



Hidratação da pele: dicas e cuidados

Você sabia que no autocuidado um dos primeiros passos é a hidratação? Apesar de, naturalmente, já produzirmos lubrificação que cria uma proteção contra [ressecamentos](#), irritações, [envelhecimento precoce](#) e até infecções¹, alguns produtos podem ajudar ainda mais. Dentre as sugestões, estão a utilização de tratamentos que contenham o ácido hialurônico e de produtos específicos para esse propósito.

Antes de saber mais sobre o assunto, [entenda por que a hidratação é tão importante para a pele](#).

Hábitos que ajudam a manter a pele hidratada

Algumas medidas simples são capazes de ter um positivo impacto na hidratação da pele. São elas:

- Beber a quantidade adequada de água;
- Dieta balanceada;
- Evitar banhos muito quentes;
- Uso de produtos hidratantes¹.

Vamos falar sobre o último tópico? É preciso conhecer todas as opções disponíveis no mercado para saber qual é a melhor para o seu caso. No portfólio de [produtos da Galderma](#), você pode encontrar dois que se destacam dentre todas as alternativas disponíveis: hidratantes de ação tópica, que é a aplicação de substâncias que atuam diretamente na pele, e um injetável.

Produtos que podem te ajudar nessa missão

No dia a dia, a melhor opção é utilizar sempre o hidratante tópico para a pele. Ele pode ser diferente para o rosto e para o corpo e a linha Cetaphil® possui opções específicas, de acordo com a área de aplicação e o tipo da sua pele.

[Confira cada uma delas!](#)

E se você busca por uma hidratação de dentro para fora, que seja duradoura², o recomendado é que você combine os cuidados diários com o tratamento injetável com Restylane® Skinboosters™.

O resultado? A Dra. Mamy Honda (CRM-SP 130616-SP), médica dermatologista, explica:

“A linha de hidratantes Cetaphil® promove hidratação da barreira cutânea, que é a camada mais superficial da pele, promovendo a sua restauração. Já Restylane® Skinboosters™ age mais profundamente na pele. O produto injetável melhora a uniformidade e maciez, além de promover hidratação em camadas mais profundas da pele”, ressalta a dermatologista.

O tratamento injetável é realizado exclusivamente em consultório, por um profissional de saúde habilitado a práticas injetáveis. Procure um profissional de confiança e saiba mais!

1. <https://www.sbcd.org.br/cirurgia-dermatologica/o-que-e-cirurgia-dermatologica/para-sua-pele/cuidados-gerais-com-a-pele/>
2. Wu Y et al. J Cosmet Dermatol 2020

Compartilhe este artigo