

## QUEM NUNCA SE INCOMODOU COM UM CRAVINHO OU UMA ESPINHA INDESEJADA NO ROSTO?

Acne é uma doença que prejudica a maioria das pessoas, principalmente na adolescência.

Em alguns casos, isso pode ser tão grave que faz com que o jovem não queira sair de casa, ou prefira perder aquela festa por que está com vergonha do seu rosto.

Mas é comum ver também muitos adultos dos dois sexos enfrentando esse tipo de problema.

Existem diversos tipos de pele e de tratamentos especializados. E ao contrário do que muitos pensam, nem toda pele oleosa tem que ter acne, apesar de ser uma pele propícia para esse tipo de doença.

As espinhas costumam aparecer na região T do rosto, onde está incluído a testa, o nariz e o queixo.

Por isso, em qualquer tipo de pele, se você não cuida, pode aparecer o cravo.

Muitas pessoas acreditam que é preciso tirar o cravo para não virar uma espinha. Mas o que pode acontecer é um cravo mal tirado inflamar e ficar marcado, ou demorar ainda mais para sair.

É importante evitar aquela tentação de espremer as espinhas, já que em aproximadamente uma semana ela vai desaparecer.

Usar secativo pode acelerar um pouco mais esse processo, mas tem que lembrar de tratar.

Para as mulheres, antes da menstruação, é normal que o número de espinhas aumente muito, nesse caso, a pílula pode controlar os hormônios e fazer com que reduza um pouco a quantidade de espinhas que aparece

no período da TPM.

Quem tem acne pode usar maquiagem, porém, é preciso lembrar de remover quando chegar em casa, já que dormir de maquiagem pode prejudicar muito a pele.

Segundo a dermatologista Dra Ellen Montenegro, "Dormir com maquiagem impede a ventilação na superfície da pele, o que pode causar alergia.

Se o produto for muito oleoso, ocorre um tipo de "máscara" que fecha a saída dos folículos e pode facilitar o aparecimento das espinhas.

Maquiagem vencida pode irritar ainda mais a pele, por isso, deve ir para o lixo"

A médica ainda afirma, " Em muitos casos, uma boa limpeza de pele ajuda muito. Mas é preciso procurar pessoas especializadas ou esteticistas treinados, que entendam bem do assunto".

Nos casos mais graves, em que a pessoa possui cravos, espinhas e cistos, é aconselhável o uso do Roucutan.

Ele ajuda a diminuir a produção de sebo e faz com que a pele seque após alguns meses, mas cuidado muito cuidado, é apenas para casos extremos (acne grau 4), pois o remedi apresenta graves efeitos colaterais.

*Dr. Wagner Montenegro, é Cirurgião Plástico, formado pela Universidade de Santo Amaro, Especialista em Cirurgia Geral pelo Conselho Federal de Medicina e Especialista em Cirurgia Plástica pelo Conselho Federal de Medicina. É membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica, da Sociedade Brasileira de Mastologia, da Sociedade Brasileira de Oftalmologia, da Sociedade Brasileira de Rinologia e Cirurgia Plástica da Face e membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Craniomaxilofacial.*

Fonte: Saúde na Internet

## MENINAS ESTÃO CHEGANDO À PUBERDADE MAIS CEDO



**Pesquisa afirma que alterações hormonais podem ocorrer a partir dos 7 anos**

**A**os poucos, a imagem de uma menina de sete anos carregando uma boneca para cima e para baixo está se esvaindo. As crianças se interessam menos por produtos dedicados aos pequenos e mudam as atitudes adequadas para a idade.

Além da mudança no gosto e no dia a dia das meninas, pesquisadores descobriram, por meio de um estudo nos Estados Unidos, que a alteração hormonal delas é tão grande que o corpo está demonstrando os reflexos. Segundo a avaliação científica, uma em cada quatro garotas negras e uma em cada 10 garotas brancas têm seios desenvolvidos até os sete anos. O estudo, publicado no periódico *Pediatrics* e liderado por uma equipe do hospital infantil de Cincinnati, foi baseado na avaliação de 1,2 mil meninas de idades de seis a oito anos.

Os pesquisadores descobriram que, aos sete anos, 23,4% das garotas negras, 14,9% das hispânicas e 10,4% das brancas tinham seios desenvolvidos. Um estudo similar completo em 1997 descobriu que a proporção de garotas brancas que tinham seios desenvolvidos era de 5% - metade do que é hoje. A proporção de garotas negras com essa característica também aumentou em relação à última década: de 15%

em 1997 para 23% hoje. Embora o crescimento dos seios esteja diretamente ligado à produção hormonal, novo estudo não avaliou a idade da primeira menstruação.

Obesidade seria uma das principais incentivadoras, porque alavanca a produção dos hormônios sexuais. Alguns cientistas também suspeitam que substâncias químicas do ambiente alteram os efeitos do estrogênio, mexendo no relógio da puberdade. Socialmente e emocionalmente, a vida pode ser difícil para aquelas com cabeça de criança e corpo de adulto e que não estão preparadas para lidar com situações como as cantadas dos homens e dos meninos ou lidar as emoções e impulsos produzidos pelos hormônios.

Sinais da vida adulta na infância ou na adolescência pode trazer baixa auto-estima e dúvidas sobre a imagem corporal, assim como maiores taxas de distúrbios alimentares, depressão e tentativa de suicídio. Como o relógio do corpo funciona tentando harmonizar todas as áreas, a chegada da puberdade em uma idade mais jovem ainda antecipa as experiências sexuais - uma dor de cabeça para as mães - e, mais adiante, há maiores riscos de câncer de mama.

Quando avançam a adolescência, as meninas também são bombardeadas com uma série de estímulos que induzem à sexualização - seja da roupa ou do comportamento. Para a educadora Suely Buriasco, o uso da sensualidade feminina como produto é um fator que interfere de forma negativa na educação das adolescentes em geral. De acordo com ela, essas imagens estereotipadas da mulher, além de causarem uma ideia distorcida de como as jovens se reconhecem, atrapalham a percepção dos garotos em relação a elas.

- O machismo promove verdadeira agressão nos meninos, que vivem a pressão de mostrar para os adultos e os colegas o quanto são machos - diz.