

## **DERMATITE SEBORREICA: HÁBITOS E CUIDADOS PARA PREVENIR A DERMATITE SEBORREICA NO COURO CABELUDO**

OLIVEIRA, Leticia Moreira.<sup>1</sup>  
NASCIMENTO, Leticia Morelli.<sup>2</sup>

### **RESUMO**

O presente artigo trata-se de uma revisão de literatura com o objetivo principal de prevenir a dermatite seborreica no couro cabeludo, que é uma afecção crônica, não contagiosa, recidivante, mais comum em couro cabeludo, face e tronco, caracterizada por descamação seca ou gordurosa, espessa ou fina, acinzentada ou amarelada, sem ou com prurido, que afeta de 1 a 5% da população mundial. Neste artigo de revisão é apresentado as principais possíveis causas da dermatite seborreica, que seria o excesso de sebo e de fungos, os hábitos e os cuidados que contribuem para impedir a manifestação da patologia, como evitar dormir de cabelo molhado, banhos quentes, o uso de secador em altas temperaturas, o uso de bonés, o uso de shampoos muito detergente. Também são apresentados os principais princípios ativos utilizados no tratamento e na prevenção. Tendo conhecimento dos ativos e medicamentos usados e dos cuidados diários pode se manter essa patologia não ativada. A dermatite seborreica não leva a morte, porém afeta a saúde mental das pessoas, pois causa desconforto pela aparência de como a doença se apresenta, pois muitas vezes aparenta ser falta de higiene, afetando a autoestima e pode ser associada a outras patologias como a alopecia, agravando o caso. Dessa forma, é de importância os profissionais terem conhecimento sobre a doença para saber orientar os pacientes dos cuidados.

**PALAVRAS-CHAVE:** Dermatite Seborreica, Couro Cabeludo, Tratamento

### **1. INTRODUÇÃO**

Os cabelos não tem nenhuma importância vital para os indivíduos, sendo a sua principal função biológica a proteção climática, porém é indiscutível a sua importância na vida social das pessoas, pois desde os tempos remotos os cabelos são como acessórios de beleza entre as mulheres e homens, além de serem capazes de trazer traços de personalidade, da cultura, sociedade e religião (VIEIRA, MACHADO E MOSER, 2016). Hoje os cabelos são capazes de demonstrar o estilo de cada pessoa, expressar liberdade, nível de cuidados pessoais e até mesmo o estado de saúde do indivíduo, sendo uma das principais preocupações na aparência de homens e de mulheres (GOMES citado por LIMAS, DUARTE e MOSER, 2011).

A Dermatite seborreica acomete cerca de 1 a 5% a população mundial, na sua maior parte homens, sua aparência descamativa e oleosa causa desconforto e podem afetar a saúde mental dos

acometidos, causando baixa autoestima, insegurança, dificultando suas relações e assim ocasionando na diminuição da qualidade de vida (LIMAS, DUARTE E MOSER, 2011).

## 2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A Dermatite Seborreica é uma afecção comum, que acomete cerca de 1 a 5% da população geral. É constituída por uma inflamação crônica recidivante, que geralmente está acompanhada de placas ou pápulas eritematosas descamativas que podem ser amareladas, não sendo de caráter contagioso. As áreas afetadas são locais onde a maior acúmulo das glândulas sebáceas, sendo mais recorrente em couro cabeludo, face e tronco (GOMES, 2015). Tem um pico de incidência em recém-nascidos, mas prevalece apenas até o terceiro trimestre de vida, e outro pico já na vida adulto, que se torna crônica e recorrente, mais comum em homens (GONÇALVES, 2015).

As causas ainda são incertas, mas os fatores como a hipersecreção sebácea, alteração fúngica, cuidados inadequados, deficiência nutricional e estresse são considerados causadores da doença (LIMA e COMARELLA, 2012). Segundo Neto et al (2013) não é apenas a hipersecreção da glândula sebácea que pode ser a causa, mas sim uma disfunção na composição do sebo que está presente na pele e acaba por favorecer a proliferação dos micro-organismos.

As doenças de pele, por serem muitas vezes visíveis, acabam interferindo na vida do indivíduo, alterando suas atividades diárias e relações pessoais (GOMES, MOURA e AGUIAR, 2012). Por ser uma patologia crônica recidivante é importante o controle através de cuidados diários, métodos de tratamentos e medicamentos (SAMPAIO et al, 2011).

### 2.1 AS CAUSAS DA DERMATITE SEBORREICA NO COURO CABELUDO

A etiologia da dermatite seborreica no couro cabeludo ainda é desconhecida e está sendo constantemente investigada por especialistas. As supostas causas são que fatores endógenos e exógenos sejam fundamentais para o seu desenvolvimento, sabendo que as causas das dermatites seborreicas são multifatoriais uma das causas mais cogitadas é a presença do fungo do gênero *malassezia*, este fungo faz parte da família *Cryptococcaceae*, da classe *Blastomycetes*, as classes mais comum em indivíduos afetados são *M.restricta* e *M.globosa*, tem caráter lipofílico, ou seja, se

desenvolve em áreas lipídicas, e tem capacidade de degradar os triglicerídeos do sebo em ácidos gordos livres, que causam irritação nos queratinócitos causando a descamação, além disso, os queratinócitos são estimulados a produzir citocinas pró-inflamatória, que causa a inflamação no extrato córneo. Ainda não está elucidado se a quantidade do fungo *malassezia* na pele é maior em indivíduos que são afetados pela dermatite seborreica do que em indivíduos saudáveis, pois alguns estudos dizem que a causa não é necessariamente a quantidade, mas o subtipo de pele da pessoa afetada, essa suposição é reforçada pois o fungo *malassezia* também está presente na flora normal da pele (GONÇALVES, 2015).

Outro fator de grande relevância é a produção sebácea, pois essa patologia acomete sempre áreas onde há mais acúmulo de glândulas sebáceas, os homens são os mais afetados pela maior presença de hormônios andrógenos, que influencia na secreção sebácea, também é notado a o pico de incidência são nos períodos de vida que as glândulas sebáceas estão mais ativas. Não é necessariamente a excesso de sebo que ajuda a desencadear a patologia, mas podem estar relacionados aos fatos dos fungos do gênero *malassezia* se proliferarem em áreas lipídicas e degradarem a composição do sebo (GONÇALVES, 2015).

Alguns estudos relacionam a patologia ao sistema imunológico, pois há uma prevalência em indivíduos com imunodeprimidos que são acometidos pela Dermatite seborreica, como por exemplo, portadores do Vírus HIV, infecções virais, Alcoolismo e doenças malignas (GOMES, 2015).

## 2.2 HÁBITOS E CUIDADOS

Sabendo que os fungos do gênero *malassezia* são uma das principais causas para o desenvolvimento da dermatite seborreica do couro cabeludo e conhecendo seu habitat natural da maioria dos fungos que são locais úmidos, conclui-se que os hábitos do dia a dia como dormir com o cabelo molhado, pois abafa o local favorecendo a proliferação desses fungos, além do uso excessivo de chapéus e bonés, prender o cabelo com ele ainda molhado (VIEIRA, MACHADO e MOSER, 2016).

A hipersecreção sebácea também muito conhecida de ser uma das causas do crescimento de fungos pelo excesso de sebo, sabendo disso, banhos quentes influenciam pois estimulam mais as glândulas sebáceas dilatando-as liberando mais sebo, o uso de shampoos muito detergentes podem

causar efeito rebote, pois quando retiramos muito a oleosidade natural da pele nosso organismo entende que está em falta, e produz ainda mais sebo causando o efeito rebote que seria o efeito contrário (VIEIRA, MACHADO e MOSER, 2016).

## 2.3 PRINCÍPIOS ATIVOS

A piroctona olamina é um princípio ativo antibactericida e fungicida, ideal no combate da doença. O ácido salicílico por ser queratolítico vai ajudar na eliminação das escamas, assim, melhorando a permeação dos outros ativos (VIEIRA, MACHADO E MOSER, 2016). A argila é um dos mais comuns dos princípios ativos usados para o tratamento da dermatite seborreica do couro cabeludo, tem uma ação de limpeza profunda, diminui a oleosidade e também é bactericida, anti-inflamatório e também antisséptico. A argila mais usada na argiloterapia é a verde (MAKISHI et al citado por DAVID, ADAD e YASUNAGA, 2017). Os óleos essenciais são muito indicados no tratamento da dermatite pois têm fácil absorção pelas suas moléculas pequenas, sendo o óleo de melaleuca o mais utilizado, pois tem ação antifúngica, antibacteriana, antisséptica e cicatrizante. Shampoos e loções utilizados no tratamento podem ser associados ao cetoconazol (SARAIVA, GREIN E COSMO, 2017).

## 3. METODOLOGIA

Para desenvolver este artigo de revisão foi realizada uma pesquisa bibliográfica em plataformas online, como scielo e google acadêmico desde o ano 2000. Para a pesquisa dos artigos foram usadas as palavras-chaves: Dermatite seborreica, couro cabeludo, prevenção, tratamento.

## 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Levando em consideração as possíveis causas da dermatite seborreica no couro cabeludo concluiu-se quais os hábitos e cuidados diários, como evitar dormir com o cabelo molhado, o uso prolongado de bonés e shampoos muito detergentes, são essenciais para o controle da patologia.

Tendo conhecimento dos ativos usados no tratamento para prevenir a volta dessa afecção crônica no couro cabeludo, pois além de ser uma patologia que afeta o organismo também traz danos psicológicos e de autoestima. A intenção do tratamento para dermatite seborreica é controlar a oleosidade da pele, o aumento do fungo da pele, e o quadro inflamatório, é muito importante o paciente ter consciência que o tratamento é constante por ser uma doença crônica e redicivante.

## REFERÊNCIAS

- DAVID, B. S.; ADAD, B. C. S.; YASUNAGA, E. Y. A argiloterapia no tratamento da dermatite seborreica no couro cabeludo. **Revista Científica do Centro Universitário de Jales** São Paulo, Unijales. ed. VII, p. 6-18. 2017. Disponível em: <<https://reuni.unijales.edu.br/edicoes/12/reuni.pdf>> Acesso em: 27 set. 2019.
- GOMES, F. R. E. S. **Dermatite Seborreica do adulto e da criança**: Revisão etiopatogénica e posição nosológica. Portugal. Faculdade de medicina da Universidade de Coimbra, 2015. Disponível em: <[https://eg.uc.pt/bitstream/10316/30564/1/Tese\\_DS.pdf](https://eg.uc.pt/bitstream/10316/30564/1/Tese_DS.pdf)> Acesso em: 27 set. 2019.
- GOMES, T. M.; MOURA, A. T. M. S.; AGUIAR, A. C. Dermatologia na atenção primária: Um desafio para a formação e prática médica. **Revista Brasileira de educação médica**. Rio de Janeiro. Universidade Estácio de Sá. n. 36, p. 125-128. 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbem/v36n1/a17v36n1>> Acesso em: 27 set. 2019.
- GONÇALVES, J. L. P. **Dermatite Seborreica**: Revisão da Panorâmica atual. Portugal. Faculdade de medicina da Universidade de Coimbra, 2015. Disponível em: <<https://estudogeral.sib.uc.pt/handle/10316/30527>> Acesso em: 27 set. 2019.
- LIMA, G. C. G.; COMARELLA, L. Sugestão de desenvolvimento de formulações de xampu-sabonete auxiliar no tratamento da dermatite seborreica. **Revista Uniandrade**. Campos de Andrade. n. 2, p. 160-174. 2012. Disponível em: <<https://www.uniandrade.br/revistauniandrade/index.php/revistauniandrade/article/view/43>> Acesso em: 27 set. 2019.
- LIMAS, J. R.; DUARTE, R.; MOSER, D. K. **A argiloterapia**: Uma nova alternativa para tratamentos contra seborreia, dermatite seborreica e caspa. Santa Catarina. Univali, 2011. Disponível em: <<http://siaibib01.univali.br/pdf/Jaqueline%20Rosa%20de%20Limas%20e%20Rosimeri%20Duarte.pdf>> Acesso em 27 set. 2019.
- NETO, E. M. R.; MARQUES, L. A. R. V.; LOTIF, M. A. L.; COELHO, M. O.; NOCRATO, M. N.; RODRIGUES, J. C. Dermatite Seborreica: Abordagem terapêutica no âmbito da clínica farmacêutica. **Revista Eletrônica de Farmácia**. n. 4, p. 16-26, 31 dez. 2013. Disponível em: <<https://revistas.ufg.br/REF/article/view/27451>> Acesso em 27 set. 2019.
- SAMPAIO, A. L. S. B.; MAMERI, A. C. A.; VARGAS, T. J. S.; SILVA, M. R.; NUNES, A. P.; CARNEIRO, S. C. S. Dermatite Seborreica. In: **Anais Brasileiros de Dermatologia**. 2011. V. 86, n. 6, p. 1061-1074, 2011. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0365-05962011000600002&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0365-05962011000600002&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)> Acesso em: 27 set. 2019.
- SARAIVA, P. V.; GREIN, V. A. S.; COSMO, S. **Dermatite Seborreica**: Tratamento com óleo essencial de melaleuca. Curitiba. Universidade Tuiuti do Paraná. Curitiba, 2017. Disponível em: <<https://tcconline.utp.br/media/tcc/2017/05/DERMATITE-SEBORREICA.pdf>> Acesso em 27 set. 2019.

VIEIRA, T. C.; MACHADO, C. M.; MOSER, D. K. **Disfunções do Couro Cabeludo:** Uma abordagem sobre a Caspa e Dermatite Seborreica. Santa Catarina. Univali, 2016. Disponível em: < <http://siaibib01.univali.br/pdf/Threicy%20Vieira%20e%20Camila%20Machado.pdf> > Acesso em: 27 set. 2019.