gatilhos:

## OS GATILHOS CONHECIDOS

- Estresse extremo 2-6 meses antes (separação, luto, demissão)
- Infecção viral recente (COVID, gripe forte, H. pylori)
- Genética: 1 em cada 5 tem parente com areata, vitiligo ou tireoide auto-imune
- Deficiência de vitamina D e zinco — quase universal nesses pacientes
- Disbiose intestinal — intestino inflamado dispara autoimunidade

## EMOÇÃO POR TRÁS (Dr. Walter)

- Sentimento de "perda de poder", traição, humilhação
- "O corpo arranca o que a mente não consegue soltar."

**Boa notícia: em 50-80% dos casos LEVES, o cabelo volta sozinho em 6-12 meses. Mas o protocolo acelera.**