

VIP

IMPORTANTE, INTELIGENTE, INTERESSANTE

PATRÍCIA POETA

TEMPO RUIM?
NÃO PARA
A APRESENTADORA
+ DESEJADA
DA TV BRASILEIRA

PESQUISA



AS MARCAS
+ PRESTIGIADAS
ENTRE
OS HOMENS



MODA

ADOTE O
VISUAL
DAS RUAS
PARA FICAR
+ COOL
NESTE
INVERNO

FUTEBOL

COMO O
REAL MADRID
SE TORNOU
O TIME
+ MATADOR
DO MUNDO

ENTREVISTA

KAKAY,
O ADVOGADO
+ PODEROSO
DE BRASÍLIA:
"SERGIO MORO
CONSEGUE SER
MAIS VAIDOSO
DO QUE EU.
O QUE É DIFÍCIL"



R\$ 15,00

ISSN 977-010473700-5 00388
9770104737005
EDIÇÃO 388 - ANO 36 - Nº 7 - JULHO - 2017

VOCÊ

POR | CLÁUDIA DE CASTRO LIMA

TUDO TEM SEU PREÇO...

Ficar com a pele boa exige, às vezes, sacrifício. Mas os médicos garantem: não dói (muito)

TEMPO DE CUIDAR DA PELE

O inverno é a época perfeita para tratar problemas como manchas e olheiras. Saiba por que e conheça os procedimentos mais indicados

POR | WEVERTON ARAÚJO E CLÁUDIA DE CASTRO LIMA

As temperaturas mais baixas e o clima mais seco anunciam: o inverno chegou. A estação não é perfeita apenas para um fondue a dois – é também a mais indicada para tratamentos de olheiras e manchas. “A incidência de raios solares é menor, e o dia é mais curto em relação à noite. Isso faz com que o cuidado para evitar excesso de exposição aos nocivos raios UV seja mais fácil”, diz o cirurgião plástico Vitorio Maddarena, de São Paulo.

Por outro lado, nesta estação transpiramos menos, e o ar seco, aliado ao uso constante de aquecedores, pode ressecar a pele – o que atrapalha a recuperação depois de alguns procedimentos. Para evitar, **Claudio Wulkan**, dermatologista da Sociedade Brasileira e Americana de Dermatologia, recomenda investir no uso de hidratantes, reparadores e cicatrizantes. Conheça aqui os procedimentos mais indicados para cada problema.



OLHEIRAS E BOLSAS

Como tratar: se o problema for superficial, causado, por exemplo, por noites sem dormir, compressas frias e uso de cremes específicos podem resolver. Em alguns casos crônicos, são necessários tratamentos com laser, peelings, procedimentos com ácido hialurônico e até cirurgia, dependendo da causa da olheira ou da bolsa, de acordo com o cirurgião plástico Vitorio Maddarena. Para os tratamentos com peeling ou laser são feitas pelo menos três sessões que duram entre 15 e 30 minutos cada.

Cuidados: geralmente no pós-tratamento são indicadas compressas frias no local e uso de cremes específicos.



PAPADA

Como tratar: o popular queixo duplo pode ser causado pelo mau posicionamento dos músculos faciais e pelo excesso de pele ou gordura. O cirurgião plástico recomenda tratamentos com raios infravermelhos ou radiofrequência (entre quatro e oito sessões de até 30 minutos) para os casos mais leves. Já em situações mais severas ou com excesso de gordura, intervenções cirúrgicas como lifting, ritidoplastia (cirurgia que reposiciona os tecidos da face) ou lipoaspiração são indicadas.

Cuidados: após a cirurgia é preciso evitar esforços e exposição ao sol ou fontes de calor e, eventualmente, drenagem linfática. Nos tratamentos com radiação só é preciso fazer uso constante do filtro solar.

HIDRATE-SE

Invista em bons cremes e evite banhos quentes e demorados. O dermatologista Claudio Wulkan recomenda apenas uma ducha rápida por dia durante a estação. Caso necessite de dois banhos ou mais, use sabonete em apenas um deles, o do fim do dia ou após a academia (no outro, lave com sabonete só as partes íntimas). Também evite esfregar a pele com buchas para não retirar a camada de proteção natural da pele.



Hidraty Aquaporine
Para ser usado no rosto,
em peles oleosas
e mistas
Pharmapele R\$ 60



**USK Advanced
Defense Booster**
Facial, também estimula a
produção de colágeno
Under Skin R\$ 359



CICATRIZES DE ACNE

Como tratar: primeiro, o problema da acne precisa ser controlado para, somente então, tratar as marcas deixadas. Para isso, pode ser necessário o uso de medicamentos locais ou orais e peelings específicos. "Para tratar as cicatrizes mesmo, precisamos aumentar a elasticidade da pele e diminuir as depressões locais", diz o cirurgião. Peeling e laser são as melhores opções, especialmente se associados a tratamentos como aplicação de ácido hialurônico. "Normalmente são recomendadas várias sessões, com necessidade da repetição do tratamento de tempos em tempos."

Cuidados: no pós-tratamento é importante fazer compressas frias no local, restringir a exposição ao sol e usar protetor solar.

MANCHAS BRANCAS E ESCURAS

Como tratar: as manchas podem ser controladas com alguns tratamentos específicos e, claro, de acordo com o problema. No caso de manchas brancas, o uso de cosmecêuticos (produtos farmacêuticos que também são cosméticos) e a aplicação de alguns tipos de laser estimulam a produção de melanina e podem resolver o problema. Manchas escuras superficiais causadas pelo sol podem ser tratadas com ácidos, peelings e laser aliados ao filtro solar. Os melasmas, manchas escuras mais profundas, requerem tratamentos mais longos, com laser, cremes, peelings e até medicamentos. "As manchas, de forma geral, clareiam com os tratamentos, mas podem escurecer novamente. Sendo assim, o que podemos fazer é mantê-las sob controle, não necessariamente eliminá-las", diz Vitorio.

Cuidados: evitar o sol, usar filtro solar e bloqueadores físicos, como chapéu e camisa de manga longa.



TATUAGEM

Para fazer: garanta que sua pele não tenha ferimentos e evite fazer os desenhos sobre pintas ou lesões, pois isso pode mascarar algum problema e impedir o dermatologista de examiná-lo corretamente. Depois da tatuagem, evite por 15 dias sol, sauna ou natação e atividades que possam estragá-la, como lutas.

Para remover: o dermatologista **Claudio Wulkan** indica a aplicação do laser Q-Switched. O procedimento conta com diversos comprimentos de ondas, que atuam dependendo das cores da tatuagem. Mas o especialista ressalta que, apesar da tecnologia moderna disponível no mercado, os resultados finais ainda deixam a desejar. Dependendo do tamanho da tatuagem, até 15 sessões são necessárias – e o intervalo entre elas pode ser de até 30 dias. Depois da sessão de laser, é preciso passar pomada anti-inflamatória e evitar sol.



Combat BB Cream Hidratante

Facial, tem também efeito tonalizante

O Boticário R\$ 55,90



Anti-Shine Moisturizer

Para o rosto, tem ação antibrilho

Recipe

for Men R\$ 489



Bepantol Derma Creme

Para áreas ressecadas como cotovelos, joelhos e calcanhares

Bepantol R\$ 25



Eucerin Aquaphor Healing Ointment

Melhora a aparência das cicatrizes

Eucerin R\$ 66,90