

Cliente: Dra. Ana Cristina Fasanella
Veículo: Site Saúde & Lazer
(http://www.saudelazer.com/index.php?option=com_content&task=view&id=5901&Itemid=49)
Seção: Beleza
Data: 16.03.09

Quais os cuidados essenciais com a pele de acordo com a idade?



Saúde & Lazer

16-Mar-2009



Para entender o processo do envelhecimento da pele é preciso compreender a influência das alterações hormonais, o desgaste do sistema imunológico e a ação dos radicais livres com o passar dos anos. Assim como o corpo possui características específicas em cada fase da vida, a pele – o maior órgão do corpo humano – também apresenta aspectos típicos em cada faixa etária, que requerem cuidados essenciais.

Para a **médica dermatologista Ana Cristina Fasanella**, Membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia e diretora da Clínica de Dermatologia Fasanella **“o descaso com a pele é um dos pecados que as mulheres, em geral, ainda cometem. Depois, o esforço para recuperar a integridade da pele e retardar o envelhecimento será redobrado. Assim, quanto mais cedo a mulher começar a utilizar cosméticos e filtro solar, melhor será no futuro”**.

A especialista é enfática ao afirmar que limpar, hidratar e proteger-se do sol equivalem, hoje, a passar fio dental e escovar os dentes, ou tomar banho, lavar os cabelos e cortar as unhas. **“Cuidar de pele é um hábito essencial, que reflete significativamente no bem-estar e na saúde da mulher”**, completa a dermatologista.

Para saber como a pele feminina se comporta a partir dos 20 anos e os cuidados que se dever ter a cada faixa etária, a **Dra. Ana Cristina Fasanella** apresenta as características e necessidades que cada uma tem. Confira!

Aos 20 anos: É uma pele de mista a oleosa, com tendência a acne e de aparência firme. **“A partir dos 25 anos, entretanto, a pele começa a perder, em média, 1% da produção de colágeno que faz a sustentação da derme. Se houver intensa exposição solar, esse processo será acelerado”**. **Necessidade:** limpeza intensa, no mínimo duas vezes ao dia, com produtos que regulem a oleosidade e uso de protetor solar.

Aos 30 anos: **“A herança genética, hábitos de vida saudável como boa alimentação, pouca exposição solar, não fumar e fazer atividade física podem refletir numa pele semelhante a que se tinha aos 20 anos. Mas, como a maioria não é tão afortunada é nessa idade que surgem as primeiras rugas finas ao redor dos olhos, na testa e no sulco que divide as bochechas dos lábios. As manchas acastanhadas em forma de sardas ou maiores no rosto, como o Melasma, podem começar iniciar nas que têm tendência, principalmente, após a gestação”**. **Necessidade:** precisa de limpeza, proteção solar, hidratação com renovação celular suave e atenção especial à área dos olhos.

Aos 40 e 50 anos: **“Neste período o corpo começa uma fase de transição entre um período reprodutivo e o não reprodutivo, marcada pela diminuição de suas principais funções ovarianas: ovulação e síntese de hormônios (estrógenos e progesterona), o que acarreta algumas transformações físicas e até psíquicas”**. A Dermatologia já estudou os efeitos desse hipoestrogenismo, pois a pele é um órgão altamente dependente dos estrógenos, comprovando o aceleração no envelhecimento cutâneo dessa fase. Basicamente, verifica-se uma diminuição do número de fibroblastos, responsáveis pela produção das fibras colágenas e elásticas e, conseqüentemente, a pele vai perdendo sua elasticidade, espessura e resistência. A camada córnea mais superficial e a hipoderme também diminuem em espessura.

“As mais importantes alterações ocorrem no calibre dos pequenos vasos sanguíneos, que vai se estreitando e reduzindo o fluxo do sangue que nutre a pele para realização do metabolismo celular”, ressalta. Essa mudança afeta a capacidade que as células da pele têm de reter a água, assim como desacelera a produção de sebum e suor pelas glândulas sebáceas e sudoríparas, respectivamente. Tudo isso na pele se traduz clinicamente em ressecamento, opacidade, rugas, flacidez, perda de turgor e rosado natural, maior sensibilidade a escoriações, efeitos da radiação UV solar, e menor poder de cicatrização e eliminação de manchas. O processo de perda do colágeno continua acelerado.

Necessidades: a pele precisa de limpeza, proteção solar, hidratação com renovação celular intensa e atenção especial à área dos olhos, contorno facial e pescoço.

Dra^a Ana Cristina Fasanella, é médica dermatologista – CRM 74335. Membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia – desde 1992 / Membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica – desde 1994 / Membro do Grupo Brasileiro de Melanoma – desde 1997. É Diretora da Clínica Dermatologia Fasanella em São Paulo-SP.

Sandra Santos Mtb – 33 322 sandra@prestigerp.com.br
Christiane Santos – christiane@prestigerp.com.br
Aline Marques – aline@prestigerp.com.br