



factual comunicação
assessoria de imprensa

Data: 12/02/2017	Site: Portal UOL
Cliente: PAULA BELLOTTI	Endereço: https://noticias.bol.uol.com.br/ultimas-noticias/entretenimento/2017/02/12/dermatologista-de-gloria-maria-da-dicas-para-voce-ter-uma-pele-como-a-dela.htm
ASSUNTO: DICAS DE BELEZA DA DRA. PAULA	



Dermatologista de Glória Maria dá dicas para ter pele perfeita como a dela

Prevenção e alimentação correta. Esses são os principais segredos para qualquer um ter uma pele sempre bela, de acordo com a dermatologista Paula Bellotti. Entre outros clientes famosos, ela atende Glória Maria, conhecida por parecer eternamente jovem.

A jornalista, aliás, decidiu homenagear a médica, que cuida de sua pele há quase 20 anos, com um post no Instagram. "Paula é única! Sempre aparece com uns segredinhos que fazem toda a diferença!", escreveu na última quinta-feira (9). Em entrevista ao UOL, a dermatologista conta que sua filosofia de trabalho é fazer com que as pacientes fiquem belas, mas sem perderem suas características genéticas ou exagerarem nos procedimentos a ponto de ficarem deformadas.



"Um bom exemplo é a própria Glória Maria, que o público reconhece assim que olha para ela", diz. Se você tem o objetivo de ter uma pele tão boa quanto a da apresentadora, Paula dá alguns conselhos. Confira!



Qual é o segredo?

"Prevenir e 'fazer o dever de casa' desde cedo. Essa conscientização, inclusive, é algo que sempre faço com meus pacientes que têm filhos, pois é importante aquele jovem entender que a pele é um órgão agredido todos os dias por fatores externos, sendo o maior deles o sol, e precisa ser cuidada como tal. Não adianta nada tirar uma ruga ou fazer preenchimento, se você não cuida do básico.

Recomendo, inclusive, tratar da pele da criança desde os seis meses de idade, especialmente se ela for muito clarinha, evitando a exposição em horários não desejáveis. Além disso, volto a reforçar a importância do filtro solar, independente da idade: evite se expor demasiadamente ao sol, que atualmente está muito mais forte."



Suplementação é válida?

"Sim. Os nutracêuticos, complexos vitamínicos com substâncias antioxidantes, são extremamente interessantes na proteção da pele, do DNA e de agressões internas. No entanto, têm um papel de coadjuvante na história: apenas isso não funciona. O primeiro conselho que dou aos meus pacientes é o de investir em alimentação saudável e balanceada.

parte disso é absorvido, o resto é excretado. Quando ingeridas na forma de alimentos, elas são melhor absorvidas."

Indico o consumo de carne, pois a proteína animal é o substrato para o corpo produzir o colágeno. Se a pessoa não se alimenta direito, mesmo que reponha todas as vitaminas com cápsulas, apenas

Já estragou. Ainda dá para recuperar?

"É um fato que a pele se degrada com o passar dos anos e das alterações hormonais, além da exposição solar excessiva. No entanto, enquanto há vida, existe multiplicação celular. Rejuvenescer, porém, não é apenas paralisar a musculatura e tirar aquela ruga com toxina ou preenchimento. O segredo está em fazer de uma forma natural, como se o próprio organismo da pessoa se regenerasse.



Existem algumas tecnologias que promovem a regeneração, como lasers e peelings, entre outras. Elas atuam lá embaixo, principalmente na derme,

que é onde estão todas as estruturas importantes para a sustentação da pele, promovendo uma regeneração das camadas mais profundas e ajudando a formar a proteína básica de sustentação, que é o colágeno novo."

Creme antiidade funciona?

"Sim, mas de coadjuvante. Existe comprovação científica que o ácido retinóico e seus derivados, como o retinol, estimulam a produção de colágeno. Contudo, não existe uma regra, pois isso não é receita de bolo. Não podemos usar esse ácido na pele hipersensível, por exemplo, pois o produto promove uma descamação e é fotosensibilizante. O correto seria outro tratamento.



O creme indicado depende muito das características da pele em si, se tem excesso de

oleosidade, ou é fotoenvelhecida. Melhor a pessoa procurar a indicação de um dermatologista para saber qual é o produto correto para a sua pele. Não é tudo que serve para você, e apenas um profissional pode avaliar isso.



factual comunicação
assessoria de imprensa



Receitinhas caseiras são válidas?

"O que mais me irrita são essas dicas ditas 'naturais'. Uma vez li: você quer se livrar das suas estrias? Borra de café! Como assim? Está claro que essa indicação não tem nenhum sentido, mas a leiga vai lá e faz.

Já recebi uma paciente que viu no Instagram uma misturinha para colocar nas manchas e clarear. Só que elas ficaram todas pretas e a moça veio correndo até mim para ajudá-la a resolver. Por isso, não invente de colocar pasta de dente, creme para assaduras ou coisas do tipo. Isso é muito sério, pois pele é um órgão e precisa ser tratada

por um médico."



O que fazer com as espinhas?

"O mais importante, nesses casos, é nunca cutucar e evitar a automedicação. Tive outra paciente que colocou pasta de dente na tentativa de supostamente secar a espinha. Ela apareceu no meu consultório com queimaduras no rosto inteiro. Também não esprema qualquer tipo de acne ou aqueles cravinhos brancos, que as pessoas conhecem como milhozinho.

Isso não sai, pois tem uma cápsula que precisa ser rompida com cuidado para não marcar a pessoa. Mas só no consultório médico ou na esteticista. Nunca em casa. Existem bastões secativos

excelentes, muitos deles com ácido salicílico em sua fórmula. Eles costumam ser legais para esses casos, mas existem pessoas que têm sensibilidade. Melhor pedir para um dermatologista avaliar o seu caso.

Não esqueça do corpo

"A minha rotina de cuidados com a pele é muito leve e prática. Eu sou maníaca com hidratação corporal, pois é uma parte que as pessoas esquecem. Ainda existe a cultura de ficar bonita do pescoço para cima. O colo, então, trato 100% dele, pois é bonito, sensual, fica lindo ao aparecer em um decote.

Passo creme quando saio do banho e sempre digo para minhas pacientes: comecem logo a fazer o mesmo, pois a idade resseca muito a nossa pele. Saiu do banho, com o corpo ainda úmido? É a melhor hora de passar o hidratante, pois aumenta a absorção."