

# ELEMENTOS MINERAIS NO CABELO



Com frequência a queda de cabelo tem uma causa definida e identificável tais como défices e desequilíbrios alimentares, intoxicações por exposições crónicas a substâncias nocivas no trabalho ou no meio ambiente. Com a análise dos elementos minerais presentes no cabelo o médico pode obter informação laboratorial que poderá ter relação com a síndrome de fadiga crónica, a osteoporose, anemias, etc.

**Estado de Nutrição:** O teste permite a avaliação de situações de carência devidas a desnutrição, a dietas de emagrecimento, a malnutrição, a malabsorção e síndromes relacionados com perturbações gastrointestinais bem como situações de carências relacionadas com a idade e com tratamentos farmacológicos e diversas patologias.

**Elementos Tóxicos:** Com este teste é possível avaliar a exposição a longo prazo a elementos tóxicos nocivos para a saúde, que penetram no organismo tanto de origem no meio ambiente como no ambiente laboral. Estes elementos tóxicos podem originar alterações nos processos enzimáticos neurológicos, ou afectar diferentes sistemas do nosso organismo.

**Porquê analisar o cabelo?** Porque o cabelo como tecido “de depósito” tem muitas vantagens em relação á análise do soro ou urina. O cabelo cresce cerca de 1 cm por mês pelo que uma madeixa de cabelo com comprimento de 2 cm, reflectirá o nível de oligoelementos dos últimos dois meses. Trata-se também de uma amostra de envio fácil pelo correio sem condições especiais.

Já a análise no soro apenas reflecte uma situação pontual, a do momento da colheita pelo que, o seu resultado não serve para avaliar o estado de nutrição.

Quanto à possibilidade de usar como produto de estudo a urina, pode ser útil para determinações do perfil de eliminação de tóxicos em medicina ocupacional ou para avaliar a taxa de eliminação de Ca, de P ou de Mg etc., mas não para avaliar estados nutricionais.

## ELEMENTOS ESTUDADOS NO CABELO:

Concentração em Cálcio, Fósforo, Magnésio, Cobre, Ferro, Potássio....

## ELEMENTOS EM MENORES CONCENTRAÇÕES:

Zinco, Manganésio, Selénio, Molibdénio, Cobalto, Níquel, Vanádio, Crómio...

## ELEMENTOS TÓXICOS:

Teores Alumínio, Chumbo, Arsénio, Mercúrio, Cádmiu, Bário...

## RAZÕES DAS CONCENTRAÇÕES:

Ca/Mg, Ca/Fe, Ca/Zn, Fe/Cu, Zn/Cu

### Amostra necessária

Recolher cerca de 1 g de cabelo da zona da nuca (2-3cm a partir do couro cabeludo).

### Recomendações

De preferência não pintar o cabelo 1 mês antes da recolha.

### Forma de Apresentação de Resultados

Estes são fornecidos com comentários e algumas orientações sobre as possíveis causas para os desequilíbrios e anomalias observadas.

