

Unhas, principal alvo do ansioso

Um dos mais significativos símbolos da vaidade, as unhas deixaram de ser, há tempos, apenas um complemento que tem como principal função proteger as extremidades dos dedos. Além de complementar o visual, elas podem falar muito da personalidade de alguém. Para algumas pessoas, as unhas se tornam também alvo preferido na hora de descarregar as tensões e ansiedade.

O hábito de roer unhas, comum entre homens e mulheres, pode não estar ligado apenas à falta de vaidade. Por trás do simples ato de levar o dedo até a boca, podem estar escondidos alguns problemas. Como explica a psicóloga Maria Regina Basílio Teodoro dos Santos, a mania, na maioria das vezes, pode significar ansiedade diante de alguma situação. "Acontece quando as pessoas precisam enfrentar situações que pro-

vocam tensão, quando elas se sentem inferiores, hostilizadas", explica ela.

Com 15 anos, o adolescente André Lima sabe muito bem o que é isso. Desde que se entende por gente ele rói as unhas, hábito que herdou da mãe, a funcionária pública Helena Lima, 41. "Eu sei que sou ansioso demais. Quero tudo resolvido na hora. Não sei esperar. E as minhas são quem paga o pato de tudo isso", admite o rapaz. Mas ele reconhece que desde que começou a freqüentar o consultório de psicóloga as coisas melhoraram. "Estou aprendendo a colocar para fora a minha ansiedade. A domá-la. E as minhas unhas agradem", comemora.

Segundo a psicóloga, entre as principais conseqüências desse hábito está o desgaste social que ele pode gerar. "Normalmente, as pessoas se sentem mais envergonhadas, porque a mão é um

órgão de contato que fica muito exposto. Com isso, elas ficam mais nervosas e podem intensificar ainda mais essa prática", afirma Maria Regina.

■ Diagnóstico

A profissional explica, ainda, que a incidência desses casos é maior na adolescência, entre os 14 e 18 anos, e que tende a diminuir com o passar do tempo. No entanto, ela alerta que, apesar de alguns medicamentos e outras alternativas, como utilizar esmaltes de sabor ruim, poderem ajudar, essas não são as melhores saídas. Uma vez que a prática não é caracterizada como doença, deve-se diagnosticar a causa. Maria Regina aponta a psicoterapia como alternativa mais aconselhável, já que esta pode ajudar a diminuir o grau de tensão, além de trabalhar a auto-estima do paciente.