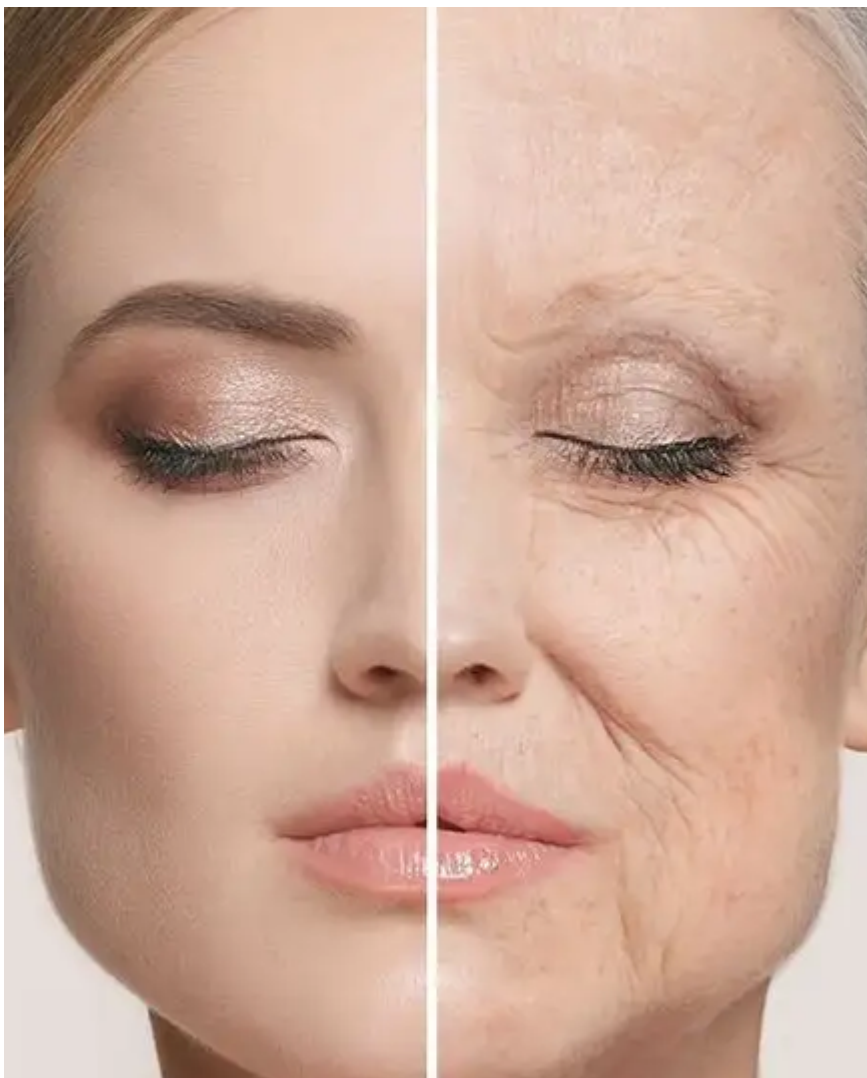




Como funciona o envelhecimento da pele? Entenda as diferenças entre uma pele jovem e uma pele

envelhecida

O envelhecimento é um processo natural do nosso corpo e não temos como impedi-lo. Entretanto, há alguns tratamentos disponíveis no mercado que podem auxiliar o nosso organismo a combater os temidos sinais da idade.

Como funciona o envelhecimento da pele?

Os primeiros sinais de envelhecimento do nosso corpo começam a ficar aparentes na pele por volta dos 30 anos, pois é a idade em que a produção de colágeno começa a diminuir em nosso organismo¹, e as rugas, a perda de volume e densidade ficam mais visíveis a cada ano que passa.

Há diversos motivos que levam ao envelhecimento e nem todos são por causas naturais, como a genética. Os nossos hábitos também podem acelerar esse processo^{2,3}. Por essas razões, existem dois tipos de envelhecimento:

- Cutâneo intrínseco ou Cronológico – É o envelhecimento que se dá devido à passagem do tempo, estando presentes os efeitos naturais da gravidade ao longo dos anos, como as linhas de expressão, diminuição da espessura e aumento do ressecamento da pele. A genética é um fator determinante nesse tipo, assim como o estado hormonal.
- Extrínseco da pele – É ocasionado pela exposição à radiação solar ultravioleta e a outros fatores, como o estilo de vida relacionado a exercícios físicos e alimentação e o estresse fisiológico e físico. Além disso, as toxinas como o tabaco, álcool, o estresse e a poluição do ar contribuem para a aceleração do processo de envelhecimento da pele.

Ao entendermos quais são os fatores que levam ao envelhecimento da pele, podemos desenvolver bons hábitos que ajudarão a manter a pele por mais tempo, e a prevenir ou amenizar a quantidade de rugas no rosto.

Uma pele jovem é uma pele bem nutrida, com bastante colágeno e bem cuidada. Em busca desse objetivo, é necessário observar o estilo de vida que está sendo levado, evitando a exposição solar, utilizando protetor solar todos os dias – inclusive em casa, por causa da exposição aos aparelhos com telas digitais –, beber bastante água, limpar a pele pelo menos duas vezes por dia, evitar dormir com a maquiagem e removê-la com a ajuda de demaquilantes, e não fumar.

Além do estilo de vida, também é necessário que uma dieta saudável rica em frutas e legumes seja adotada, pois eles garantirão a ingestão de antioxidantes que ajudam a limitar os efeitos nocivos dos radicais livres na pele. Mesmo que os efeitos do envelhecimento já estejam aparentes, todas essas mudanças podem auxiliar no reparo de alguns danos na pele.

Uma boa opção para prevenir os sinais de envelhecimento é fazer uma poupança de colágeno através do uso dos bioestimuladores dessa proteína, como o Sculptra®. Através do uso dessa substância é possível ter uma pele firme e jovem por mais tempo⁴, e, quando não usada de maneira preventiva, essa substância também pode servir para cuidar da pele que já apresenta os sinais da idade, pois ajudará em seu rejuvenescimento^{4, 5}.

1. Uitto J. The role of elastin and collagen in cutaneous aging: intrinsic aging versus photoexposure. J Drugs Dermatol. 2008;7(2 Suppl):s12-s16.
2. Callaghan TM, Wilhelm KP. A review of ageing and an examination of clinical methods in the assessment of ageing skin. Part 2: Clinical perspectives and clinical methods in the evaluation of ageing skin. Int J Cosmet Sci. 2008;30(5):323-332.
3. Saluja SS, Fabi SG. A Holistic Approach to Antiaging as an Adjunct to Antiaging Procedures: A Review of the Literature. Dermatol Surg. 2017;43(4):475-484.

4. Filho C, Santos , A, Cunha M et al Ácido poli-L-lático: um bioestimulador. Surg CosmetDermatol 2013; 5 (4): 345-50
5. Bohnert K, Dorizas A, Lorenc P, Sadick NS, Randomized, Controlled, Multicentered, Double-blind Investigation of injectable Poly-L-Lactic acid for improving Skin Quality. Dermatol Surg. 2019 May;45 (5):718-724

Compartilhe este artigo