



# Atenção à saúde do nosso maior órgão

Cuidar corretamente do maior órgão do corpo humano vai muito além da estética

Chega o verão e todos querem aproveitar praia, piscina, tomar sol e se divertir ao ar livre. Tudo bem circular nesses espaços, desde que não falte o uso do protetor solar. O seu uso é importante durante todo o ano e um hábito essencial para a proteção da saúde da pele mesmo quando não há exposição direta ao sol. Durante esse período, os raios ultravioletas são mais fortes e a exposição a eles é maior, inclusive no mormaço – que também apresenta riscos, diferentemente do que muitas pessoas pensam. A nebulosidade não consegue bloquear os raios solares por completo, deixando passar raios UVA e UVB.

Algumas doenças que a exposição ao sol desprotegida pode causar são insolação, queimadura solar, queratose, melasmas e a forma mais grave: o câncer de pele. A boa notícia é que, quando a detecção é precoce, as chances de cura superam os 90%, aponta a o Instituto Nacional do Câncer (INCA). Atualmente, esse tipo de neoplasia responde por 33% de todos os diagnósticos desta doença no Brasil, sendo que o INCA registra, a cada ano, cerca de 185 mil novos casos. Além disso, segundo estimativas do órgão, no triênio 2023-2025, serão registrados, por ano, 9 mil novos casos de câncer de pele melanoma e mais de 220 mil casos de câncer de pele não melanoma. Do primeiro tipo, estima-se que 4.640 serão em homens e 4.340 em mulheres. Já do segundo, 101.920 registros ocorrerão em homens e 118.570 em mulheres.

“Uma ferida que não cicatriza, um sinal que aumenta de tamanho e/ou muda de cor ou de formato podem ser sinais do câncer da pele. A exposição solar aguda, intensa e intermitente e queimaduras solares antes dos 20 anos de idade, triplicam o risco de desenvolvimento do carcinoma basocelular e do melanoma. Já o carcinoma espinocelular se relaciona com o efeito cumulativo da exposição solar”, orienta Carlos Barcaui, dermatologista e vice-presidente da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD).

Demais fatores como poluição, estresse, tabagismo, clima, consumo de bebida alcoólica, fototipo e hereditariedade também desempenham um papel importante no desenvolvimento do câncer de pele.

O problema é sério. Por isso, o cuidado com a saúde desse órgão é essencial, independentemente de sexo, idade e tipo de pele. Nesse sentido, tratar bem da pele exige escolhas

conscientes de quais produtos e hábitos tomar. De acordo com a Associação Brasileira da Indústria de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos (ABIHPEC), no primeiro semestre de 2022, a categoria de cuidados com a pele obteve um crescimento de 4% em vendas *ex-factory* (faturamento de fábrica, sem adição de impostos sobre venda), estimulada pela maior atenção e conscientização dos consumidores sobre a importância de se adotar uma rotina de cuidados voltada a manter a saúde da pele, assim como uma visão mais direcionada para o bem-estar. O destaque ficou para a categoria de cuidados com a pele de corpo, que apresentou um crescimento positivo de dois dígitos.

A recomendação é simples: nunca descuide da pele e, se possível, passe por uma consulta com um dermatologista uma vez ao ano para um exame completo. Na prática, porém, não é o que acontece: uma pesquisa da farmacêutica especialista em pele **TheraSkin**, realizada pela Ipsos, destacou que a classe C – que representa 78% da população – é a que menos visita o dermatologista, e que 23% dos brasileiros nunca foi a uma consulta com o especialista.

### CBC, CEC E MELANOMA: ENTENDA A DIFERENÇA

Entender os tipos de câncer de pele e compartilhar com o maior número de pessoas também ajuda na prevenção.

O tipo mais comum é o não melanoma, que tem uma baixa letalidade, mas grande quantidade de casos. A doença é provocada pelo crescimento anormal e descontrolado das células que compõem a pele. Elas se dispõem formando camadas e, de acordo com as que forem afetadas, são definidos os diferentes tipos de câncer. Os mais incidentes são os carcinomas basocelulares e os espinocelulares. Já o

mais raro, o melanoma é o tipo mais agressivo de câncer da pele e registra 8,4 mil casos anualmente.

O carcinoma basocelular (CBC) é o tipo de câncer mais comum, mas tem baixa taxa de letalidade e grandes chances de cura, se detectado precocemente. Os CBCs surgem mais frequentemente em regiões expostas ao sol, como face, orelhas, couro cabeludo, ombros e costas. O tipo mais comum se apresenta como uma pápula vermelha, brilhosa, com uma crosta central, que pode sangrar com facilidade.

O carcinoma espinocelular (CEC) é o segundo mais prevalente na população brasileira, se manifesta em células escamosas que formam as camadas superiores da pele. Pode se desenvolver em qualquer parte do corpo, embora seja mais comum nas áreas expostas ao sol. A pele que sofre com o CEC geralmente apresenta já sinais de dano como enrugamento e mudanças na pigmentação. Esse tipo de câncer é duas vezes mais comum em homens, do que mulheres. Normalmente, os CECs têm coloração avermelhada e se apresentam na forma de machucados ou feridas espessas e descamativas, que não cicatrizam e sangram ocasionalmente.

Já o melanoma, tipo de câncer menos frequente de ocorrer, tem um prognóstico complexo e maior índice de mortalidade. Contudo, a chance de cura é de cerca de 90% quando o diagnóstico é feito precocemente. Costuma ter a aparência de uma pinta ou de um sinal na pele, em tons acastanhados ou enegrecidos. Porém, a “pinta” ou o “sinal”, em geral, muda de cor, de formato ou de tamanho, e pode causar sangramento.

Para o médico dermatologista Dr. Jayme de Oliveira Jr., é fundamental observar a própria pele com regularidade e procurar imediatamente um dermatologista, caso detecte qualquer lesão suspeita. No geral, os sintomas são mudanças na pele que podem se assemelhar a pintas ou lesões. “Uma coisa que eu gosto muito de falar é o seguinte: imagina uma pinta como sendo uma pizza. Ela não pode ser de uma forma que não lembre uma pizza, completamente disforme, nem pode ser metade catupiry e metade calabresa. Assim, a pessoa lembra que não pode ter uma pinta com várias tonalidades”, explica.

Uma metodologia indicada por dermatologistas para identificar os três tipos de câncer de pele é a regra ABCDE. Porém, nunca dispense um dermatologista de confiança.

“É importante ressaltar que o exame clínico feito por médico dermatologista e potencial biópsia é que podem confirmar o diagnóstico de câncer da pele, efetivamente”, afirma o dermatologista da SBD, Renato Bakos.

### Conheça o método ABCDE, um autoexame que ajuda a identificar os sinais do melanoma

|                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>A - ASSIMETRIA</b> | Observe quando metade de uma pinta não é semelhante à outra.                          |
| <b>B - BORDA</b>      | Fique alerta para as bordas que não são regulares.                                    |
| <b>C - COR</b>        | Examine se há presença de diferentes tons escuros, castanhos a preto, na mesma pinta. |
| <b>D - DIMENSÃO</b>   | Preste atenção se a pinta for maior que seis milímetros.                              |
| <b>E - EVOLUÇÃO</b>   | Alerta para mudanças anormais em pouco tempo.   |

**Lembre-se:** ele não substitui a avaliação médica! Fonte: SBD



VERSÃO ON-LINE

[www.pointcm.com.br/online/cuidados-com-a-pele](http://www.pointcm.com.br/online/cuidados-com-a-pele)

Projeto e comercialização: Point Comunicação e Marketing Tel: (11) 31670821 – [point@pointcm.com.br](mailto:point@pointcm.com.br) | Redação: Flávia Silva, Jaqueline Braz, Karina Landi, Leonardo Pessoa | Layout e editoração eletrônica: Manoel Pacheco e Sérgio Honorio

**PAIXÃO** APRESENTA:

# Texturas e fragrâncias para um ritual de beleza sensorial

Paixão renova suas linhas de loções e óleos corporais, bem como seu posicionamento de marca, que estimula um novo olhar para a sensualidade

A marca Paixão, referência em produtos de cuidados corporais para a mulher brasileira desde 1986, continua a sua trajetória constante de inovação com o aprimoramento de suas linhas, sem deixar de lado o seu principal diferencial: o uso do óleo de amêndoas, presente em todos os seus itens, que proporciona uma experiência sensorial única e uma pele incrivelmente macia e iluminada. O ingrediente possui um alto potencial de hidratação, com propriedades que ajudam na retenção de água na derme e ações nutritivas e regeneradoras, e é perfeito para melhorar a elasticidade da pele e recuperar a oleosidade natural do corpo.

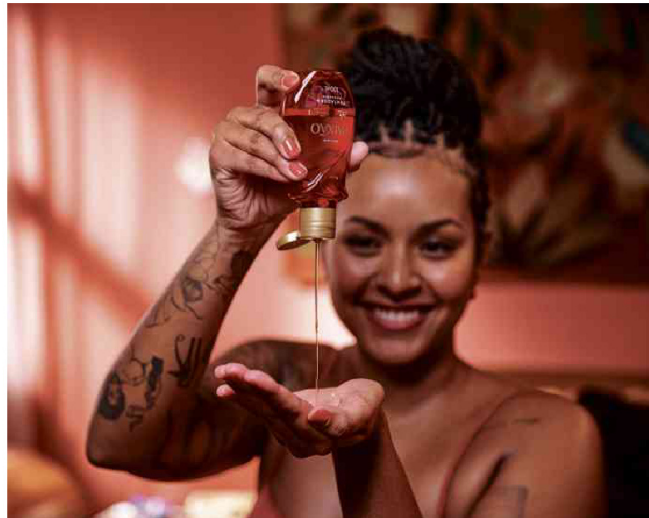
A marca Paixão vive uma nova fase, em que explora diferentes texturas, cores, toques, ingredientes e perfumes. Tudo isso para despertar sentidos, provocar sensações e incentivar a conexão com o corpo e com o autocuidado. Uma das ideias é a de que seus produtos acompanhem as conquistas do público feminino, que ocupa cada vez mais espaços e rompe tabus, ressignificando também o que é ser sensual. As loções e óleos de Paixão são importantes para o ritual de beleza das mulheres, para que elas amem a si mesmas do jeito que são e deem menos importância ao que o mundo quer impor. Assim, a marca quer contribuir para que as brasileiras sejam cada vez mais donas de suas vontades e inspiradoras.

As novidades dos produtos Paixão começam pelas embalagens. Elas mantiveram a essência da marca, composta por uma rosa, porém ganharam novos layouts para valorizar os ingredientes e trazem o símbolo do nobre óleo de amêndoas, além de novas tampas. Mas as mudanças são muito mais profundas: foram acrescentados novos nomes, fragrâncias e fórmulas

às linhas de loções e óleos, que ao todo elas são seis. Cada uma delas tem características marcantes e sofisticadas, inspiradas no mundo da perfumaria fina mundial.

mãos;

**Linha Framboesa Negra:** sua fragrância pode ser definida com os termos ousadia e alta perfumação. A linha transmite energia e jovialidade



## Diversidade

As mulheres de todo o país encontram os produtos Paixão no site oficial da marca ([www.lojacoty.com.br/paixao](http://www.lojacoty.com.br/paixao)), em farmácias, supermercados e perfumarias, bem como nas principais redes de varejo, presencialmente e nos seus e-commerces. Conheça um pouco mais sobre cada uma das linhas que a empresa coloca à disposição das brasileiras:

### Linha Tentadora Ameixa Rubi:

com notas de frutas como morango e melão misturadas às de violeta e rosa e harmonizadas pelo adocicado da baunilha, os seus produtos transmitem suavidade e sofisticação. A linha é composta por loção deo-hidratante, óleo corporal, loção ultracremosa e loção para as

por meio da loção deo-hidratante, do óleo corporal e da loção ultracremosa. Além de notas da própria framboesa negra, os produtos trazem as de morango e ameixa – que formam um delicioso aroma de fruta madura – e ainda as de fundo de caramelo, marshmallow, baunilha e talcadas.

### Linha Irresistível Flor de Lis:

seu perfume marcante e inconfundível está entre os preferidos das mulheres que exalam confiança. Os produtos da linha são caracterizados por notas florais de flor de lis, jasmim e violeta, o que garante um aroma fresco. Fazem parte dela a loção deo-hidratante, o óleo corporal e a loção ultracremosa.

### Linha Inspiradora Rosas Brancas:

perfeita para as mulheres desfrutarem momentos especiais com

elas mesmas. A loção deo-hidratante, o óleo corporal, a loção acetinada, a loção ultracremosa e a loção para as mãos que integram a linha aguçam a feminilidade, ao proporcionarem uma composição aromática encantadora e, assim, despertarem os sentidos. As suas formulações têm notas de lavanda, alecrim e bergamota, bem como notas florais que desabrocham com um fundo de madeiras nobres e especiarias, proporcionando uma sensação de delicado toque de seda.

**Linha Avelã:** um mix de frutas vermelhas como framboesas, amoras silvestres, mirtilos e morangos frescos, misturado a um buquê floral cremoso com rosa e jasmim, e a um fundo em que se combinam notas caramelizadas, doces e amadeiradas. Essa são as características da Avelã, linha capaz de proporcionar uma pele macia com sua fórmula duradoura, presente na loção deo-hidratante e no óleo corporal que a Paixão disponibiliza às mulheres.

### Linha Flor de Baunilha:

caçula da marca Paixão, ela traz a sensualidade das frutas vermelhas, a delicadeza de um buquê floral e um fundo cremoso e sensual de baunilha e açúcar caramelizado, que inspiram felicidade e frescor. É perfeita para mulheres empoderadas e seguras de si. A linha se distingue das outras também pelas embalagens translúcidas e por ser a única em que o óleo de amêndoas não tem cor amarelada. Compõem a Flor de Baunilha os produtos loção deo-hidratante, óleo corporal e loção acetinada.

## Uma fragrância para cada perfil

O site da Paixão traz uma ferramenta para ajudar as brasileiras a selecionarem a fragrância ideal de acordo com seus hábitos, personalidades e objetivos. Para contar com esse apoio na hora de escolher um produto, basta acessar <https://www.linhapaixao.com.br/quiz/>.

TALENT MARCEL

NOVA LINHA COMPLETA

COM ÓLEO DE

*amêndoas*

NOVAS TEXTURAS  
E FRAGRÂNCIAS



SENSUAL É SER VOCÊ

PAIXÃO

## PREVENÇÃO SOLAR

# Dezembro Laranja: campanha reforça cuidados

**C**riada pela **Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD)**, a campanha **Dezembro Laranja** é uma das principais estratégias nacionais para prevenir o câncer de pele. A iniciativa é lançada, anualmente, em dezembro, com a chegada do verão – que vai até 21 de março.

Na edição atual, o slogan “não espere até sentir na pele” coloca no centro dos debates os trabalhadores urbanos e rurais que estão diariamente expostos aos raios solares em virtude de sua profissão.

Para dar mais visibilidade e chegar ao maior número de brasileiros, em dezembro, prédios, monumentos e pontos turísticos em diferentes pontos do Brasil ganharam iluminação na cor laranja, simbolizando o engajamento na luta contra o câncer de pele. Outra ação de destaque foram os vídeos dos atores Tony Ramos e Carmo Dalla Vecchia, do jornalista Phelipe Siani, da atriz e escritora Ingra Lyberato e das atletas de vôlei de praia Jacqueline Silva e Ágatha Rippele, respectivamente, campeã e vice-campeã olímpicas na modalidade, que declararam apoio ao trabalho.

A prevenção ao câncer da pele é importante em todas as esferas da sociedade: “desde aqueles que estão



VitalikRadko

expostos ao sol por lazer até os que precisam trabalhar ao ar livre todos os dias. Por isso, queremos mostrar as formas possíveis de fotoproteção, como o uso de filtro solares e de barreiras físicas, como bonés, chapéus, óculos”, explica o dermatologista da SBD, Renato Bakos.

É imperativo entender ainda que o maior órgão do corpo humano merece cuidados em toda a sua extensão, do couro cabelo, passando pelo rosto ao restante do corpo. E cada região tem suas particularidades, exigindo diferentes tipos de cuidados e produtos de higiene pessoal e cosméticos. Por ficar mais exposta ao ambiente e estressores diários, a pele do rosto acaba recebendo mais atenção da população, embora a recomendação, sempre, seja cuidar, proteger e tratar todas as regiões. Um detalhe: quem tem tatuagem, precisa ficar alerta, já que ela pode esconder lesões e manchas.

Segundo o Dr. Jayme de Oliveira Jr., algumas atitudes que parecem simples podem ser nocivas para a pele. “O uso de buchas abrasivas, diversos banhos diários ou até mesmo o uso de sabonetes de forma indiscriminada, no corpo todo, podem tirar a camada protetora natural que temos na pele. Isso pode tornar a pele mais

hábitos de fotoproteção deve ser uma tarefa de todos os pais e responsáveis.

## TODAS AS PARTES DO CORPO IMPORTAM E MERECEM ATENÇÃO

No couro cabeludo, por exemplo, muitas pessoas negligenciam o cuidado, uma vez que a maior parte fica escondida pelos fios de cabelo. Porém, o câncer de pele também pode aparecer nessa parte, sendo até mais agressivo do que em outras áreas. Para quem tem pouco cabelo, como os indivíduos calvos, a recomendação é usar protetor solar no local, reaplicando durante o dia.

Os lábios também não podem ser esquecidos. O câncer de lábio é o terceiro mais comum entre todos que podem afetar a boca, sendo mais frequente o diagnóstico em homens, no lábio inferior. Por isso, no verão, principalmente, os cuidados devem ser redobrados: utilize diariamente o protetor labial com fator de proteção solar e reaplique-o seguindo as orientações do fabricante do produto. Além disso, para garantir a hidratação por mais tempo, opte pelos protetores ricos

em ceramidas, ácido hialurônico, vitamina E, pantenol, óleos e mantegas vegetais. Por fim, esfolie os lábios com um produto específico para essa região. Outra forma de proteger o corpo, dos pés à cabeça, é entender o Índice Ultravioleta (UV), que mede o nível de radiação solar. É simples: quanto mais alto, maior o risco à pele.

## NOVIDADE NO TRATAMENTO DO CÂNCER DE PELE

Em dezembro de 2022, foram divulgados resultados iniciais de uma nova vacina, em fase de testes, desenvolvida pelas farmacêuticas **Moderna e Merck Sharp and Dohme (MSD)**. Seu objetivo é diminuir os riscos de morte ou regresso de câncer de pele em pacientes que estão tratando a doença.

A vacina pode ser forte aliada no tratamento nos casos mais agressivos de câncer de pele, mas também poderá ser usada em casos de melanomas, o tipo mais comum no Brasil. O tratamento usa a tecnologia do RNA mensageiro, a mesma utilizada na vacina contra a Covid-19.

## Índices de Raios UV: proteja-se!

Aprovado pela **Organização Mundial da Saúde**, o Índice UV indica diariamente os níveis de radiação UV e quando são necessárias medidas de proteção solar. Para checar, basta consultar o site do **Centro de Previsão do Tempo e Estudos Climáticos (CPTEC)**: <https://tempo.cptec.inpe.br>. Nele, é só colocar a sua cidade na busca e, depois, conferir na tabela as proteções que devem ser tomadas.

Não só a exposição excessiva à radiação solar que oferece riscos de desenvolvimento de câncer. O bronzeamento artificial também. Na verdade, um alto risco, já que as câmaras de bronzeamento emitem altos índices de UVA, e são proibidas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), desde 2009. No entanto, mesmo 14 depois, ainda acompanhamos casos de algumas clínicas que oferecem o serviço.

| Baixo                   | Moderado                             | Alto   | Muito alto   | Extremo                |
|-------------------------|--------------------------------------|--|--|------------------------|
| Índice: 0 a 2           | 3 a 5                                | 6 a 7  | 8 a 10   | Acima de 11            |
| Proteção não necessária | Boné ou chapéu + filtro solar FPS 15 | Chapéu + camisa + óculos escuros + filtro solar FPS 30 ou superior + sombra recomendável | Chapéu + camisa + óculos escuros + filtro solar FPS 50 ou superior + sombra altamente recomendável | Evite exposição ao sol |

**POINT** 30 ANOS  
COMUNICAÇÃO E MARKETING

ANUNCIE NOS NOSSOS  
CADERNOS ESPECIAIS:

SAÚDE  
TECNOLOGIA  
COMPORTAMENTO  
INFRAESTRUTURA  
FINANÇAS  
AGRO  
NEGÓCIOS  
BEM-ESTAR

CONSULTE NOSSA AGENDA



(11) 3167-0821

WWW.POINTCM.COM.BR  
CADERNOESPECIAL@POINTCM.COM.BR

TheraSkin® APRESENTA:

## Saúde e bem-estar para as diferentes peles

Brasileiros dedicam mais cuidados ao maior órgão do corpo humano, mas ainda há espaço para avanços

Uma pesquisa encomendada pela farmacêutica brasileira TheraSkin® à Ipsos revelou que aproximadamente metade dos brasileiros, de todas as regiões do país, passaram a dedicar mais cuidados à pele durante a pandemia de Covid-19. O levantamento, feito com mil homens e mulheres, indicou que os campeões no zelo com a derme são as pessoas com idades de 35 a 44 anos (76,91%), enquanto entre os entrevistados na faixa de 18 a 24 anos, 65% relataram terem ampliado sua atenção ao maior órgão do corpo humano. “Durante a pandemia houve uma grande exposição da imagem das pessoas por meio das telas, e isso as impulsionou a reforçarem sua atenção à pele, especialmente a do rosto, para eliminar fatores que causavam incômodo ou simplesmente sentirem-se ainda melhor consigo mesmas”, avalia José Maria do Carmo, Diretor Comercial da TheraSkin®. O estudo também investigou se os entrevistados enfrentavam problemas de saúde da derme, o que foi confirmado por 86% das pessoas. Ainda, apenas 47% declararam visitar médicos especialistas anualmente e 23% nunca realizaram uma consulta com um dermatologista.

para manterem as suas peles bonitas e saudáveis. Um diferencial da marca reside na sua essência farmacêutica, traduzida no vínculo estreito com a ciência. “Mesmo no desenvolvimento de dermocosméticos realizamos estudos clínicos, ou seja, adotamos o mesmo nível de exigência empregado na produção dos medicamentos. Trabalhamos para desenvolver fórmulas inovadoras, seguras e eficientes”, explica Mariza Batista, diretora administrativa da TheraSkin®. A farmacêutica também investe em tecnologias avançadas e foi, por exemplo, a primeira da América Latina a valer-se da inteligência artificial para elaborar produtos para a pele.

A empresa mantém um laboratório próprio em São Bernardo do Campo (SP), onde também fica a sua fábrica, em que são preparados medicamentos e dermocosméticos, como antiacne, antirrugas, multirreparadores, clareadores e hidratantes. “Temos um posicionamento claro de respeitar e valorizar a singularidade e autenticidade de cada pessoa, e isso está cada vez mais evidente nos nossos produtos. Queremos que os consumidores se sintam sempre confortáveis com os seus corpos, com as suas identidades. Somos

estão atentos aos princípios ativos dos produtos, às suas funções e a quando e como usá-los”, descreve Mariza. Por exemplo, a TheraSkin® identificou o interesse do público pelos prebióticos, que estimulam o desenvolvimento de bactérias benéficas à pele. Atenta a isso, lançou o Amilia® Repair, loção multirreparadora com fórmula patenteada, que reúne seis ingredientes ativos para equilibrar a microbiota. “O produto melhora as barreiras naturais da epiderme, e, além de hidratar, tem ação sinérgica em todas as etapas do processo de cicatrização”, detalha a diretora.

Outro ingrediente que se popularizou foi o ácido hialurônico. Naturalmente encontrado no corpo humano, ele auxilia na sustentação e hidratação da pele, mas, com o passar dos anos, sua produção é reduzida pelo organismo, o que pode demandar sua reposição. “O ácido hialurônico evita a flacidez, as linhas e sinais de expressão no rosto, e está presente nos produtos de nossa linha Euryale®, composta pelo Euryale® QR e pelo Euryale®C”, explica Mariza. O primeiro é um sérum antirrugas de aplicação noturna com ação antioxidante que pode ser usado no rosto, no pescoço e no colo, sendo indicado para todos os tipos de pele. Já o Euryale®C, tem indicação de uso diurno e complementa a rotina de skincare antirrugas. Um de seus diferenciais é ter 10% de vitamina C pura, que estimula a produção de colágeno e também tem ação uniformizadora.

“Percebemos, ainda, que as mulheres buscam cada vez mais os clareadores de pele para aplicação não apenas no rosto, mas também em outras regiões do corpo, como axilas, virilha e joelhos”, relata Mariza. Com relação a esse segmento, a TheraSkin® é líder em prescrições pelos dermatologistas com a linha Klassis®. O Klassis® TX+ e o Klassis® Emulgel são, respectivamente, um sérum multifuncional e um gel creme dermoclareadores faciais. O Klassis® Speciale, por sua vez, é um sérum indicado para o rosto e para áreas sensíveis, recomendado para todos os tipos de pele. “A TheraSkin® tem compromisso com a saúde das pessoas, o que passa por educá-las e conscientizá-las para que se cuidem, mas também por oferecer soluções pertinentes para os mais diversos tipos e momentos da pele dos brasileiros. Nos próximos anos ampliaremos nosso portfólio para abranger cada vez mais as diferentes condições de derme existentes. Estamos preparados para isso e focados em promovermos uma cultura que transcende rótulos e modismos, em que as pessoas sintam orgulho de ser quem elas são”, finaliza Mariza.



“O crescimento registrado nos cuidados com o corpo é importante, mas precisamos avançar mais, já que ela cumpre papéis fundamentais, não só para a nossa saúde, mas também para o nosso bem-estar. A pele é nosso cartão de visitas, carrega e conta um pouco das nossas histórias, além de ser fundamental para a autoestima e para reforçar a autenticidade de cada pessoa”, afirma José.

O portfólio da TheraSkin® proporciona acesso a produtos inovadores, com ótimos resultados e alinhados àquilo que as pessoas querem ou precisam

especialistas em pele e estamos atentos a toda a sua complexidade, às suas diversas camadas, tipos e cores, para atendermos de forma singular as demandas de cada um. Para nós, toda pele é especial”, conta Mariza.

### Diversidade

A executiva considera a pluralidade das dermes um desafio, mas também um fator de motivação para a empresa, que mantém olhar minucioso e detalhista para criar soluções que agreguem benefícios às vidas das pessoas. “Os consumidores estão mudando. Hoje,

### Sobre a TheraSkin®

Farmacêutica brasileira, há 25 anos desenvolve e produz soluções dermatológicas para as diferentes peles. Foi pioneira no país ao utilizar inteligência artificial para dar suporte à sua equipe de pesquisa. Comprometida em educar e conscientizar as pessoas a cuidarem da saúde de suas peles com responsabilidade, atua alinhada à comunidade médica do começo ao fim de sua cadeia. Para conhecer toda a linha de dermocosméticos TheraSkin®, acesse o site [www.theraskin.com.br](http://www.theraskin.com.br).

## PELE MADURA

# De bem com a pele madura

Para garantir uma pele vigorosa na maturidade, a prevenção é essencial

**G**eração X, matures, economia prateada. Nos últimos anos, tem sido cada vez mais comum encontramos tais termos nas mídias e estudos, em sintonia com a mudança da pirâmide social brasileira, que está se invertendo. Em 2050, 29% da população brasileira terá mais de 60 anos, e essa projeção já provoca mudanças em diversos setores, que precisam acompanhar o novo cenário. Entre as fabricantes de produtos para cuidados com a pele, por exemplo, esse é um assunto-chave, uma vez que, ao longo dos anos, nosso corpo sofre uma série de alterações por fatores externos e internos – especialmente pela redução de componentes importantes como fibras elásticas e colágeno, que são responsáveis pela sustentação da pele e prevenção natural de rugas e flacidez.

Demais influências, as que não acontecem naturalmente pelo corpo, também impactam em alterações e podem até acelerar o envelhecimento da pele, como exposição ao sol, tabagismo, ingestão de bebidas alcoólicas, alimentação, poluição, entre outras.

Sendo a poluição uma exposição à qual a maioria das pessoas não consegue evitar, as inflamações na pele, decorrentes desta questão estritamente ambiental, podem causar os primeiros sinais do envelhecimento, como flacidez, rugas e manchas. E, para este tipo de cuidado, a indústria de produtos de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos oferece possibilidades focadas na desintoxicação e desinflamação da pele, como é o caso do hidratante Detox Capim-Limão e Gengibre, da marca **Monange**, do **Grupo Coty**, que tem ação antipoluição, protegendo a pele em 99,6% contra o acúmulo de poluição.

Como explica a **Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD)**, as perdas das propriedades naturais da pele e os hábitos de cada um, resultam em sinais de envelhecimento, flacidez, fadiga cutânea, rugas e perda do contorno original do rosto. Justamente por isso, não existe uma idade específica para começar a cuidar da pele. Os primeiros sinais destes efeitos podem

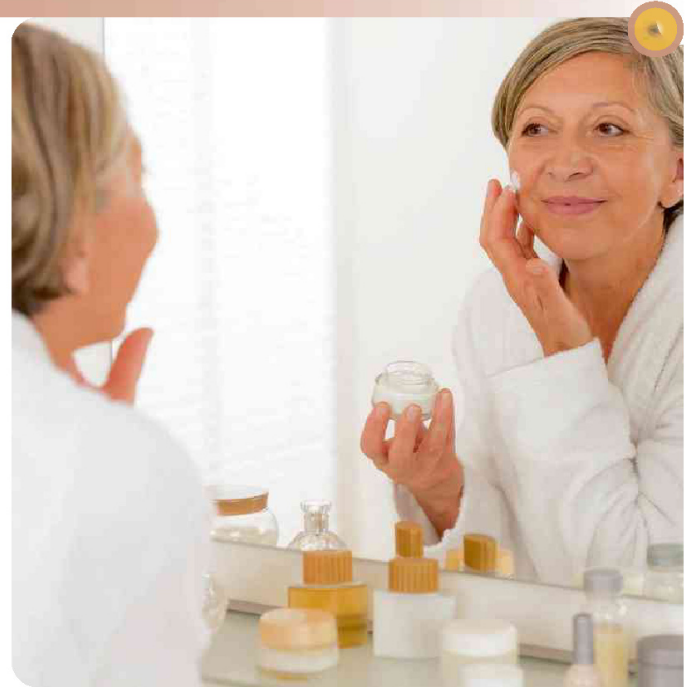
ser percebidos antes dos 30 anos e são acentuados com o passar dos anos.

Embora, para alguns especialistas, a pele inicie o processo de amadurecimento a partir dos 25 anos, a indústria de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos oferece linhas de produtos agrupadas por faixas etárias e, ao tratar da pele madura, o foco são homens e mulheres a partir dos 60 anos.

Um público que, de acordo com pesquisa realizada pela **Hype60+** – consultoria de marketing especializada no consumidor sênior –, mostra estar atento às novidades e tecnologias disponíveis nesse mercado, com destaque para os 80% que usam cosméticos; 57%, maquiagem; e 64%, cosméticos específicos para suas idades.

As marcas estão de olho neste recorte etário, e também no índice populacional, que mostrou crescimento de 39,8% entre 2012 e 2022. De acordo com dados divulgados em 2022, na Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD Contínua), pelo **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE)**, a parcela de pessoas com 60 anos ou mais no Brasil saltou de 11,3%, em 2012, para 14,7% em 2021, saindo de 22,3 milhões para 31,2 milhões, no período – um cenário propulsor para

14,7%  
é o índice de  
brasileiros  
acima dos 60  
anos



CandyBoxImages

o desenvolvimento de produtos multifuncionais específicos para peles maduras do rosto e do corpo, com redução e amenização de condições como bolsas, olheiras, rugas e flacidez.

Linhas como as da marca **Monange**, por exemplo, vêm sendo aprimoradas com lançamentos de novas fórmulas, como a de hidratantes firmadores Q10 com Vitamina C, incluindo cuidados com as mãos, combatendo os sinais da idade e reduzindo o ressecamento da pele.

Goodluz



Uma tendência de mercado que combina a Coenzima Q10, e as vitaminas C e E, e que estimulam a produção de colágeno, ajudando a manter a elasticidade, combatendo os sinais de envelhecimento, deixando a pele mais firme em até duas semanas. Os produtos **Monange** estão disponíveis em duas versões: para peles extrasecas e peles normais a secas.

## REFORÇO NA MENOPAUSA

A Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) reforça que os tratamentos dermatológicos também precisam estar alinhados às necessidades de cada tipo de condição.

Parte do ciclo natural de toda mulher, a menopausa, que acontece na maioria das vezes antes dos 60 anos, já anuncia a importância em reforçar os cuidados com a pele. A produção de estrogênio e progesterona cai e reduz, desta forma, a produção de fibras de elastina e colágeno, deixando a pele fica mais fina, frágil e ressecada.

“O ressecamento, a falta de elasticidade, surgimento de manchas e o aumento de rugas são os principais fatores que geram um certo incômodo. Por isso, muitas mulheres buscam alternativas em cosméticos que auxiliam na redução desses pontos. Notamos, então, uma maior concentração de produtos voltados ao auxílio da menopausa em marcas de produtos que são 100% voltados para esse público”, explica Ana Seccato, diretora comercial da empresa de pesquisa **The NP Group no Brasil**.

PELE MADURA

# Impactos na autoestima

Passou dos 40? Os cuidados já aumentam um pouco

**C**uidar da pele, para além de trazer benefícios a curto e longo prazos para a saúde, também impacta na autoestima. Isto porque, segundo especialistas, o ato de se cuidar, ou *self care*, promove benefícios para a saúde mental, gera autoconfiança e melhora a percepção de autoimagem.

Na avaliação de Diego Oliveira, especialista em Consumer Insights e CEO da consultoria de inteligência em pesquisa **Youpper**, as pessoas maduras vêm aproveitando bem os novos procedimentos estéticos e os produtos multifuncionais, em busca de um envelhecimento mais vigoroso e sadio. “Por isso, hoje se fala muito em *Positive Aging* ou Idade Feliz, Positiva. Pessoas motivadas a buscar uma vida satisfatória, frequentando dermatologistas não somente quando adoecem, pesquisando marcas que atendam melhor às suas peles, e com o radar ligado em tudo o que há de novo para se manter firme. Ao mesmo tempo, notamos que as empresas divulgam melhor agora como devemos cuidar da pele, e lançam produtos que cabem em todos os bolsos”, diz.

A indústria e os profissionais de saúde, inclusive, incentivam estes cuidados, como forma de as pessoas viverem mais e melhor. A **Sociedade Brasileira de Dermatologia** é um dos fios condutores para a conscientização sobre os cuidados iniciais para uma pele madura saudável, como consultar um dermatologista regularmente, prevenir-se do sol, alimentar-se bem e se hidratar.

Na rotina básica de cuidados faciais – que envolve limpe-

za, hidratação e proteção – as pessoas maduras também devem adicionar “outros tipos de cuidados, como, por exemplo, o uso de produtos que ajudam a combater rugas e linhas de expressão”, esclarece o Dr. Antonio Gomes Neto, dermatologista pela Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD).

O cuidado com a escolha e o consumo de produtos também figura na lista de dicas que a entidade divulga para pessoas acima dos 30 anos.

Nesta faixa de idade, segundo a SBD, a palavra-chave é prevenção. É preciso utilizar diariamente protetor solar anti-UVA e UVB, higienizar a pele, aplicar cremes antioxidantes tópicos e eventualmente usar suplementos orais, como a vitamina C e vitamina E.

Acima de 40 anos, quando os sinais do tempo ficam mais evidentes, o metabolismo torna-se mais lento e as transformações impactam diretamente na saúde da pele. É recomendado usar, além dos fotoprotetores e antioxidantes, agentes firmadores, antirugas e despigmentantes, quando necessário e sempre com orientação de um médico.

“Depois dos 40, a pele começa a sofrer mais os efeitos da idade, como o surgimento de flacidez, degradação de fibras de colágeno, formação de rugas e linhas de expressão. Por isso, ter uma alimentação adequada e manter hábitos de cuidados com a pele contribui para a melhora da sua aparência”, conta o Dr. Antonio Gomes Neto, que também é consultor médico da farmacêutica **TheraSkin**®.

Após os 50 anos, já é importante o uso de produtos que estimulam a produção de colágeno na face e principalmente ao redor dos olhos, pois as pálpebras já evidenciarão sinais mais intensos do envelhecimento. Sempre com orientação médica, tratamentos estéticos como peelings, lasers e outras tecnologias são recomendados, além da toxina botulínica e preenchedores para reduzir rugas, vincos faciais da pele madura ou danificadas pelo sol.

Os rituais de autocuidados também têm sido adotados como forma de buscar por momentos de autoconexão. Por isso, o mercado disponibiliza produtos que estimulam e reforçam a sensorialidade com texturas e fragrâncias, como a marca brasileira **Paixão**, da **Coty**, conhecida por incentivar os rituais de beleza, abordando aspectos do universo feminino, como a sensualidade.

De acordo com Regiane Bueno, vice-presidente de marketing do **Grupo Coty**, todos os óleos corporais e hidratantes do portfólio **Paixão** possuem óleo de amêndoas na composição, ingrediente nobre que é o DNA da marca e combate o ressecamento da pele.

Entre os lançamentos **Paixão**, a executiva informa que há novas experiências em texturas: loção *Acetinada*, que proporciona um delicado toque de seda sobre a pele e um perfume duradouro, com óleo de amêndoas. A loção ultracremosa com óleo de amêndoas que ganha novas fragrâncias e oferece um toque aveludado, além da loção para as mãos com óleo de amêndoas, que tem rápida absorção, ressalta a luminosidade natural da pele, e perfuma delicadamente. Já as loções e os óleos corporais, com suas fórmulas aprimoradas, proporcionam uma pele macia, hidratada, perfumada e suavizada, com sua fórmula duradoura e novas fragrâncias que despertam os sentidos.



**THERASKIN®**  
**KLAVIÊ**  
**CLINICAL®**

**UMA MARCA, UMA FAMÍLIA COM AÇÃO COMPLETA**

Hidratação adequada é essencial para a manutenção da saúde da pele<sup>1-4</sup>



**NOVO**



**CREME HIDRATANTE**  
440g e 150g



**LOÇÃO HIDRATANTE**  
390mL e 190mL



**SABONETE LÍQUIDO**  
150mL

**CIÊNCIA NO CUIDADO DE PELES**

**KLAVIÊ CLINICAL® MELHORA A HIDRATAÇÃO!**

**24H DE HIDRATAÇÃO**

**SINDEPE SEM SAPO**



**COT**  
CENTRO DE ORIENTAÇÃO THERASKIN  
0800 0196660  
cot@theraskin.com.br  
www.theraskin.com.br

Referências bibliográficas: 1. Material de rotulagem Klaviê Clinical®. 2. Monografia Linha Klaviê Clinical®, data on file. 3. Manual do Fornecedor Symrise: SymCalmin®. 4. Manual do Fornecedor Symrise: Ceramida BIO/Symrepair® 100.

## HOMENS

# Eles também se cuidam

Com a pele mais espessa e oleosa, o público masculino deve investir em uma rotina de cuidados que inclui sabonete facial, filtro solar, hidratante, entre outros

**E**m crescente expansão, o mercado de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos masculino tem revelado a busca dos homens por cuidados que vão para além da vaidade. Com um crescimento de 30% em comparação ao ano anterior, 2022 encerrou com cerca de R\$ 934 milhões em vendas de produtos no Brasil, incluindo fragrâncias e itens para barba e pele – é o que mostram os dados da empresa de inteligência de mercado **The NP Group**.

Os números refletem a tendência que vem na esteira dos debates sobre masculinidade, e também anunciam um cenário promissor para marcas com foco em atrair cada vez mais

investidores em um setor que não para de crescer. Mesmo porque, se até o final da década de 1990 a preocupação em cuidar da pele e do cabelo cunhavam os homens como metrosssexual, os estereótipos estão cada vez mais ultrapassados. Hoje, rituais básicos de *skin care* e *body care* são, inclusive, recomendados por médicos e especialistas que alertam para a importância dos primeiros hábitos da saúde dermatológica. “Iniciar a fotoproteção desde as primeiras exposições na infância, é fundamental para o envelhecimento saudável da pele, uma vez que a radiação ultravioleta causa dano cumulativo ao DNA celular”, explica o médico Dr. Ricardo Bertozzi de Avila, que é dermatologista na **clínica Renoá** e membro titular da **Sociedade Brasileira de Dermatologia**.

Ele lembra, ainda, que mesmo para os primeiros sinais de acne e calvície, independentemente de idade, também são recomendados tratamentos específicos. “Acne não tratada precocemente pode deixar cicatrizes de difícil tratamento, e a calvície é uma doença crônica, que se não controlada, pode ocasionar atrofia folicular”, complementa.

Graças à ciência, a indústria vem entregando soluções e tecnologias cada vez mais inovadoras, que atuam desde a prevenção das doenças até o tratamento prolongado daquelas consideradas mais comuns entre os homens, que são acne, alopecia androgenética (calvície), fotoenvelhecimento e micoses nas unhas e na pele.

E estão na lista de prioridades dos homens, de acordo com Avila, os procedimentos orais, tópicos, injetáveis e transplante capilar para tratar calvície, além de toxina botulínica, laser, ultrassom



Goodliuz

microfocado e bioestimuladores de colágeno para tratamentos focados no rejuvenescimento.

Ao comparar a pele do homem com a da mulher, o dermatologista explica que a masculina é mais espessa e mais oleosa devido ao maior número de glândulas sebáceas e dos hormônios, como a testosterona. Daí a recomendação de uma rotina de tratamento com produtos que ajudam no controle da oleosidade, com “um bom sabonete para limpeza facial, filtro solar fluido ou bastão, preferencialmente que não deixe resíduos na barba, e, se necessário, um hidratante ou sérum antioleosidade”, sugere o especialista.

Ele destaca ainda que, com a musculatura da face mais forte em comparação à da mulher, a pele do homem apresenta maior tendência à formação de rugas e linhas de expressão. E, para prevenir e tratar, além de procedimentos de rejuvenescimento, como os citados, há produtos que atuam também como maquiagem. É o caso dos corretivos e até dos hidratantes à base de ácido hialurônico, tendência por ser estimulante de colágeno.

Mas a maquiagem pode ir além dos cuidados diários e estar presente como rotina de beleza dos homens. A jornalista de beleza e proprietária da **Vic Beauté**, Vic Ceridono, lembra que a própria indústria, hoje, oferece possibilidades múltiplas, sem definições de gêneros, possibilitando ao público masculino ter acesso a itens diversos e liberdade para usar o que fizer mais sentido para cada um. “Os homens se sentem mais livres hoje para usar maquiagem, desde aquela mais discreta como um corretivo e aplicação de curvex, até as mais coloridas”.

## Barba, o retorno

**D**e depois de praticamente ter sido extinta dos rostos masculinos ao longo do século XX, já que ter o rosto liso era sinal de aseo, a barba reconquistou os homens no início deste século, chegando com diferentes tamanhos e tendências, desde as mais baixas até as compridas e retas – conhecidas como estilos espartana, viking ou, o mais famoso, lenhador.

Cada vez mais, vemos que as escolhas dos indivíduos sobre sua aparência não são uma questão de moda, mas, sim, de liberdade. Assim, o número de barbearias e produtos para tratamento cresceram exponencialmente. De acordo com dados de um estudo da **Euromonitor Internacional**, entre 2011 e 2016, o setor de barbearias no Brasil cresceu 94,4%, com o público masculino movimentando 30% do setor HPPC (Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos). O mesmo levantamento ainda mostrou que o ramo de barba e cuidados pessoais

cresceu 19%, entre 2013 e 2019.

Para além de itens que garantem a boa aparência e o estilo, a indústria também oferece produtos para cuidados com a saúde da barba e do bigode, já que, segundo o dermatologista Dr. Ricardo Bertozzi de Avila, as principais queixas em relação às madeixas são falhas ou descamação no local. “Para as falhas, é possível a realização de tratamentos para minimizá-las ou até corrigi-las, e em caso de descamação, é importante, após a higiene, enxaguar em abundância e manter a região sempre seca, além do uso de sabonete adequado ou até mesmo um shampoo anticaspa para limpeza”, recomenda.

Ficando apenas atrás dos Estados Unidos, China e Japão, o Brasil é o quarto maior mercado consumidor de produtos de HPPC, de acordo com dados da Euromonitor.

## Como proteger a pele barbeada

**N**a contramão da tendência e de estudos, como o da Universidade de Southern Queensland, na Austrália, que defende o uso da barba como forma de proteção da pele e até contra tosses e alergias, há uma fatia do público masculino que opta por raspar.

Entre teorias e hábitos, há os cuidados necessários por quem acabe escolhendo pela navalha. O principal é manter a higiene do local em dia com sabonete adequado não só para o tipo de pele como também para a rotina de cuidados com a pele do rosto, além de hidratante e protetor solar. “Existem algumas pesquisas envolvendo apenas homens, como um estudo americano de 2021, realizado com 705 homens entre 20 e 70 anos, que revelou que a baixa adesão ao uso de fotoprotetor solar implicou em altos índices de câncer da pele”,

destaca o dermatologista Dr. Ricardo Bertozzi de Avila, que reforça a importância do uso deste tipo de produto como forma de cuidado básico com a saúde.

Como forma de complementar a rotina de cuidados pessoais dos homens que raspam a barba, a indústria oferece produtos faseados em antes, durante e depois da lâmina, como a linha Malbec Club Sensitive, do Boticário, com itens de tratamento desenvolvidos com ativos que acalmam a pele, minimizam as irritações causadas pelo barbear, além de melhorar a experiência no momento do barbear.

Segundo pesquisa recente da Euromonitor, 85% dos homens se sentem melhor quando cuidam da aparência – um cenário que, pelo que indicam os números do setor, tende a se manter estável.



PROTEÇÃO SOLAR

# Exercício ao livre faz bem, mas sempre com proteção solar

Sem os devidos cuidados, a exposição solar desprotegida facilita o surgimento de manchas, entre outros efeitos

Ninguém duvida que a prática de atividades físicas é fundamental para a nossa qualidade de vida e longevidade. Quando feitas ao ar livre, trazem diversos benefícios para a saúde como um todo: ajudam na produção de vitamina D, aumentam a concentração, trazem ganhos no fortalecimento dos ossos, entre outros. Não à toa, grande parte da população brasileira, após o fim do isolamento imposto pela pandemia de Covid, manifestou a vontade de fortalecer hábitos ligados à saúde e qualidade de vida. A pesquisa "Parques e a Pandemia - Comportamentos e Expectativas", produzida pelo Instituto Semeia, por exemplo,

mostrou que 40% dos brasileiros queriam frequentar mais parques.

Por outro lado, se expor ao sol em exercícios ao ar livre sem fotoproteção, pode causar danos à saúde e envelhecimento precoce da pele. Dentre os principais efeitos nocivos do sol, estão as queimaduras de diferentes graus, alergias e surgimentos de manchas.

Para quem costuma praticar atividades ao ar livre, um dos principais alertas, ainda, é sobre a sua exposição ao sol e os riscos de câncer de pele. Para evitar a doença, é preciso colocar em prática estratégias, como a escolha do horário, local, roupas e acessórios, complementados pelo uso de filtros solares, que são essenciais para minimizar os riscos decorrentes das radiações ultravioletas A e B (UVA e UVB) durante a prática esportiva ao ar livre.

## Entenda mais sobre as radiações

### Radiação ultravioleta B (UVB):

apesar de ter uma pequena penetração na pele, sua alta energia é responsável pelos danos solares imediatos e boa parte dos danos tardios. A UVB participa do metabolismo epidérmico da vitamina D, mas pode causar eritema, pigmentação tardia, espessamento da epiderme e carcinogênese, que é o processo de formação do câncer. É a principal responsável pela vermelhidão e queimadura solar, relacionada ao Fator de Proteção Solar dos produtos. Ou seja, ao escolher um produto com FPS 30, significa que ele protege 30 vezes mais contra o UVB.

**Radiação ultravioleta A (UVA):** é o tipo que exerce ação oxidativa sobre os células da derme, determinando alteração no colágeno e elastina. Nas células epidérmicas, promove quebra das cadeias do DNA que, posteriormente, sofre reparos por mecanismos enzimáticos. Dependendo da espessura da pele e do tempo de exposição solar, a UVA pode causar pigmentação imediata e tardia, envelhecimento cutâneo, manchas, desencadeamento de doenças como lúpus eritematoso, erupção polimorfa à luz e fotoalergias.



Dr. Jayme de Oliveira: "é preciso escolher um filtro bem aderente ao seu tipo e nível de oleosidade da pele."

## Dia do Dermatologista



Hoje é comemorado o Dia do Dermatologista, profissional da medicina dedicado a cuidar e tratar doenças e infecções que afetam pele, cabelos e unhas. No Brasil, são mais de 10 mil profissionais que se dedicam ao atendimento de quem busca essa assistência, seja na rede pública ou privada.

Sendo a pele o maior órgão do corpo humano e que está em constante exposição, consultar um dermatologista é essencial para saber a melhor forma de se cuidar e se proteger de doenças. O médico dermatologista também é responsável por cuidar da autoestima, por meio de procedimentos estéticos. Limpeza de pele, preenchimento facial, laser, toxina botulínica, bioestimulador de colágeno são apenas alguns dos tratamentos estéticos que são oferecidos.

## E quem trabalha ao ar livre?

O filtro solar é uma das principais ferramentas de proteção, se usado corretamente. Mas, o seu uso inadequado pode gerar falsa sensação de segurança. Apesar de ser um dos países com maior predominância solar, o Brasil ainda carece de uma conscientização maior da população sobre o uso do protetor.

O fator de proteção do filtro deve ser, no mínimo, 45 para os raios UVB e 15 para os raios UVA. Para fazer efeito, também é necessário que o protetor solar seja aplicado 30 minutos antes da exposição ao sol e reaplicado a cada duas horas. É importante ainda que seja uma quantidade suficiente espalhada para cobrir toda a pele. Ao comprar o produto, verifique sempre a data de validade e o número de validação do Ministério da Saúde e ANVISA, para ter certeza que o protetor solar cumpre as normas estabelecidas, oferecendo segurança, eficácia e qualidade.

Em condições de trabalhos ao ar livre, caso ocorra sudorese excessiva, torna-se necessária uma reaplicação do produto nas áreas expostas à luz duas a três horas após a primeira aplicação.

Já nos cabelos ou nas áreas com pelos corporais, é indicado o uso de filtros incorporados em xampus, condicionadores, soluções capilares ou sprays. Para as peles ressecadas, o ideal são os cremes, loções ou fluidos. Por sua vez, as oleosas toleram melhor os géis, enquanto que as áreas de lábios requerem bastões próprios.

"Existe uma quantidade tão grande de filtros solares que as pessoas ficam muito confusas na hora de escolher. É preciso escolher um filtro solar que se adequa à idade, ao tipo de pele e nível de oleosidade da pele. Uma pessoa com pós-menopausa, costuma ter uma pele mais seca do que um adolescente, né? Então o filtro solar que está escrito 'efeito mate' é para ser usado em pele oleosa. O tipo de protetor em creme pode ser usado por peles secas. Importante falar também do protetor

com cor para o rosto. É indicado, pois, além da proteção química, oferece uma proteção física para a pele, então vale investir", exemplifica o dermatologista Dr. Jayme de Oliveira Jr.

Outras recomendações:

- Sempre que possível, evite a exposição prolongada ao sol entre 10h e 16h, quando os danos são maiores.
- Use proteções adequadas como bonés ou chapéus de abas largas, óculos escuros com proteção UV.
- Sombrinhas e barracas são indicadas quando necessário se expor.
- Recentemente, estão sendo desenvolvidos tecidos de algodão e viscose com capacidade de retenção da luz ultravioleta (UV) que podem ser aliados na proteção corporal contra os efeitos do sol.
- Quem trabalha exposto, deve usar camisas de manga longa e calça comprida e procurar lugares com sombra.

Tem mais: os raios solares não são os únicos inimigos da pele. De acordo com Antonio Gomes Neto, dermatologista pela Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) e consultor médico da TheraSkin®, "a poluição libera partículas ligadas à formação de radicais livres, que resultam em envelhecimento precoce da pele e, conseqüentemente, no aparecimento de linhas de expressão e rugas. Isto ocorre porque esses agentes poluentes aumentam a produção de radicais livres que contribuem com a degradação do colágeno", conta. Ele diz que, para ajudar a evitar os danos dessas partículas poluentes, o ideal é utilizar vitaminas, substâncias antioxidantes e ativos específicos. A isoquercetina, presente em Euryale® QR, da TheraSkin®, desempenha um papel importante no combate aos danos dos radicais livres, aos efeitos do envelhecimento e da inflamação, bloqueando mecanismos de envelhecimento e protegendo a pele contra agentes agressores.

**monange** APRESENTA:

# Hidratação para todos os tipos de pele

Monange mantém produtos exclusivos e funcionais, com benefícios diferentes para cada necessidade

O portfólio de Monange, uma das marcas mais conhecidas e consumidas pelas mulheres brasileiras e referência quando o tema é autocuidado, não para de crescer. O motivo é simples: a preocupação da empresa em entender e atender as necessidades das consumidoras e, assim, colocar à disposição delas produtos que respeitem as suas singularidades. A marca entende que, dessa forma, estimula o empoderamento feminino, e incentiva o ritual de autocuidado e a valorização da identidade de cada mulher. Monange acredita que ninguém melhor do que elas sabe sobre aquilo que as suas peles, corpos e cabelos precisam.

São produtos com tecnologias exclusivas e que consideram a pluralidade que caracteriza as brasileiras, estimulando-as a encontrarem nas suas essências aquilo que faz bem a elas, e a não seguirem regras e padrões impostos socialmente para os cuidados e bem-estar pessoal.

## Firmadores Q10

Os produtos da linha levam às consumidoras a poderosa combinação entre a coenzima Q10 e as vitaminas C e E, que estimulam a produção de colágeno e, assim, ajudam a manter a elasticidade da pele e combatem os sinais de envelhecimento. Pensando nas necessidades

absorção, proporciona toque seco e macio.

## Hidratação Intensiva

Já a nova linha Hidratação Intensiva ganhou um novo integrante, e agora soma três versões de produtos. A identificação de cada uma das loções é facilitada pela graduação de cores utilizadas nas embalagens. A primeira delas é a Hidratação Intensiva Extrato de Oliva, destinada às peles extrassecas. Com a maior concentração de emolientes da linha, ela previne a perda de água por meio da formação de uma barreira protetora, valendo-se de uma fórmula diferenciada que entrega cuidado e hidratação profunda. Já o produto Hidratação Intensiva Leite de Amêndoas, recomendado para peles secas, apresenta uma textura mais leve e menos oleosa, e possui rápida absorção. Finalmente, o novato da linha é o Hidratação Intensiva Extrato de Algodão, com a menor concentração de emolientes em relação às outras versões, e que proporciona a sensação de toque macio e não-oleosa.



Dentre as novidades que ampliaram ainda mais o leque de produtos da marca estão as linhas de firmadores Q10 com Vitamina C e de Hidratação Intensiva, bem como o Hidratante Detox Capim-Limão e Gengibre.

específicas de cada tipo de pele, Monange lançou duas versões dos firmadores, uma para peles extrassecas e outra para peles normais a secas. Também integra a linha o Hidratante Mãos Q10, com vitamina E, que, com rápida

## Detox

Outra novidade apresentada por Monange foi o Hidratante Detox Capim-Limão e Gengibre, indicado para todos os tipos de pele. O produto hidrata por 48h e proporciona uma sensação prolongada de refrescância. Além do capim-limão – que assegura uma ação purificante e condicionante na pele – e do Gengibre, a fórmula do Detox inclui, ainda, óleos essenciais, vitaminas, minerais, antioxidantes e aminoácidos. O produto também tem ação antipoluição, que protege a pele em 99,6%, e previne a geração de radicais livres e o envelhecimento precoce. Os novos – e os já amplamente conhecidos – produtos Monange podem ser adquiridos em grandes redes de varejo (online ou físicas), supermercados, perfumarias e farmácias. Além disso, há a opção de acessar a loja da própria marca, no (<https://www.lojacoty.com.br/monange>).

TALENT MARCEL

NOVA LINHA  
**monange**

# FIRMEZA, HIDRATAÇÃO E CUIDADO para sua pele.

Detox  
**AÇÃO**  
ANTIPOLUIÇÃO



Hidratação  
**INTENSIVA**  
48H



Firmador  
**Q10**  
VITAMINA C + E



#EuMeCuidoAssim

## ROTINA PREVENTIVA

# Benefícios para todos!

Da infância à fase adulta, cuidar da pele nas diferentes etapas da vida traz diversos ganhos

Existe uma idade certa para começar a cuidar da pele? Dermatologistas são categóricos em dizer: o ideal é iniciar desde o primeiro dia de vida, uma vez que necessitamos de proteção em todas as fases. E, na medida em que vamos envelhecendo, manter uma rotina de autocuidado deve ser tarefa obrigatória nas nossas agendas, lado a lado com uma boa alimentação e um estilo de vida saudável.

Em busca de soluções que retardem o processo natural provocado pela idade, cada dia mais cedo, as pessoas têm investido nessa rotina de cuidados. É bom saber também que boa parte dos danos solares na pele são causados por exposições ocorridas até os 20 anos de idade, o que acentua a importância de nunca baixar guarda desde a infância. Mais: a exposição solar aguda, intensa e intermitente e as queimaduras solares nessa fase de vida triplicam o risco de desenvolvimento do carcinoma basocelular e do melanoma. Já o carcinoma espinocelular se relaciona com o efeito acumulativo da exposição solar.

O fotoenvelhecimento, causado pelos danos solares, surge nas áreas expostas em razão do efeito repetitivo da ação dos raios ultravioleta. Flacidez, rugas, pigmentação irregular e difusa, diminuição da elasticidade, presença de vasos finos dilatados e de lesões pré-malignas são sinais do dano solar.

## TRIPÉ DA PELE SADIJA

A manutenção da pele saudável depende de três pilares: higienização, hidratação e fotoproteção. “A limpeza remove a sujeira, o suor, a oleosidade e os resíduos, como os decorrentes da poluição e de maquiagem. Essas etapas devem ser seguidas independentemente da idade e os agentes de limpeza, os hidratantes e os filtros solares, devem ser adequados à cada tipo de pele”, explica Carlos Barcaui, dermatologista e vice-presidente da **Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD)**.

Medidas simples como ingerir dois litros de líquidos por dia, manter uma dieta saudável e o descanso são fundamentais para uma pele saudável. Por outro lado, fatores como a exposição solar excessiva, às substâncias tóxicas do tabaco, ao uso exagerado de sabonetes, esponjas e banhos muito quentes e prolongados, o estresse e a exposição irrestrita a produtos químicos

presentes nos alimentos de origem animal e vegetal devem ser evitados. São cuidados que ajudam a manter a saúde, prevenindo o envelhecimento precoce e o câncer da pele.

A hidratação e a proteção ajudam a manter a barreira cutânea íntegra. De forma geral, os cuidados com a pele devem

## Veja algumas doenças causadas pelo mau cuidado com a pele:

### ECZEMA

Inflamação aguda ou crônica na pele, que se manifesta por meio do aparecimento de coceira, inchaço, bolhas e vermelhidão na pele. Geralmente, aparece em pessoas que usam muito sabonetes anti-séptico com muita frequência.

### BROTOEJA

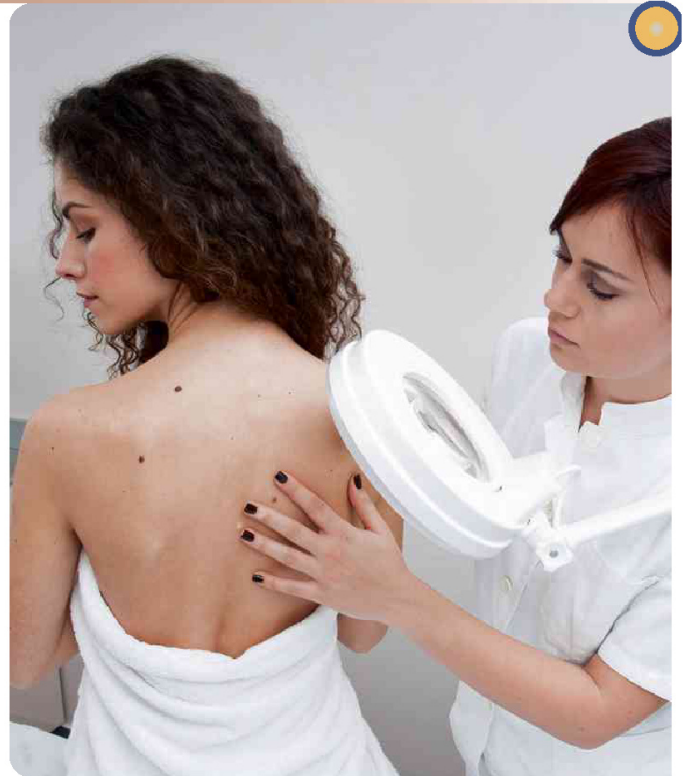
O uso excessivo de protetor solar pode obstruir os poros, facilitando a doença, que causa erupções na pele com manchas vermelhas. É causada pelo acúmulo de suor nas glândulas sudoríparas. Mais comum em crianças e bebês. Para evitar o problema, o ideal é evitar o uso de roupas apertadas e limpar o suor em excesso.

### IMPETIGO

A falta de higiene é o principal fator para o aparecimento dessa doença. Causada por bactérias que habitam a boca e pele, e altamente contagiosa.

ocorrer duas vezes ao dia. Porém, a rotina pode variar dependendo das necessidades e de condições especiais de cada pele. Também é importante acompanhar a evolução da pele com o passar do tempo e adaptar a rotina sempre que necessário.

De acordo com o Dr. Jayme de Oliveira Jr., o que envelhece as células em todos os órgãos, inclusive na pele, é o radical livre. “A ciência descobriu diversas substâncias que diminuem esses radicais livres que provocam o envelhecimento. Então, você pode diminuir a incidência deles usando cremes hidratantes, por exemplo, que contenham essas fórmulas”, diz.



bertys30

## SOLUÇÕES DE A A Z

Um desses ativos é ácido hialurônico, que auxilia na manutenção da hidratação e proporciona ação rejuvenescedora, mantendo a saúde da pele e sua luminosidade. De acordo com o grupo **Galderma**, a linha Cetaphil Optimal Hydration, com foco no cuidado com a pele do rosto, apresenta fórmula inovadora que alia a substância a ingredientes calmantes naturais. O Cetaphil Optimal Hydration – Sérum Hidratante Facial melhora significativamente a luminosidade e textura da pele após o primeiro mês de uso. Auxilia na revitalização da pele sensível e aumenta em 50% a hidratação. Já o Cetaphil Optimal Hydration – Sérum área dos olhos é oftalmologicamente testado em pele sensível, proporciona hidratação profunda e prolongada por 48h, suaviza linhas finas de expressão ao redor dos olhos, diminui significativamente as olheiras e as rugas finas, e ainda aumenta a firmeza da pele da região. Por fim, a Galderma informa que o Cetaphil Optimal Hydration – Creme Hidratante Facial é composto pelo inovador complexo HydroSensitiv™,

que aumenta a concentração de água na pele, proporcionando hidratação imediata e intensa por 48 horas. Ajuda na recuperação da barreira cutânea e revela instantaneamente o brilho natural da pele, deixando-a mais macia e confortável. Segundo a marca, 100% dos usuários relataram que o produto ajuda a diminuir a sensibilidade da pele em 28 dias de uso.

## CORPO, ROSTO, MÃOS, PÉS, JOELHOS, COTOVELO: CUIDADO POR INTEIRO

Pesquisa encomendada pela **TheraSkin®** à Ipsos mostrou que as pessoas intensificaram os cuidados com o corpo durante a pandemia, mas apenas 48% dos entrevistados usam hidratantes corporais com frequência. “Buscar por hidratantes corporais com ingredientes nutritivos e com propriedades anti-inflamatórias ajudam a mantê-la nutrida e com aparência bonita, além de contribuir para a preservação da sua proteção natural”, diz Márcio Tinelli, gerente de marketing da TheraSkin®. Como solução, a empresa oferece ao mercado a linha Klaviê Clinical para corpo, rosto ou áreas localizadas, como mãos, pés, joelhos e cotovelos.

Hidratação e proteção ajudam a manter a barreira cutânea íntegra.

ROTINA PREVENTIVA

# Nutrição, bem-estar e beleza

De acordo com Tinelli, da TheraSkin®, o Klaviê® Clinical Creme Hidratante age na restauração da barreira cutânea e mantém o pH fisiológico da pele, além de ter ingredientes com propriedades anti-pruriginosas (reduz a coceira), anti-inflamatórias e anti-histamínicas. “Sua eficácia foi comprovada com estudos clínicos e é testado por dermatologistas e avaliado por pediatras, o que permite o uso em bebês e crianças. É hipoalergênico, livre de conservantes, fragrâncias e corantes”, relata.

Já o Klaviê® Clinical Loção Hidratante (190 e 390mL), segundo ele, atua como restaurador da barreira cutânea, mantendo o pH fisiológico da pele. Conta com ingredientes ativos SymRepair® e SymCalmin®, que conferem ação anti-pruriginosa e anti-inflamatória, aliviando coceiras e pruridos, e também colaboram com o reparo da barreira cutânea. É indicado para peles secas, sensíveis e sensibilizadas e pode ser usado por adultos e crianças.

Outro produto da linha destacado por Tinelli é o Klaviê® Clinical Sabonete Líquido (150mL) é SYNDET, ou seja, não possui sabão em sua composição, o que é ótimo para peles sensibilizadas e especiais. É rico em agentes que preservam a barreira cutânea e ideal para aplicação na pele seca, sensível ou irritada, pois ajuda a manter o pH fisiológico, limpando sem agredir.

Ao observar as demandas das pessoas com dermatite atópica e pacientes em tratamentos oncológicos, a TheraSkin® também pensou em um novo modelo do creme. “Identificamos que pacientes com sensibilidade ou lesões nas mãos, por exemplo, têm dificuldade para apertar pumps ou bisnagas. Por isso, lançamos um formato do Klaviê® Clinical, que ajuda essas pessoas com necessidades específicas a manter a hidratação, tão necessária da pele, sem sofrimento. A embalagem é econômica e prática. Sua tampa flip é segura e oferece uma boa vedação do produto”, explica Tinelli.

## Ponto de partida

A atenção à pele começa logo após o nascimento

Alguns cuidados específicos são importantes para atender as características e as necessidades de cada faixa etária. A pele dos pequenos pode ser até 60% mais fina que a dos adultos, portanto, extremamente frágil. Então, logo após o nascimento, é mais indicado o uso de sabonetes de detergência suave e pH neutro.

Um problema comum, nessa fase, são as assaduras. Produtos como o Cetrilan, da TheraSkin®, podem ajudar como uma camada protetora.

É fundamental também escolher produtos indicados para crianças, em suas diferentes fases, como o sabonete infantil. Nesse caso, os líquidos são mais adequados, já que a versão em barra tende a ser mais ácida, o que pode irritar a pele.

A pele das crianças maiores não é tão delicada quanto a dos bebês, mas, via de regra, os cuidados são os mesmos: usar produtos infantis, evitar exposição ao sol nos horários de maior incidência, das 10h às 16h, usar vestimentas leves.

Como sabemos, principalmente o melanoma, está associado a queimaduras solares na infância, portanto, a proteção contra os raios ultravioleta (UV) solares é fundamental. A Sociedade Brasileira de Pediatria informa que os protetores solares infantis podem ser utilizados após os seis meses de vida, por exemplo. Antes, o ideal é evitar a exposição ao sol. Esses filtros específicos têm menos componentes químicos que os produtos feitos para os adultos, e a recomendação é usar o Fator de Proteção 30 ou superior, devendo ser reaplicado a cada 3 horas.

Outro ponto de atenção está no ressecamento da pele das crianças. Quando não tratada, pode levar a quadros de alergias. Por isso, é preciso escolher sabonetes que não agredam a pele dos pequenos, além de orientá-los a tomar banhos curtos, com água morna e a não esfregar a pele.

A hidratação pós-banho também é imprescindível, uma vez que a pele absorve melhor o creme quando está úmida. Um dos produtos à disposição dos brasileiros é o hidratante corporal Infantil Galderma Proderm Emulsão 120ml.

De tão comum na adolescência, a acne se tornou um símbolo dessa fase da vida. Ela acomete cerca de 80% dos adolescentes, entre os 11 e 20 anos de idade. Embora, na maioria dos casos, seja consequência da adaptação do organismo aos hormônios da puberdade, alguns fatores externos podem influenciar sua evolução: o uso de anticoncepcionais pelas meninas, o excesso de exposição ao sol, hábitos alimentares inadequados, a manipulação das lesões e a falta de cuidados locais adequados à pele acneica.

“A pele acneica se caracteriza pelo aumento da secreção sebácea, que é a oleosidade, a lesão primária da acne é o cravo, tanto o cravo preto quanto o branco, que nós, dermatologistas, chamamos de comedão. Dessa lesão, derivam todas as outras que conhecemos, como as espinhas”, explica a dermatologista Dra. Flávia Addor, no podcast *INOVAÇÃO* Abihpec especial sobre o assunto.

Ela ressalta, no conteúdo desse podcast, que é possível reduzir a formação de cravos e ainda ajudar a diminuir a inflamação típica das espinhas. “Os cuidados são fáceis de realizar, dispomos de produtos cosméticos que removem a oleosidade excessiva da pele sem ressecá-la, também é importante não manipular a acne, o famoso cutucar, pois isso pode piorar a



MitaStockImages

inflamação e dificultar o processo de cicatrização”, diz.

Quem sofre com acne, precisa realizar uma higiene adequada no local e usar um protetor solar que seja compatível com a pele oleosa. De acordo com a doutora, nas formas mais leves, consegue-se reduzir o aparecimento de lesões com produtos que contenham alguns tipos de ácido permitidos em cosméticos, esses produtos utilizados de acordo com a orientação do fabricante podem controlar o aparecimento dos cravos e espinhas e melhorar a oleosidade.

A doutora reforça ainda que máscaras, tônicos e esfoliantes podem ser úteis na redução da oleosidade e no controle de formas mais brandas do problema. “Nas formas mais graves, o dermatologista pode lançar mão de alguns medicamentos. Em alguns casos, esses cuidados cosméticos são suficientes para o controle do quadro até que haja uma melhora natural, que ocorre em torno dos 25 anos para a maioria das pessoas”, orienta Flávia.

Ela recomenda que, em caso de dúvidas, para saber se a abordagem cosmética é suficiente ou não, o ideal é buscar um dermatologista.

## CONSCIENTIZAÇÃO

# Pele sensível: entenda como tratá-la com carinho

Cuidar de maneira correta evita que a situação piore e ajuda na melhora do quadro

**A**té 2011, cerca de 66 milhões de brasileiros foram diagnosticados com pele sensível. O número representa 34% da população do país até aquele ano, e foi revelado em um estudo encomendado e realizado pelo instituto independente **CSA Santé**, com homens e mulheres acima de 20 anos.

Mas a pele sensível não é uma característica restrita à população brasileira. Dados da Biblioteca Nacional de Medicina do Instituto Norte-Americano de Saúde mostraram que, em 2019, cerca de 50% das mulheres afirmavam ter pele sensível nos EUA. Dois anos antes, na Coreia do Sul, um estudo do Mintel Global New Products Database revelou que, entre os meses de janeiro e outubro de 2017, do total de cosméticos lançados no país, 23% foram desenvolvidos especificamente para peles sensíveis – um salto considerável em comparação a 2014, que teve 11% em lançamentos dermocosméticos para este tipo de pele.

Com múltiplas características, podendo inclusive fazer parte de diferentes quadros dermatológicos, a pele sensível compreende aspectos próprios. “São tipos de pele que têm restrições de uso de determinados produtos, pele facilmente irritável, com episódios de vermelhidão, entre outras lesões”, explica a Dra. Selma Helene, médica dermatologista do **Hospital Albert Einstein**.

De acordo com publicação recente da **Sociedade Brasileira de Dermatologia - Regional de São Paulo**, são sugeridos às pessoas com peles sensíveis produtos testados em peles sensibilizadas ou intolerantes, além de evitar cosméticos com numerosos ativos e ingredientes no mesmo produto. E, se possível, evitar dermocosméticos com conservantes, álcool, essências, fragrâncias e pigmentos.

Apesar dos cuidados básicos merecerem atenção, o diagnóstico com indicação de tratamento é importante que seja realizado em consultório médico, com especialista da área, já que “o tratamento, incluindo procedimentos e produtos a serem utilizados, vai depender de cada caso, e o dermatologista saberá diferenciar e propor o mais adequado para cada paciente individualmente”, reforça a especialista.

Vale ressaltar ainda que o diagnóstico de pele sensível pode aparecer da infância à velhice. A mesma publicação da Sociedade Brasileira de Dermatologia pondera, no texto, fatores como os ambientais (mudanças bruscas de temperatura, exposição solar



Dmyrto\_Z

em excesso, vento ou ar muito seco e poluição); uso incorreto e até exagerado de determinados procedimentos e produtos estéticos; alterações vasculares decorrentes de consumo como café, álcool e até temperos apimentados; alterações hormonais; e as próprias doenças dermatológicas específicas, como a

dermatite atópica, a dermatite seborreica e a rosácea.

## ROSÁCEA É PARA LEVAR A SÉRIO

Caracterizada como pele sensível, a rosácea é uma doença inflamatória crônica, que pode acometer crianças e adultos – estes com uma prevalência de aproximadamente 5,5%.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD), há diferentes tipos de rosácea, sendo o Eritemato telangiectasia considerado o mais comum, provocando vermelhidão com vasos finos aparentes, além da sensação de ardência.

O tratamento, explica a dermatologista Dra. Selma Helene, “vai depender de qual tipo de rosácea o paciente tem, podendo começar com tópicos, medicação oral, tratamento para a sensibilidade aumentada da pele e, em alguns casos, o laser pode ser associado”.

Apesar de alguns sintomas serem clássicos, como a sensação abrupta de vermelhidão e calor na pele como se fosse um surto de vasodilatação, e até alterações oculares, como irritação, ressecamento e conjuntivite, a médica alerta para a importância de buscar um especialista ao

notar alterações na pele, já que “há casos com lesões na face muito parecidos com rosácea, e que não fecham os critérios para a doença”.

Para a SBD, existe uma predisposição individual à doença inflamatória, mais comum em brancos e descendentes de europeus. Fatores psicológicos, como o estresse também contribuem.

## Herpes zoster: vacinação como prevenção

**C**onhecido popularmente como cobreiro, o herpes zoster é causado pela reativação do vírus varicela zoster, o mesmo que causa a catapora. Embora acometa crianças com menos de 10 anos, muitos adultos são portadores do vírus, dormente no sistema nervoso, e que pode ser reativado com o avanço da idade. De acordo com a farmacêutica multinacional britânica **GSK**, uma vez adquirido, o vírus varicela zoster permanece latente nos gânglios nervosos da pessoa por toda a vida, podendo ser reativado em algum momento de queda de imunidade – seja por alguma doença ou pelo avanço da idade. “Um mesmo vírus causa duas doenças totalmente diferentes”, explica o médico infectologista **Jessé Reis Alves**, gerente da área de vacinas da **GSK**.

A farmacêutica destaca que os principais sintomas do herpes zoster são as pequenas bolhas que se formam em apenas um lado do corpo, sendo comum aparecer nas costas, no tórax, na barriga ou na face, com sensação de queimadura, dor latejante, cortante ou penetrante, sendo que algumas feridas podem ser tão dolorosas a ponto de pacientes descreverem como “horrrível” e “extrema”.

Uma recente publicação da **Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)** mostrou que o herpes zoster pode estar relacionado com mudanças de humor, depressão e ansiedade. Já uma pesquisa conduzida pela **Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes)**, em Minas Gerais, revelou um crescimento de 35,4% nos casos de herpes zoster durante o primeiro ano da pandemia de Covid-19. Os motivos, apesar de ainda não terem sido inteiramente esclarecidos, são suspeitos de estarem associados ao aumento de casos de ansiedade, estresse, transtornos depressivos e baixa imunidade.

**A GSK alerta para a gravidade da doença, que, além de provocar bolhas com dores e uma irritação dolorosa na pele, ainda pode ocasionar a Neuralgia Pós-Herpética (NPH), uma condição dolorosa que pode durar meses, sendo a complicação mais comum do herpes zoster.**

O tratamento é realizado por meio de medicamentos e, inclusive, ser prevenido através da vacinação. E a farmacêutica sublinha a importância de pacientes sempre conversarem com médicos de confiança.



# HERPES ZOSTER

**SE VOCÊ JÁ TEVE CATAPORA, O VÍRUS QUE CAUSA O HERPES ZOSTER JÁ ESTÁ DENTRO DE VOCÊ.<sup>1</sup>**

O HERPES ZOSTER CAUSA PEQUENAS BOLHAS EM QUALQUER PARTE DO CORPO E DORES AGUDAS, DESCRITAS POR ALGUNS PACIENTES COMO UMA DOR SEMELHANTE A DE UM CHOQUE ELÉTRICO.<sup>1,2</sup>



**94,2%**

dos adultos brasileiros, acima dos 20 anos, já estão infectados com o vírus que causa o **HERPES ZOSTER**.<sup>3</sup>



**DOR HORRÍVEL E EXTREMA**

Em alguns casos a dor do **HERPES ZOSTER** foi descrita como pior do que a dor do parto.<sup>4</sup>



**ESTIMA-SE QUE 1 EM CADA 3\***

desenvolverá a doença.<sup>1</sup>



**IMPREVISÍVEL**

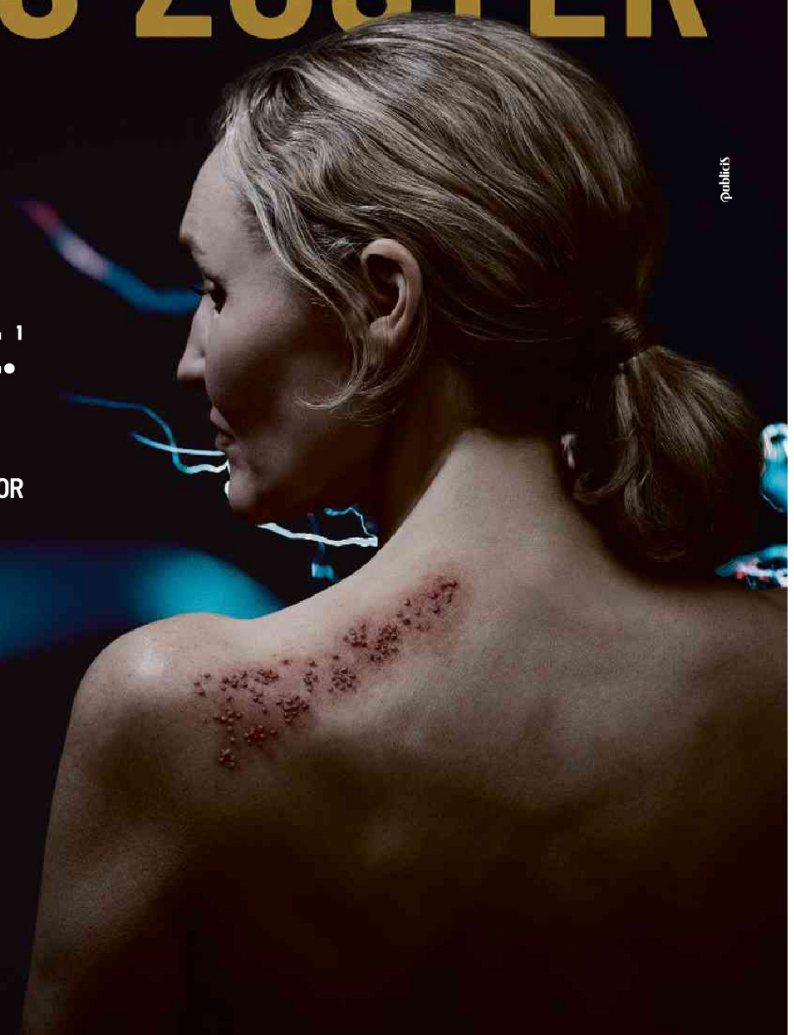
Você nunca sabe quando e quem será afetado pelo **HERPES ZOSTER**!

## 50 ANOS OU MAIS?\*

Você pode estar em risco aumentado para a doença. O HERPES ZOSTER tem tratamento e pode ser prevenido através da vacinação! Fale com o seu médico.

REFERÊNCIAS: 1. CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. Prevention of herpes zoster: recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP). *MMWR*. 57 (RR-5): 1-30, 2008.  
2. YAMAI, B.; SILBER, D. The global epidemiology of herpes zoster. *Neurology*. 81 (10): 528-530, 2015.  
3. SOUZA, V.; PANUTTI, C.; REIS, A. Prevalência de anticorpos para o vírus da varicela-zoster em adultos jovens de diferentes regiões climáticas brasileiras. Disponível em: <https://www.scielo.br/rsbmt/aqZ0C55hF5zGfOPDxGLpLR/ftangrpt>  
4. KATZ, J.; HELZACK, R. Pain control in the perioperative period: measurement of pain. *Surg Clin North Am*, v. 78, n. 2, p. 231-52, 1999.

\*Dados referentes à população dos Estados Unidos: podem não ser representativos para a população global.



publicis

VOCÊ NÃO PRECISA  
**SENTIR NA PELE**  
ESSA DOR.

Saiba mais sobre o  
**HERPES ZOSTER** em  
[herpeszosterbr.com.br](http://herpeszosterbr.com.br)



MATERIAL DESTINADO AO PÚBLICO EM GERAL. POR FAVOR, CONSULTE SEU MÉDICO.

02000186-94-HERZ-01MAY-202003-10111889VZOSTZ

## INOVAÇÃO

# Inovar sempre!

Ciência e tecnologia a favor da pele não param de evoluir; medicina e opções de cuidados e tratamentos chegam a muito mais pessoas

Criação de tons de base e batons personalizados com base no *scan* do nosso rosto, sistemas que avaliam e tratam problemas do couro cabeludo de forma personalizada e um aplicador de maquiagem computadorizado portátil para pessoas com mobilidade limitada na mão e no braço. Não estamos falando de futuro, mas inovações que já foram pensadas – e até apresentadas –, mês passado, em um dos principais eventos de tecnologia do mundo, a Consumer Electronics Show (CES), nos Estados Unidos. Porém, nem é preciso carimbar o passaporte para acompanhar o avanço dos produtos, tratamentos e soluções para manter uma pele saudável.

O brasileiro está cada vez mais atento às inovações que estão nas prateleiras ou nas telas de e-commerce. Um interesse que se reflete, também, no tamanho do mercado: o Brasil é o 4º maior mercado consumidor de produtos de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos.

Ancorada na ciência e na tecnologia, a indústria de HPPC no Brasil avança a passos largos. De acordo com a agência de inteligência de mercado **Mintel**, somente na categoria de cuidados com a pele do rosto, em 2021, foram lançados 537 produtos. Se computarmos todas as categorias do setor de HPPC, o País ocupa a 2ª posição no ranking global de países que mais lançam produtos anualmente.

Como resultado, os consumidores brasileiros dispõem de portfólios completos, com uma grande diversificação de produtos, características e atributos bastante competitivos como o uso de ingredientes vindos da nossa biodiversidade. Além disso, já são realidade no mercado nacional, produtos concentrados que oferecem mais rendimento, sólidos (em barras) – que trazem uma proposta de redução do consumo de água em seu processo produtivo, versões de produtos em pó, espumas, opções inovadoras e alinhadas à demanda dos consumidores, em várias categorias de produtos sempre seguros, eficazes e regularizados junto à **Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA)**.

Também vêm ganhando espaço os cosméticos veganos, atendendo a uma crescente busca de consumidores, por produtos sem ingredientes de origem animal.

Segundo a ABIHPEC, a relevância do mercado brasileiro de HPPC é tão grande e o DNA inovador tão forte que, não são poucas as empresas líderes em suas categorias – como pele, cabelos, proteção solar, etc. – que possuem no Brasil centros de desenvolvimento e tecnologia. Alguns, inclusive, atendendo às demandas por inovação de toda a América Latina, como um *hub* de serviços de inovação, e P&D.

A **TheraSkin®**, por exemplo, utilizou a Inteligência Artificial para suporte da equipe de pesquisa no desenvolvimento do Euryale® C, vitamina C com formulação única. “Os pesquisadores da companhia utilizaram uma

plataforma que auxiliou na consulta a *papers* científicos, permitindo estudar a fórmula que apresentaria os melhores resultados na pele”, diz Márcio Tinelli, gerente de marketing da empresa. Entre as vantagens, a TheraSkin® afirma que foi possível mapear, acessar e interpretar informações científicas em um tempo muito menor que o habitual, pois em questão de minutos os pesquisadores processaram uma enorme quantidade de dados.

Outro diferencial da nova vitamina C, explica a companhia, é que o produto pode ser utilizado em todos os tipos de pele, inclusive as mais sensíveis, oleosas e com tendência à acne. Além do rosto, também é indicado para uso diário no colo e no pescoço.

## TECNOLOGIA E ACESSIBILIDADE

Paulo Barbosa, coordenador do Departamento de Laser da Sociedade Brasileira de Dermatologia, menciona também o avanço na área de imagens, em conexão com novas pesquisas e desenvolvimento na dermatologia. “O diagnóstico por imagem tem sido revolucionado. Há equipamentos como *FotoFinder*, *Vectra*, que permitem avaliações incríveis da pele, subcutâneas”, diz. Ele ressalta que o armazenamento e envio das imagens para qualquer parte do mundo também colabora muito para a saúde dos pacientes.

Há outras inovações, segundo o coordenador, que têm levado assistência a muitos brasileiros no interior – já que, algumas regiões distantes, carecem de médicos dermatologistas. “O algoritmo de reconhecimento de imagens pode ajudar e, em alguns casos, até substituir o próprio médico. A escassez no interior, que se dá no mundo todo, faz a telemedicina avançar, no diagnóstico a distância”, comenta.

Especificamente sobre os lasers, os avanços não param. “Antigamente, os indivíduos com fototipo alto, na pele negra, não podiam fazer com o risco de pigmentar. Hoje, temos laser com cromóforos diversos que nos permitem tratar desde a pele 1 ao fototipo 5. Temos lasers específicos para cada tipo de pele”, conta.



alexrath

## PELE ARTIFICIAL BIOIMPRESSA E CÓRNEA RECONSTRUÍDA: CIÊNCIA, TECNOLOGIA E NEGÓCIOS JUNTOS

De acordo com a Agência FAPESP, a pele artificial bioimpressa já pode ser usada em testes alternativos de cosméticos, que não envolvam animais. Por ser muito recente, faltavam testes para comparar o seu desempenho com o do modelo tradicional, produzido manualmente. Agora, os resultados do estudo conduzido por pesquisadores da **Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo (FCF-USP)**, apoiado pela fundação, e com financiamento da **Natura**, confirmaram a similaridade de desempenho.

“O fato de chamarmos o modelo de ‘pele artificial’ pode dar a ideia de que seja algo sintético, quando, na verdade, é um tecido humano, extremamente semelhante à pele natural. Por isso, se presta tão bem a testes de segurança e eficácia de compostos bioativos”, explica Silvy Stuchi Maria-Engler, professora titular do Departamento de Análises Clínicas e Toxicológicas da FCF-USP.

Esse tipo de pele artificial produzida por bioengenharia tem se tornado uma plataforma cada vez mais relevante e confiável para avaliar a segurança e a eficácia de medicamentos e cosméticos, uma vez que, além de substituir o uso de animais, pode ser obtida em larga escala.

Além da pele artificial, a **Episkin**, empresa do **Grupo L'Oréal**, já lançou no Brasil um modelo de córneas reconstruídas para usar em testes de irritação ocular em diversos produtos. Com forte investimento no desenvolvimento de métodos alternativos aos testes de animais, a empresa trouxe a solução – que poderá ser usada em laboratório para verificar se novos produtos causam irritação nos olhos, descartando a necessidade de usar animais nos testes.

Brasil ocupa a 2ª posição no ranking global de países que mais lançam produtos de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos anualmente



## PELE NEGRA

# Como manter a pele negra bem protegida e ainda mais bonita

Mesmo com a alta quantidade de melanina, a população negra não pode prescindir do protetor solar, entre outros cuidados

Para cada tipo de pele, há um produto específico e um cuidado ideal. Quando falamos da pele negra, por exemplo, é essencial observar as diferenças com a pele branca, e sepultar de vez a falsa ideia de ser mais resistente. No país em que 56,1% da população se autodeclara preta ou parda, segundo o **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE)**, essa é uma pauta de primeira ordem.

De acordo com Flávia Addor, dermatologista, pesquisadora clínica há 25 anos no **Grupo Medcin**, membro do Conselho Deliberativo da **Sociedade Brasileira de Dermatologia** e do Conselho Científico-Tecnológico da **ABIHPEC**, a principal diferença está no teor de melanina, o pigmento

que dá cor à pele. “A melanina mais escura tem uma capacidade protetora maior. Em contrapartida, essa maior produção pode dificultar a síntese da vitamina D, razão pela qual essa população está mais sujeita a carência dessa vitamina”, alerta.

Diferentemente do que muita gente pensa, apesar da alta quantidade de melanina, o uso do protetor solar é essencial para a prevenção de manchas e doenças, como o câncer de pele. “É imprescindível. A pele negra pode ter uma proteção natural conferida pela melanina, entretanto, embora menos comuns, os tumores de pele podem surgir”, explica.

A melanina existente em peles com tons mais escuros absorve e dispersa a energia ultravioleta, concedendo muito mais tolerância à exposição solar. Isso permite, quase sempre, um bronzeamento sem queimaduras. Porém, tons de pele mais escuros ainda podem desenvolver



kazzakova

queimaduras solares em algumas situações, como diante de altíssima exposição ao sol e do uso de medicamentos e tratamentos que tornam a pele mais sensível ao sol.

De acordo com a médica dermatologista Patrícia Friço, por manchar com mais facilidade, a pele das pessoas negras exige cuidado especial com os procedimentos escolhidos, pois há um risco grande de pigmentação, cicatriz, quelóide. A melanina, por exemplo, atrai a ação do laser. Nas pessoas pretas e pardas, o aparelho de depilação a laser que não trata peles negras não consegue distinguir a melanina da pele e do pelo, podendo causar queimaduras. Por outro lado, é

uma pele que demora mais para envelhecer devido à proteção natural e a uma boa produção de colágeno.

Uma outra grande preocupação das pessoas de pele negra, que merece atenção, é com a foliculite – uma inflamação do folículo piloso — estrutura onde os pelos do corpo nascem e crescem. Há desde casos mais leves a outros que exigem cirurgia. Entre os sintomas, estão dor, inchaço e coceira. Segundo dados do artigo *Dermatologia na pele negra*, de Maurício Alchome e

Marilda Morgado (Unifesp), a inflamação chega a atingir até 83% dos homens negros, na barba.

Outra característica, segundo a Dra. Flávia Addor, é a maior tendência de atividade das glândulas sebáceas, facilitando o aparecimento de acne e manchas. Além disso, essa parcela da população tem uma tendência maior a alergias, alopecia (relacionada à queda de cabelo) e vasinhos nas pernas. Sobre a oleosidade, os consumidores negros devem buscar produtos com textura mais pesada e oleosa.

No verão, os cuidados com a pele negra devem incluir ainda o uso de hidratante específico para rosto e corpo (antes do protetor solar) e esfoliação semanal ou quinzenal.

## Diversidade em produtos

Em meio aos debates sobre equidade racial nos diversos aspectos da sociedade, os brasileiros acompanham movimentos no mercado para valorizar a pluralidade racial, com produtos específicos para a diversidade em todas as suas abordagens, como a racial, de gênero, etnia, entre outras. Com 56,1% da população negra, é importante dar continuidade ao movimento que a indústria cosmética vem realizando, sobre as necessidades desses consumidores.

Atualmente, diversas fabricantes ampliaram suas linhas de maquiagem para tornarem-se mais inclusivas, com lançamentos de itens focados no público negro, tanto na categoria de hidratantes corporais quanto no vasto cardápio de produtos capilares como xampus, cremes de tratamento, finalizadores, entre outros.

De acordo com o estudo *Afroconsumo: O protagonismo preto no consumo brasileiro*, divulgado no ano passado pela consultoria **NielsenIQ**, sobre produtos específicos para o consumidor negro, o grupo entrevistado disse ter mais produtos do ramo de cuidados pessoais (62,80%),

em comparação com saúde (28,50%) e educação (17,63%), o que sinaliza a necessidade de que esse movimento siga acontecendo de maneira contínua.

A dermatologista Flávia Addor comenta que o avanço é indiscutível, mas ainda há muito para se estudar com relação às particularidades da pele negra e suas necessidades em outros produtos de *skin care*. “O Brasil pode atuar como protagonista nesse campo”, analisa.

O protetor solar é o grande aliado nos cuidados diários. As loções com cor garantem proteção extra, já que a barreira de cor protege não só contra os raios UVA e UVB, mas também contra a luz visível (muito presente em nossas rotinas, como nos celulares, lâmpadas e telas de computador), uma das grandes responsáveis pelo escurecimento do melasma.

A **Dandara Black**, exclusiva para pele escura, trouxe ao mercado uma linha premium de *skin care* para homens e mulheres, focada na redução da oleosidade, mas que também auxilia no tratamento da acne e no clareamento das manchas.

Outra que também desenvolveu uma linha – lançada recentemente – para a redução de marcas escurecidas,

uniformização, proteção, controle da oleosidade, efeito mate (acabamento opaco e mais seco) e hidratação da pele negra, foi a **Nivea**.

Já no quesito cabelos, a **Johnson & Johnson** acaba de lançar o seu primeiro xampu infantil para cabelos de crianças negras. A linha “Blackinho Poderoso” é resultado da parceria da marca com o **Estúdio Nina**, uma empresa de pesquisa de mercado focada no entendimento das necessidades da população negra.

Muitas outras marcas também dispõem de produtos aderentes à pele negra: o sérum multifuncional **Klassis®** *Speciale*, da **TheraSkin®**, é um deles. É indicado para todos os tipos de pele, inclusive as mais sensíveis, além de ser ideal para axilas e virilhas. Por sua vez, **Cetaphil**, da **Galderma**, oferece um leque amplo de produtos diários para cuidados com a pele, desde produtos de limpeza e hidratantes até produtos e soluções para condições específicas da pele.

Quando o assunto é maquiagem, as mulheres negras no Brasil buscam cada vez mais opções. Um estudo do **Google**, chamado *Pele Negra*, mostrou que houve um crescimento superior a 60% nas buscas por esse tipo de maquiagem, entre janeiro a agosto de 2020 sobre igual período de 2019. Nesse mesmo material, o Google indica 10 vezes mais buscas por maquiagem para pele negra quando comparadas às buscas por cuidados com a pele negra.

**Afroconsumo:** pesquisa Nielsen revela que 62,80% da comunidade negra acredita que o ramo de cuidados pessoais oferece mais opções de produtos, se comparado com saúde e educação

## MAQUIAGEM SEGURA

# Como escolher e cuidar da maquiagem?

Comprar, armazenar e usar itens como batons, base, sombras, entre outros, pedem alguns cuidados essenciais

**A**duas semanas do Carnaval, milhares de brasileiros investem em itens de maquiagem para buscar aquele complemento diferente no visual. Porém, o que é só cor, brilho e fantasia, pode se transformar em problema, quando se descuida na escolha dos produtos, da forma correta de usá-los e armazená-los. “É sempre importante considerar a qualidade dos itens, se são dermatologicamente testados, a legitimidade e reputação do fabricante, o prazo de validade do produto e sua aderência ao tipo de pele, assim como em qualquer outro mês do ano”, diz a maquiadora e educadora em Maquiagem da Casa 1, Juliana Zaroni.

A legislação brasileira, por exemplo, tem uma lista restritiva, que regulamenta a concentração máxima das substâncias usadas na fabricação dos produtos e as advertências obrigatórias nos rótulos. Também relaciona quais são as substâncias proibidas em cosméticos, assim como os requisitos específicos para produtos dedicados às crianças. Fica o alerta: use sempre produtos regularizados junto à **Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA)**. Itens ilegais, como maquiagens piratas que imitam grandes marcas, nunca devem ser consumidas, pois podem colocar a saúde em risco.

A **Associação Brasileira da Indústria de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos (ABIHPEC)** mantém o apoio contínuo a ações para o combate ao mercado ilegal e atua há 12 anos em parceria com o Fórum Nacional contra a Pirataria e a Ilegalidade (FNCP), promovendo o combate às práticas ilícitas de fabricação e comercialização.

Além de iniciativas em conjunto com o FNCP, a ABIHPEC e seus associados também atuam no combate ao comércio ilegal em iniciativas conjuntas com *marketplaces*, como **Mercado Livre** e **OLX**. Alguns membros do Comitê de Proteção às Marcas da entidade já aderiram ao Programa Brand Protection, criado pela plataforma Mercado Livre, cuja finalidade é combater o mercado ilícito de produtos de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos

Por outro, quando utilizada corretamente, com produtos regularizados que oferecem



mike\_laptev

segurança e qualidade e, dentro das orientações exigidas, a maquiagem pode contribuir para uma pele saudável. Muitos itens, por exemplo, são formulados com filtro solar em sua composição, ajudando na proteção solar, prevenindo alterações de cor e o envelhecimento precoce da pele.

## E A MAKE DO DIA A DIA?

“Não basta fazer uma maquiagem incrível sem investir em cuidados diários. O mais importante é utilizar protetor solar e hidratar bem a pele, o que inclui tomar água”, diz Zaroni. Vale lembrar que essa preparação é essencial também para manter a pele maquiada por mais tempo, inclusive no verão.

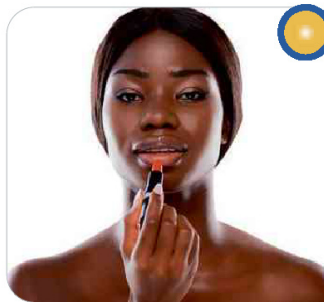
“Precisa limpar muito bem a pele, tonificar e hidratar. Sempre lembrando que cada tipo de pele requer cuidados específicos e produtos que atendam às suas necessidades”, complementa. Na hora de aplicar a maquiagem, conta a profissional, é fundamental entender que as pessoas com pele oleosa devem procurar produtos com base *oil-free* (livres de óleo) e as com pele seca, produtos mais cremosos.

Para se ter uma ideia, no caso das noivas, Juliana revela que o cuidado prévio é determinante para o grande dia. “Nesses casos, eu faço uma análise da pele da cliente até dois meses antes, para orientar sobre os cuidados necessários e, assim, garantir uma *make* maravilhosa no dia”, relatou.

Outra regra básica para quem usa maquiagem, é a sua remoção após o uso. Isso porque ela acaba acumulando suor, sujeiras e poluição. Dessa forma, dormir sem retirar a maquiagem faz com que os poros fiquem entupidos, impedindo que a pele respire corretamente, podendo causar acnes e cravos. Por isso, é fundamental fazer a retirada com um lenço umedecido, demaquilante conforme o tipo de pele, lavar o rosto com água fria e hidratar.

## COMO PREPARAR A PELE PARA RECEBER A MAQUIAGEM?

Remova as impurezas. Os higienizadores são essenciais nessa primeira etapa para remover os resíduos da poluição, além de ajudar a diminuir a oleosidade, evitando o surgimento de cravos e espinhas. Por isso, escolha sabonetes específicos para o rosto, já que a região costuma ser mais delicada que as demais partes do corpo. O Sabonete Theracne® e Theracne® Gel Esfoliante Facial são boas opções. O primeiro promove uma limpeza suave, sem agredir a pele. A versão em gel oferece uma esfoliação multifuncional: estimula a renovação celular, removendo e prevenindo cravos e suavizando a pele, complementando os cuidados rotineiros e necessários com a limpeza da pele oleosa e acneica.



IgorVetushko

■ Tonifique a sua pele. Após a limpeza facial, é a hora da tonificação, cuja função principal é o de equilibrar o pH da pele. Escolha um produto de acordo com a sua necessidade. O tônico ajuda a fechar os poros, dando um aspecto mais saudável para a pele.

■ Hidratação e protetor solar. Esses são itens fundamentais que vão proteger e evitar o efeito craquelado.

■ Primer. Esse é um produto multibenefícios: fecha os poros, controla a oleosidade e a textura da pele. Com versões para o rosto, olhos e boca, é um ótimo aliado de quem precisa manter a maquiagem por muitas horas.

■ Finalização. Após a maquiagem pronta, pele bem-feita e olhos bem executados, a finalização fica por conta do batom e iluminador, que trazem o *glow* e aspecto de pele saudável para a maquiagem.

## OPÇÕES NÃO FALTAM PARA AS ROTINAS DE MAQUIAGEM

Para as pessoas que têm um dia a dia corrido, mas não abrem mão de uma maquiagem leve e do *skin care*, não faltam opções. Como o protetor solar com cor, uma boa aposta, protegendo dos raios UVA e UVB ao mesmo tempo em que uniformiza o tom

da pele, e atua como base, cobrindo manchas e imperfeições no rosto. “O protetor solar com cor é um aperfeiçoamento de matérias-primas e formulações que trazem, além de praticidade e, uma maior adesão a um produto imprescindível no tratamento do melasma, por exemplo, diz a dermatologista Flávia Addor, membro do Conselho Científico-Tecnológico da Associação Brasileira da Indústria de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos (ABIHPEC). Há opções no mercado que entregam benefícios como reposição de ácido hialurônico, síntese de colágeno, hidratação profunda, redução de linhas invisíveis, entre outros.

Já para os indivíduos que apresentam acne, a recomendação é usar produtos que não sejam comedogênicos (que têm maior possibilidades de obstruir os poros) e sejam livres de óleo. A maquiagem pode estar associada a alguma substância que corrige, ao mesmo tempo em que trata a acne, como substâncias secativas: ácido salicílico, entre outros. Fora isso, apesar de não haver contraindicação para o uso de maquiagem, é importante haver um tratamento adequado, acompanhado por um profissional. Limpeza correta pela manhã e noite, com o uso de produtos adequados para a pele acneica.

## O PODER DA MAQUIAGEM NA MELHORA DA AUTOESTIMA

A maquiagem vai além de deixar as pessoas mais bonitas, tem um importante papel em fazê-las se sentir bem consigo mesmas. Imagina esse efeito em pacientes que fazem tratamento oncológico, que, muitas vezes, têm de lidar com os desafiantes efeitos do tratamento. Quem participa de uma oficina do projeto “De Bem com Você – a Beleza contra o câncer” tem uma prova impressionante do poder da maquiagem como uma grande aliada na melhora da autoestima e do bem-estar.

A iniciativa do Instituto ABIHPEC – braço social da Associação Brasileira da Indústria de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos – consiste em reunir mulheres em tratamento oncológico, sendo a maioria pacientes atendidas pelo Sistema Único de Saúde (SUS), para ensinar técnicas de automaquiagem por meio de oficinas realizadas virtualmente ou presencialmente, em instituições de saúde por todo o Brasil.

Além das empresas patrocinadoras que doam produtos para montar os kits que cada participante recebe, as oficinas “De Bem com Você – a Beleza contra o câncer” contam com o apoio das instituições de saúde parceiras e dos maquiadores e assistentes que realizam esse trabalho de forma voluntária.

CABELO

# Seu cabelo com muito mais vida

O que fazer quando o cabelo cai, não cresce, é fino demais e o melhor jeito de tratá-lo

Considerado um dos principais atributos físicos, o cabelo tem um relevante impacto na autoestima de homens e mulheres, influenciando até mesmo nas relações e atuações psicossociais. Não à toa, uma recente pesquisa da **International Society of Hair Restoration Surgery (ISHRS)**, associação médica global e autoridade em tratamento de queda de cabelo, concluiu que, cerca de 75% dos homens com perda capilar sentem-se menos confiantes.

Em outro estudo, realizado em 2018 por uma grande marca de xampus, com brasileiras de 18 a 35 anos, 85% declararam acreditar que o cabelo influencia na autoestima. Por isso, o cuidado com os cabelos vem conquistando cada vez mais espaço em pautas, debates e campanhas de conscientização, tanto no âmbito estético quanto no da saúde e da autoestima.

Embora a cor, o tamanho e o estilo das madeixas sejam pontos valiosos entre homens e mulheres, quando o assunto é estética capilar, é justamente a queda de cabelo o principal ponto de atenção, especialmente, quando a alopecia – popularmente conhecida como calvície –, é uma condição genética.

O tema, inclusive, ecoa como um alerta por parte de médicos especialistas sobre os riscos aos pacientes que se submetem a técnicas e tratamentos praticados por profissionais não licenciados. Em sua campanha de conscientização, a ISHRS reforça que procedimentos específicos, até cirurgias de transplante capilar, realizados por profissionais que não sejam licenciados, colocam pacientes em risco de diagnóstico errado, cirurgias desnecessárias ou mal aconselhadas, além de resultados e consequências indesejadas.

No Brasil, de acordo com a **Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD)**, 42 milhões de brasileiros se queixam da queda de cabelo em algum grau, sendo que 80% dos homens após os 80 anos sofrem de calvície, e 30% das mulheres acima dos 50 anos também

podem apresentar alguma experiência com a queda dos fios de forma acentuada.

Os fatores são diversos. O químico Adelino Nakano, especialista em pesquisa e inovação na **L'Oréal Japão** e membro do Conselho Científico e Tecnológico da Associação da Indústria Brasileira de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosmético (ABIHPEC), explica que o principal é o fator genético, mas demais questões de saúde também podem influenciar. “Se existem familiares com tendência à queda de cabelo, principalmente, no caso de homens, será um grande fator de influência. Adicionalmente, também contam o estresse, as mudanças hormonais, a alimentação, os hábitos de vida, a idade e a condição de saúde de forma geral”, completa.

Os tipos mais comuns de calvície são a androgenética e a alopecia areata. A primeira é geneticamente determinada, geralmente iniciada ainda na adolescência, e o seu sintoma mais frequente é o afinamento dos fios. “Esta situação (de afinamento do cabelo) pode estar relacionada à diminuição da atividade metabólica do folículo piloso e as suas causas podem ser variadas, desde a genética, principal fator, até o estresse e demais condições de saúde”, explica Adelino.

Já a alopecia areata, conhecida popularmente como “pelada”, é caracterizada por perda de cabelo ou de pelos em áreas arredondadas ou ovais do couro cabeludo ou em outras partes do corpo, como, cílios, sobrancelhas e barba. Cerca de 2% da população é acometida, afetando homens e mulheres de diferentes etnias e faixas etárias, embora em 60% dos casos, seus portadores tenham menos de 20 anos.

Adelino destaca ainda que, para casos em que se observa queda de cabelo acentuada, afinamento dos fios e dificuldade de crescimento, é imprescindível buscar um profissional especializado. “Existem vários tratamentos possíveis, desde adequação na rotina de cuidado e limpeza diária do couro cabeludo, até aqueles com prescrição de medicamentos tópicos, focados em tratar um problema dermatológico, ou até medicamentos de ingestão, direcionados para tratar questões sistêmicas. Todos têm objetivo

de estabilizar o metabolismo do couro e diminuir os fatores que estejam causando queda ou diminuição da espessura”.

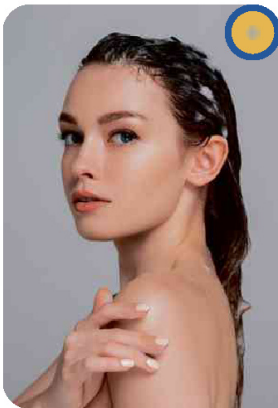
Marcados por ciclos, os cabelos passam por fases de crescimento, repouso e queda, sendo natural acontecer perda de 50 a 100 fios diariamente, sem ter risco de desenvolver calvície. A SBD destaca também que cerca de 90% dos cabelos estão na fase de crescimento, e depois de um curto período de repouso, em que para de crescer, o fio cai. No seu lugar, um novo fio entra na fase de crescimento – e este processo pode levar um ano e meio a dois anos.

Levando em consideração que o couro cabeludo seja saudável, Adelino Nakano recomenda uma rotina de limpeza regular do couro cabeludo com um xampu neutro a cada



uminastock

dois dias, massageando gentilmente com os dedos durante alguns minutos, e enxágue em água morna. Além disso, é bom lembrar que, para cada tipo de cabelo, há uma diversidade de produtos no mercado, desde as linhas profissionais até as que oferecem cuidados e tratamentos *home care*.



IgorVetushko

## Diversidade brasileira

Baseada na diversidade brasileira e acompanhando as transformações na sociedade, a indústria de HPPC vem desenvolvendo cada vez mais produtos para os mais diferentes tipos de cabelo

A pluralidade da população brasileira imprime formatos e espessuras diferentes aos cabelos de homens e mulheres, sendo que o ondulado representa 29% da população.

Esta classificação se encaixa dentro do sistema mundial *Andre Walker Hair Typing System*, e tem 4 tipos e 10 subtipos. O Brasil agrupa oito deles, sendo em ordem de predominância natural:

- tipo 3 (cabelo ondulado), ■ tipo 2 (cabelo levemente ondulado),
- tipo 1 (cabelo liso), ■ tipos 5 e 6 (cabelo encaracolado/ cabelo afro bem fino e crespo), ■ tipo 4 (levemente encaracolado)
- tipos 7 e 8 (cabelo afro).

Esse é um dos principais motivos de o mercado de produtos capilares ter tamanha importância no Brasil. A diversidade e a miscigenação do povo brasileiro fazem com que sejamos uma das mais ricas sociedades em termos de tipos de cabelos e um grande laboratório de inovação para produtos.

De acordo com dados do Caderno de Tendências da ABIHPEC (2019-2020), até alguns anos atrás, via-se no Brasil um interesse expressivo, por parte das mulheres, em procedimentos e manutenção de fios lisos, já que apenas 18% das brasileiras nascem com os fios naturalmente lisos, segundo pesquisa da **L'Oréal**. No entanto, as pautas de diversidade e inclusão, cada vez mais presentes nos debates sociais, digitais e até corporativos, vêm gerando um impacto importante para a autoimagem e autoestima, principalmente de mulheres que passaram a se reconhecer em suas origens, sendo a naturalidade do cabelo em relação à textura, cor e outras características, atributo de destaque.

À vista deste cenário, em 2017 a busca no **Google** por “cabelo cacheado” superou, pela primeira vez no país, a busca por “cabelo liso”. Depois, o buscador mostrou que o interesse por cabelo afro cresceu 309% entre 2018 e 2020.

O comportamento vem movimentando de forma contínua o mercado, que investe em tecnologias capazes de entregar produtos específicos para cada tipo de fio – desde pessoas que estão em transição capilar, até àquelas que buscam produtos para manutenção dos cabelos naturais.

UNHAS

# Elas quebram, racham, não crescem

Manter as unhas limpas, saudáveis e bem cuidadas pode prevenir uma série de problemas

Já notou que as unhas também envelhecem? É isso mesmo: com o passar do tempo, elas afinam, ficam mais frágeis, apresentam algumas estrias e podem até formar fissuras. Além disso, elas podem quebrar, rachar, não crescerem e exigir tratamentos conforme a maneira que cuidamos (ou descuidamos) delas. Vale acrescentar que existem tumores nesses locais – a maioria benignos –, e, quanto antes identificados, maiores as chances de cura.

As unhas que não crescem, quebradiças, esbranquiçadas e rachadas podem precisar de cuidados específicos para melhorar sua condição ou até indicar deficiências de minerais e vitaminas no organismo, como ferro, zinco, vitamina A, C e B12.

Outro problema comum são as micoses de unhas (onicomicose), que afetam milhões de pessoas e podem ser diagnosticadas e tratadas por um dermatologista. O processo infeccioso por fungos pode acontecer em diferentes ocasiões, seja no uso de calçados, quando colocamos os pés no banheiro (de casa, no clube, na academia e demais espaços). Porém, há pessoas com predisposição imunológica que favorecem a introdução dos fungos invadindo a pele e as unhas. Além disso, outras condições podem facilitar as micoses. “Se a unha lascou ou apresentar alguma alteração da forma das unhas, essas placas não conseguem se defender naturalmente, abrindo caminho para a micose aparecer”, acrescenta o Dr. Nilton Gioia di Chiacchio, no podcast Palavra de Dermato, da SBD.

É importante também se preocupar com a saúde das unhas, pois podem nos alertar de algum



taratata

distúrbio metabólico ou alguma doença sistêmica. Unhas finas e quebradiças podem sinalizar desde cuidados inadequados com as unhas até doenças sistêmicas (como hipotireoidismo, diabetes e insuficiência renal) e carências e deficiências nutricionais.

Segundo a Dra. Fabiane Brenner, dermatologista da Sociedade Brasileira de Dermatologia, deficiências nutricionais, alterações hormonais e doenças sistêmicas, além dos danos externos, podem interferir na qualidade da lâmina ungueal. “Alguns cuidados rotineiros podem contribuir para que elas cresçam normalmente”, diz.

Patrícia Fricó, médica especialista em dermatologia pela SBD e autora do livro *Pais Saudáveis = Filhos Saudáveis*, compartilha alguns cuidados básicos: “elas devem ser cortadas com tesoura ou aparadas com lixas de uso pessoal ou material

descartável. Fora isso, o ideal é não retirar as cutículas porque a sua função é a proteção da unha. Por fim, evitar roer as unhas. Esse é um hábito prejudicial, pois expõe as várias camadas de queratina das unhas de maneira irregular, deixando-as mais vulneráveis a traumatismo externos e infecções”, diz. A hidratação, segundo ela, também não deve ser deixada de lado, já que é uma das medidas fundamentais para a saúde dessa proteção formada principalmente por queratina.

Fazer as unhas já faz parte da rotina semanal das pessoas. Adotada por artistas como Harry Styles, Enzo Celulari e Xamã, por exemplo, a esmaltação vai rompendo barreiras e preconceitos, e se tornando um hábito dissociado de gêneros. Mas, seja quem for, o importante é manter sempre essas placas fortes. As unhas frágeis são queixas comuns no consultório dermatológico, na maioria das vezes, associadas a cuidados inadequados na rotina.

## Dicas de skincare para uma pele mais saudável e radiante

Quem não quer um rosto iluminado, com viço e relaxado em 2023? Além de renovar planos, é tempo de rever as práticas de autocuidado. Confira algumas dicas para cuidar mais de si!

### Pele luminosa?

Um dos maiores desejos é ter aquela pele com efeito glow. Além de soluções tópicas que podem ser utilizadas no dia a dia, como o sérum hidratante facial Cetaphil Optimal Hydration, há procedimentos estéticos pouco invasivos com o Restylane® Skinboosters™, ácido hialurônico injetável de textura mais leve que hidrata e devolve o brilho natural da pele.

Restylane® Skinboosters™ promove melhora na hidratação, elasticidade, maciez, luminosidade, suavidade e frescor, diminuindo a rugosidade<sup>1</sup>. Já o Sérum Hidratante Facial Cetaphil Optimal Hydration possui textura leve e de rápida absorção<sup>2</sup>, podendo ser aplicado diariamente.

### Estimular a produção de colágeno

A reposição de colágeno pode ser feita tanto de forma oral, como injetável. Segundo a dermatologista Dra. Natasha Crepaldi (CRM-MT 4695) “O colágeno,

assim como qualquer proteína que ingerimos, é degradado no trato gastrointestinal em aminoácidos. Sendo assim, não absorvemos o colágeno ingerido na sua integridade, apenas frações. Em casos de flacidez perceptível, e de acordo com a necessidade de cada pessoa, uma das melhores opções é seguir com aplicação de bioestimulador de colágeno, que age estimulando a própria pele a produzir mais dessa proteína que ajuda na sua firmeza e sustentação”.

Sculptra® é uma das opções. O bioestimulador de colágeno pode ser aplicado em algumas áreas faciais<sup>3</sup> e no corpo, como pescoço, colo, braços, abdômen, coxas, glúteos e joelhos<sup>4, 5</sup>, recuperando a firmeza da pele com resultados que podem durar até dois anos<sup>6</sup>.

### Limpeza, hidratação e protetor solar diariamente

Não importa o tipo de pele, esses três passos de skincare são fundamentais e devem ser realizados.

- Limpeza: Dermotivin tem a linha de sabonetes faciais ideal para cada tipo de pele, desde as secas até as mais oleosas e acneicas.

- Hidratação: Cetaphil oferece o Sérum Hidratante Facial 48h Cetaphil Optimal Hydration. Com textura leve, o produto melhora significativamente a luminosidade e textura da pele após o primeiro mês de uso<sup>7, 8</sup>.

- Proteção solar: dentre as opções, Cetaphil® Sun FPS 60 se destaca. Além de proteger a pele contra os raios UVA e UVB, previne o envelhecimento precoce.

Sculptra® e Restylane® Skinboosters™ são produtos utilizados em procedimentos estéticos injetáveis, que devem ser realizados por profissionais da saúde habilitados à prática. Importante sempre consultar um profissional da saúde para ajudar nas escolhas dos produtos e soluções ideais.

\*Avaliado por dermatologistas em 41 participantes, aplicação 2 vezes ao dia.

<sup>1</sup>Distante F, Pagani V and Bonfigli A. Stabilized Hyaluronic Acid of Non-animal Origin for Rejuvenating the Skin of the Upper Arm. *Dermatol Surg* 2009;35:389-394.

<sup>2</sup>RD.27.SPR.202356 - P1368 [Facial Serum - CL - 001554]

<sup>3</sup>Machado Filho CDS, Santos TC, Rodrigues APLJ, da Cunha MG. Ácido poli-L-láctico: um agente bioestimulador. *Surg Cosmet Dermatol*. 2013;5(4):345-50.

<sup>4</sup>Haddad A, Menezes A, Guarneri C, et al. Recommendations on the Use of Injectable Poly-L-Lactic Acid for Skin Laxity in Off-Face Areas. *J Drugs Dermatol*. 2019;18(9):929-935.

<sup>5</sup>Kollipara R, Hoss E, Boen M, Albhaddad M, Fahi SG. A Randomized, Split-Body, Placebo-Controlled Trial to Evaluate the Efficacy and Safety of Poly-L-lactic Acid for the Treatment of Upper Knee Skin Laxity. *Dermatol Surg*. 2020 Dec;46(12):1623-1627.

<sup>6</sup>Narins R, Baumann L, Brandt F et al. A randomized study of the efficacy and safety of Injectable poly-L-lactic acid versus human-based collagen implant in the treatment. *J Am Acad Dermatol*. 2010 Mar;62(3):448-62.

Conteúdo oferecido por:

Restylane

SCULPTRA®

GALDERMA

EST. 1981

Cetaphil® dermativin®