



Os vários fatores que atualmente ameaçam a beleza e saúde da pele

Além das decorrências naturais do tempo, há fatores externos que podem acelerar o processo de envelhecimento – de todo o organismo e, claro, também da pele. Estresse, sol, alteração do sono, poluição (do ar, na água ou mesmo nos alimentos), dietas ricas em açúcar/gordura/industrializados, tabagismo ou até a maquiagem formam inimigos da sua saúde e beleza.

Cada vez mais estudos provam o efeito maléfico de fatores extrínsecos sobre todo o organismo, incluindo a pele. Estresse emocional, privação de sono, má alimentação, tabagismo – ao lado da poluição ambiental e da exposição sem proteção ao sol – ameaçam a beleza e a saúde de pele. Dos poluentes que alteram o microbioma (microorganismos que vivem na nossa pele e nos protegem de agressões externas) cutâneo, também agredem as proteínas e os lipídios da barreira cutânea e induzem a inflamações que, em última instância, são responsáveis pela produção dos radicais livres e envelhecimento precoce da pele.

Há toda uma cascata biomolecular dentro do organismo que termina por diminuir os níveis de vitamina C e E e induzem ao estresse oxidativo, aumentando a produção de radicais livres pelas células, acelerando o processo de envelhecimento cutâneo e orgânico global. Vale estar em dia com os recursos que a dermatologia oferece.

Peelings – mesmo os mais superficiais já ajudam na renovação celular. Seu efeito faz com que a pele “descame”, tirando o excesso de camadas de células mortas – e, por outro lado, proporcionando o crescimento de novas. O resultado é uma melhora na qualidade da pele, dando brilho, saúde e viço.

Luz intensa pulsada – além de tratar sardas, melanoses, ceratose seborreicas e vasinhos – que podem surgir com o tempo

ou pela exposição solar crônica –, essa técnica também faz um estímulo de colágeno superficial, além de fechar poros. Aqui, também temos uma melhora na qualidade da pele como um todo.

Laser de CO2 – Boa indicação para o inverno, além de trocar a pele superficial, o laser de CO2 também ajuda a clarear manchas e eliminar vasos. Seu efeito provoca ainda um *tightening* (esticamento) da pele – ou seja, uma produção de colágeno mais intensa.

Indução percutânea de colágenos por agulhas com drug delivery – o primeiro faz microfuros na pele, essenciais para que haja

uma absorção mais profunda das substâncias a serem entregues na sequência (o *drug delivery*). Essa entrega vai depender de cada caso. Clareadores para manchas, rejuvenescedores para rugas, estimuladores de colágeno para flacidez e assim por diante. No couro cabeludo, a técnica é associada ao *drug delivery* de componentes de crescimento e fertilização, devolvendo a densidade dos fios.

Toxina botulínica – Além de relaxar os músculos, com o intuito de amenizar ou eliminar rugas e vincos na pele – aqueles “riscos” na testa e ao redor dos olhos causados por movimentos musculares –, a toxina botulínica também promove a chamada biomodulação, melhorando a qualidade da pele.

Preenchedores – Fundamentais no processo de reestruturação facial,

colocando coxins de gordura ou mesmo melhorando a parte óssea. Com diferentes substâncias, que vão variar de acordo com o objetivo do tratamento, os preenchedores seguem sendo grandes aliados para dar aquele up na autoestima – o que, por si só, já melhora a qualidade de vida do paciente. Combinados aos bioestimuladores, também aceleram a produção de colágeno.

* Luciana Maluf é médica dermatologista (CRM 113099) do Hospital São-Luiz, membro da Sociedade Brasileira e da Academia Americana de Dermatologia. Tem experiência atuando em laser e outros tratamentos de pele de diversos níveis e foi pupila do Dr. Eliot Buzze, referência mundial no tratamento de pele (cosiact, em Washington).



INSTAGRAM

Quer saber mais sobre o dia a dia dos famosos? Veja em nosso Instagram!

[instagram.com/carasbrasil](https://www.instagram.com/carasbrasil)