

Dr Luis Henrique Mihara
CRM-SP 100394
Diretor Técnico da Clínica Fundamental

Dicas do consultório médico para o cuidado da pele no Outono Mantenha-se jovial!

O outono já começou e aos poucos a temperatura começa a ficar mais amena, a incidência dos raios solares diminui, tornando-se menos agressivos à nossa pele, que agora se recupera da irradiação do verão. Esta é a melhor estação do ano para iniciar um tratamento estético, pois diminui os riscos de complicações após os procedimentos.

Se você se preocupa com a sua pele e pensa em fazer algum tratamento estético, nunca é tarde, mas agora é a melhor hora de deixá-la sedosa, uniforme e luminosa!

Os procedimentos mais indicados nesta época do ano são aqueles voltados para:

1. Recuperação: manchas causados pelo sol (sardas, melanoses e melasmas), cicatrizes de acne, olheiras escuras e profundas.

2. Cuidados: depilação a laser, hidratação profunda e controle de microvasinhos, revitalização e renovação celular.

3. Tratamentos anti idade: eliminação de rugas, tratamento contra flacidez da pele, pescoço vermelho e colo com rugas.

Falando sobre alguns procedimentos mais procurados:

Peeling é um dos tratamentos mais consagrados e antigos utilizados até hoje. A palavra peeling origina-se do verbo inglês *to peel*, que significa descamar, esfoliar. É muito utilizado em tratamento de manchas, envelhecimento da pele, acne e suas seqüelas, além de ser auxiliar em tratamentos de revitalização cutânea. Os peelings são classificados de acordo com a capacidade de penetração na pele (superficial, médio e profundo) e indicados conforme a necessidade da pele.

LASER de CO2 fracionado é indicado para eliminar manchas e rugas leves e suavizar rugas moderadas. Os resultados estéticos aparecem após 20 a 30 dias da recuperação e a pele continua a melhorar por meses. Além do tratamento rejuvenescedor, o laser CO2 atenua cicatrizes de acne e combate a flacidez.

Luz Intensa Pulsada - Tratamento com especificidade para microvasinhos muito superficiais, para casos de pescoço e colo vermelhos e flácidos, assim como para rosácea.

Outras recomendações importantes:

Proteção solar também é imprescindível nesta época. A fotoproteção é essencial! Luzes de todas as origens podem ser motivos de aceleração do envelhecimento e do aparecimento de manchas na pele, portanto, use e reaplique o protetor solares a cada 3 horas.

A baixa umidade do ar nesse período e a diminuição de suor no corpo colaboram para desidratação da pele. O uso de hidratante e do protetor solar deve ser constante durante o ano inteiro. Procure manter uma alimentação saudável e continue bebendo bastante água.

O tratamento ideal para sua pele deve ser indicado por um médico qualificado que possa avaliar e determinar o melhor tratamento para seu tipo de pele.