



O que causa acne na mulher adulta?

É verdade que a acne é um problema bastante associado ao período da adolescência, por ser um dos sintomas da frequente oscilação hormonal que acontece durante essa época. Mas você sabia que o problema não atinge somente adolescentes¹?

Outra faixa etária começou a ser cada vez mais afetada pelo [aparecimento de espinhas](#): as mulheres adultas em idade fértil. Segundo a Sociedade Brasileira de Dermatologia, 54% delas sofre com o problema. Os estudos ainda são muito recentes, e os profissionais de saúde especializados se aprofundam na busca das possíveis causas para números tão significativos.

Os fatores que são descartados

Apesar de ainda não termos certeza de todos os fatores envolvidos na causa da acne¹, já podemos confirmar o que não causa!

O chocolate, por exemplo, é uma vítima do senso comum. Já está comprovado que o que faz com que marquinhos vermelhas apareçam no rosto é o alto índice glicêmico¹ nos alimentos, como em pães e massas, que possuem alto teor de açúcar e farinha branca. Chocolates com taxas moderadas de açúcar na composição não vão causar problemas.

Também pode deixar o uso de protetor solar fora dessa! Ao contrário do que muitos acreditam, o produto não só não interfere no aparecimento de espinhas, como pode ajudar a evitá-las¹. O importante é saber escolher o [protetor solar](#) mais adequado para a sua pele, de acordo com as características dela.

Ok, já sabemos o que não deve ser levado em consideração. Mas no que devemos ficar de olho?

Fique de olho nesses fatores!

A construção de hábitos na nossa rotina pode propiciar o aparecimento do problema. Além disso, pode ser algo comum na família¹. Algumas questões que influenciam o desenvolvimento da acne são:

- Histórico familiar;
- Tabagismo;
- Estresse;
- Privação de sono;
- Dieta inadequada;
- Alterações hormonais;
- Excesso de oleosidade na pele¹.

É sempre ideal procurar um dermatologista para dizer qual é a verdadeira causa para cada paciente. Entretanto, por conta desses fatores em comum, às vezes uma mudança de hábito pode ser suficiente para amenizar o problema. Buscar manter um estilo de vida que inclua a prática de exercícios físicos, uma dieta equilibrada e sono de qualidade pode ajudar. Além disso, manter a hidratação em dia também pode fazer a diferença¹!

Produtos de skincare de qualidade indicados por um profissional habilitado também podem complementar os cuidados com a pele. A orientação quanto ao uso de medicamentos, no entanto, é realizada apenas por médicos. Atualmente, os tratamentos variam entre:

- Uso de medicamentos antiandrógenos;
- Prescrição de produtos dermocosméticos específicos para cada tipo de pele e para cada tipo de acne;
- Uso de medicamentos de uso oral¹.

Como evitar as marcas de acne ou amenizá-las?

Além de realizar os tratamentos disponíveis e seguir à risca as orientações médicas para evitar as marcas pós-acne, também é indispensável não mexer nas lesões. Quanto maior a inflamação no local, pior vai ficar o aspecto da pele na região². No pior dos casos, você pode piorar a inflamação e gerar manchas e cicatrizes!

"Tarde demais! Já tenho marcas de acne, agora tenho que conviver com elas". Não necessariamente! Se você se incomoda com as marquinhas no rosto, o tratamento injetável com Restylane® Skinboosters™ pode ajudar.

Durante o procedimento, o ácido hialurônico é injetado no plano médio da pele, oferecendo hidratação profunda de dentro para fora a longo prazo, oferecendo um aspecto liso e radiante e devolvendo a elasticidade³.

A eficácia do produto é comprovada pelos pacientes que já buscaram o procedimento: 96% deles gostariam de continuar ou repetir o tratamento⁴. Se você ficou com vontade de saber mais sobre as possibilidades de Restylane® Skinboosters™, procure um profissional de saúde habilitado a práticas injetáveis e pergunte por ele!

1. <https://www.sbd-sp.org.br/geral/acne/#:~:text=RESP%20%E2%80%93%20E%20a%20acne%20na,excesso%20de%20oleosidade%20na>
2. <https://www.galdermaaesthetics.com.br/cicatrices-de-acne-marcas-que-podem-te-acompanhar-tambem-na-fase-adulta>
3. <https://www.galdermaaesthetics.com/skinbooster-natural-antiage-antiwrinkle-boost-hydration-radiant-skin>
4. Gubanov EI, et al. Brand new hydrobalance technology on the basis of stabilized hyaluronic acid for long-term skin hydration. Esteticheskaya Meditsina (Aesthetic Medicine) 2010; 1:94-98

BR-RES-2200388 | Dezembro/22

Compartilhe este artigo