

Dr. Luís Henrique Mihara
CRM 100394
Diretor Técnico da Clínica Fundamental

**Tratamentos para combater as estrias não faltam,
mas o melhor ainda é a prevenção.**

Estrias são marcas inestéticas do rompimento de fibras elásticas que sustentam a camada intermediária da pele, formada por colágeno e elastina (responsáveis pela sua elasticidade e tonicidade). As estrias afetam homens e mulheres em idade adulta ou durante a adolescência e estão presentes em 90% das gestantes.

As estrias podem surgir por diversas causas: ressecamento da pele devido a má alimentação e pouco cuidado, aumento do volume corpóreo com o aumento de peso como ocorre na gestação, colocação de prótese de silicone mamária muito grande, uso de anabolizantes; ou por fatores genéticos e hormonais, como o uso de estrógeno, e tratamentos com corticóides também podem desencadear estrias.

Existem três tipos de estrias, e são classificadas de acordo com a cor e o aspecto: 1. vermelhas ou arroxeadas, 2. brancas, superficiais e estreitas, 3. brancas, profundas e largas.

A prevenção da estria depende da hidratação adequada da pele e de todo organismo, através do consumo de água. O recomendado é que se consuma de 2 a 3 litros diariamente. Em gestantes e adolescentes, que tem estiramento acelerado da pele, óleos e hidratantes corporais devem ser aplicados periodicamente no decorrer do dia.

Depois que as estrias surgem, o dano já está feito, resta correr atrás do prejuízo. A estratégia de tratamento com melhor resultado é a combinação de: Laser de CO2 fracionado, subcisão (método cirúrgico ambulatorial que estimula a formação de colágeno), peeling, dermoabrasão, Luz Intensa Pulsada, Carboxiterapia e em alguns casos, controle de obesidade. Cremes específicos, também, são necessários para continuar o tratamento em casa.

Associação de diversas técnicas podem garantir a eliminação de até 80% delas. Não é necessário aplicar todas as técnicas, mas há várias combinações para cada tipo de estria. O objetivo é somar terapias com a finalidade de eliminar a causa do desenvolvimento da estria, depois minimizar o rompimento das fibras de elastina e colágeno e diminuir o aspecto da mudança de cor da pele.

Contra-indicação: A maioria dos tratamentos não são indicados para gestantes, lactantes e para quem tem diabetes e problemas de pele.

As diferentes técnicas de tratamento dependem de uma equipe de múltiplos profissionais: desde médicos que realizam subcissão, Laser de Co2 Fracionado e Luz Pulsada e dermoabrasão; esteticistas que auxiliam com Luz Infravermelha; médicos cosmetologistas que prescrevem manipulação de cremes específicos de tratamento domiciliar, nutricionistas que acompanham redução de peso e fisioterapeutas que auxiliam em tratamento de redução de medidas. A melhor forma de associar as diferentes técnicas deve ser proposta por um médico preparado para que o tratamento tenha o melhor resultado.