



Saúde e hidratação: saiba qual a importância de manter a pele bem hidratada

A busca por uma **pele saudável** caminha lado a lado com os níveis de **hidratação** da mesma. Afinal, aqueles que se preocupam com o seu bem-estar também devem entender que o seu aspecto diz muito sobre como ela está. Quando bem hidratada, a maciez, flexibilidade e elasticidade da pele são inegáveis [1]. Ou seja, para dizer adeus à **opacidade** e resgatar o **brilho** e **vivacidade**, a hidratação deve ser a resposta inicial.

É preciso lembrar, ainda, que, com a chegada do **verão**, uma estação conhecida por suas altas temperaturas, o alerta sobre a desidratação da pele soa ainda mais forte. Afinal, as temporadas de extremos (inverno e verão) afetam essa questão por diferentes razões. No calor, o vilão é a exposição exagerada ao sol e as idas frequentes ao mar e piscina [2].

O que é a hidratação?

Mas, para compreender verdadeiramente a necessidade da hidratação, é preciso entender quais os seus efeitos de dentro para fora. A hidratação, portanto, nada mais é do que a reposição ou retenção de moléculas de água nas camadas mais superficiais da pele. Além de toda a beleza que já citamos, essa ação também oferece a proteção necessária contra as agressões que ela sofre no cotidiano e que são responsáveis por gerar os temíveis problemas de pele que passam por **ressecamento** ou até mesmo dermatites, por exemplo [2].

Hidratação da pele também passa pela alimentação

Para conseguir a famosa “pele de pêssego”, não basta apenas beber água constantemente ou mesmo aplicar o hidratante necessário, manter uma **alimentação regrada** também deve estar na lista de hábitos para conseguir uma *cútis* com o brilho que você deseja. Nesse caso, a ingestão de frutas, por exemplo, é uma boa alternativa para oferecer mais água para o seu organismo [3].

Hidratação profunda

Com isso em mente, garantir uma ajuda extra para conferir a hidratação necessária para a sua pele é fundamental. Com a linha **Restylane® Skinboosters™**, isso é possível. O tratamento é voltado para oferecer não apenas a hidratação, mas também rejuvenescer a pele e suavizar as imperfeições que tanto incomodam. O resultado é uma pele mais saudável e radiante, dando o *glow* que você espera [4].

Para isso, ele se utiliza do **ácido hialurônico** aplicado abaixo da superfície da pele, proporcionando a aparência da pele hidratada com longa duração, por até 12 meses. Para tal efeito, o tratamento injetável pode ser aplicado no rosto, pescoço, colo e mãos [5].

Para dar um *up* ainda maior nessa jornada da hidratação, uma boa pedida é conferir com o especialista que te acompanha os melhores ativos hidratantes para o seu tipo de pele. Com essa análise, você terá um resultado mais eficiente com os produtos destinados a você. Uma verdadeira associação entre hábitos saudáveis, rotina de beleza e a ajuda extra de **Restylane® Skinboosters™**.

FONTES:

[1] AMARAL, Karina Fabrícia Vaz; SOUZA, Rafaela Brito Arêas. A Importância da Hidratação Cutânea para melhor tratamento das Disfunções Estéticas/The Importance of Skin Hydration for Better Treatment of Aesthetic Dysfunctions. ID on line REVISTA DE PSICOLOGIA, v. 13, n. 48, p. 763-771, 2019.

[2] https://www.dermaclub.com.br/blog/noticia/hidratacao-da-pele-porque-e-importante-como-hidratar-a-pele-o-que-cause-ressecamento-entenda_a8604/1

[3] <https://bleeza.com.br/hidratacao-da-pele/>

[4] <https://www.galderma.com/br/restylane>

[5] <https://www.galdermaaesthetics.com.br/skinboosters-onde-aplicar>

09/2020 BR/OTH/0592/1020

Compartilhe este artigo