

O que as características do corpo revelam sobre a sua saúde?

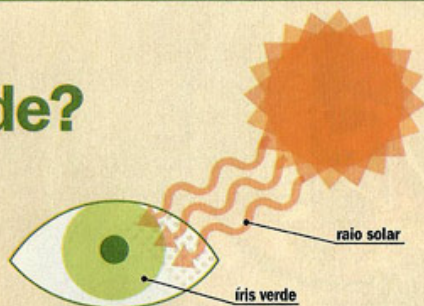
Cor dos olhos, formato das pernas, tipo de cabelo... Vamos abrir espaço agora para a estética, certo? Errado. Atributos naturais de cada um, muitas vezes ligados somente à beleza, revelam mais sobre o estado do organismo do que imagina a vã medicina

Pescoço rechonchudo

Se o colar ou a gravata andam causando um baita sufoco, visite o cardiologista. Afinal, medir a circunferência da região é um bom jeito de avaliar a probabilidade de algum comprometimento cardiovascular. Mas a fita métrica também deve ser usada na barriga para confirmar o diagnóstico. É que assíduos frequentadores de academia, por exemplo, apresentam um pescoço avantajado, mas é pura musculatura – está longe de indicar uma propensão para enguiços cardíacos.

A circunferência do pescoço de um americano não deveria ultrapassar os **40,5 cm**.

A das mulheres de lá, **34,2 cm**. Não há estudos aqui com esses números



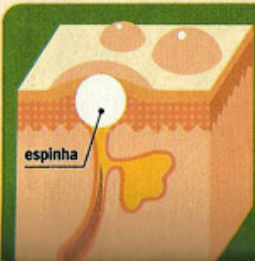
Olhos claros

O simples fato de ter a íris pintada de verde ou de azul já é fator de risco para a cegueira. É que essas cores, por assim dizer desbotadas, são menos resistentes aos efeitos nocivos dos raios solares. Daí a importância de usar óculos escuros com filtro em ambientes externos. Além disso, indivíduos com um par de olhos como o da atriz Ana Paula Arósio geralmente apresentam uma tez igualmente clara, o que os deixa mais suscetíveis a tumores de pele.



Cabelo encaracolado

Detentores de uma **cabeleira crespa** se desgastam menos em uma corrida do que carecas, segundo um curioso estudo da Universidade Federal de Minas Gerais. Esse tipo de madeixa protege a cabeça do calor por servir de barreira contra os raios ultravioleta e ainda possui espaço para o ar passar e resfriar a cuca.



A pele oleosa...

Mulheres, desconfiem das **espínguas** na idade adulta. Essas erupções são sintoma de ovários policísticos. A doença surge quando há superávit na produção de testosterona. Sim, elas fabricam doses mínimas do hormônio masculino, que, nas alturas, deixa a epiderme gordurosa e, assim, sujeita à acne.

...e a seca em excesso

Uma das principais consequências do hipotireoidismo é a produção insuficiente de tiroxina, hormônio que estimula a ação das glândulas sudoríparas – essa substância auxilia na renovação da superfície corporal. Logo, quando a tiroxina está em falta, a pele se transforma em um deserto.

Postura expansiva

Indivíduos que andam com o peito aberto e os olhos vislumbrando o horizonte costumam tomar atitudes típicas de um líder, segundo pesquisa da Northwestern University, em Illinois, nos Estados Unidos. Comparados a pessoas com os ombros virados para dentro, eles participam ativamente das discussões e, de quebra, parecem mais dispostos a buscar soluções para os problemas dos outros.

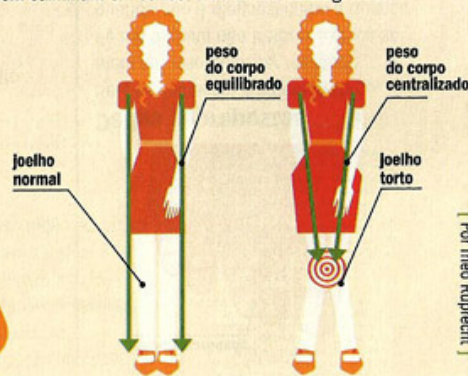


MAIS DE 50 PINTAS são sinal de pouca resistência contra o sol



Geno valgo

Esse é o nome dado aos **joelhos** que ficam para dentro. Comum nas mulheres, essa característica sobrecarrega a articulação, o que pode gerar a condromalacia, um desgaste da cartilagem entre o fêmur, o osso da coxa e a patela. Há ainda quem sofra com as pernas em arco, conhecidas como geno varo. Se não forem tratadas, elas também culminam em corrosão do tecido cartilaginoso.



A FACE DE UM CRIMINOSO?

Em meados do século 19, o italiano Cesare Lombroso (1835-1909) criou uma obra intitulada *O Homem Delinquente*. Sua tese era a de que certos traços faciais serviam como indício de que um sujeito era, na verdade, um criminoso. Sem levar em conta a origem social dos estudados, o pesquisador baseou sua hipótese após observar réus de variadas contravenções. Por mais absurdo que isso pareça hoje em dia, essa visão preconceituosa chegou a frequentar tribunais europeus, atribuindo culpa a qualquer um simplesmente pelo formato do rosto.

Leitura das mãos e... dos pés

Não, não estamos falando de predições supostamente divinatórias. A ciência também se vale de alguns indicativos dessas extremidades para revelar certos males — ou para prevenir seu aparecimento



Dedos sobrepostos

Se eles começam a se **encavalar**, atenção! Isso pode ser resultado de um diabetes não tratado. Explica-se: quando não é diagnosticada, a doença afeta os nervos periféricos, tirando a sensibilidade dos pontos extremos. Ai, os dedos não reclamam de calçados apertados, de posições desconfortáveis, e acabam ficando bem tortos.



Unha encravada

Há quem nasça com aquele dedão corpulento. Por si só, ele não é um problema. Acontece que quem sustenta tamanho volume carrega um maior risco de ver suas unhas, sem espaço para crescer, **encravarem** na pele. E o machucado praticamente obriga a mudar a passada, o que contribui para o surgimento de dores no joelho e na coluna.

Pé chato...

Também conhecido pelos especialistas como plano, ele dificulta a fase de impulsão de uma passada. Em outras palavras, exige muito esforço para um movimento relativamente simples. Além de isso causar cansaço precoce, ainda pode culminar em dores na sola.



...e curvado demais

Existe ainda quem mal encoste o meio da extremidade inferior no chão. Pés que se encaixam nesse formato de arco possuem maior dificuldade para equilibrar o resto do corpo. E, como o tipo plano, disparam incômodos e até problemas no joelho.

Grande indicador!

Uma pesquisa da Universidade de Warwick, na Inglaterra, concluiu que homens com o **indicador** maior do que o **anelar** possuem um risco 33% menor de desenvolver câncer de **próstata**. O estudo divide os especialistas, mas a teoria é de que hormônios como a testosterona, no útero da mãe, influenciariam no tamanho dos dedos e no surgimento de tumores.



É mito!

Vale o recado: nenhum traço do corpo é prova cabal de qualquer predisposição. Há anos e anos, muitos acreditavam que uma dobra no lóbulo da orelha revelava uma probabilidade elevada de infartos. A ciência foi atrás e... nada feito!

DEDO INDICADOR

DEDO ANELAR

DERMATOGLIFIA

Pela observação das digitais, dá para saber qual tipo de esporte seus músculos preferem



arredondado

Presilha Os traços **arredondados** indicam uma predominância de fibras musculares rápidas, que crescem bastante e são ideais para exercícios de muita força.



espiral

Verticilo Quando os dedos são desenhados com **espirais**, a musculatura é composta de mais fibras lentas. Elas trazem coordenação e resistência para os exercícios aeróbicos.



abauladas e paralelas

Arco Mais raras, as linhas **abauladas** e praticamente **paralelas** indicam força e resistência muscular. Infelizmente, sinalizam uma coordenação não tão proeminente.

Unha quebradiça

Se elas se **quebram** facilmente, é sinal de que suas barreiras imunológicas estão ruindo. Uma das principais razões disso é a falta de zinco, mineral encontrado nos frutos do mar. Esse nutriente atua tanto na formação das células de defesa como no crescimento das unhas.

unha quebrada

DEDO ANELAR

DEDO INDICADOR

Dedo anelar avantajado

Apesar de sugerir uma maior predisposição ao câncer de próstata, há quem diga que a característica é sinônimo de fertilidade para a ala masculina. As evidências científicas são inconclusivas, mas há a chance de, no futuro, especialistas em reprodução humana darem uma boa olhada em suas mãos.

DESIGN E INFOGRÁFICO: EDER REDDER
ILUSTRAÇÕES: CECILIA ANDRADE

FONTES: PAULO OLZON, CLÍNICO-GERAL DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO; EDUARDO REINE BRECHTAL, CIRURGIÃO PLÁSTICO DO HOSPITAL A.C. CAMARGO; LEONARDO GOMES MARTINS COELHO, EDUCADOR FÍSICO DO CENTRO FEDERAL DE EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA DE MINAS GERAIS; MARCELO ASSAD, CARDIOLOGISTA DO INSTITUTO NACIONAL DE CARDIOLOGIA; RICARDO MERELES, PRESIDENTE DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA; SIMA CERNIA, DERMATOLOGISTA DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLOGIA; RICARDO CURY, ORTOPEDISTA E PRESIDENTE DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE CIRURGIA DO JOELHO; STÊNIO DE CÁSSIO ZEQU, UROLOGISTA DO HOSPITAL A.C. CAMARGO; FRANCIELI RUIZ DA SILVA, BIÓLOGA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO