

■ Espelho, Espelho Meu

Estrias: causas e prevenção

Aumento de peso e crescimento estão entre os motivos mais comuns do estiramento da pele



Divulgação

SUZANA SAKAI/IB

Assim como as celulites, as estrias têm destaque entre as principais inimigas da beleza feminina. Todas as pessoas estão predispostas a desenvolver esse inconveniente que, em determinado estágio, não encontra nenhuma espécie de tratamento eficaz.

Formadas pelo estiramento da pele, as estrias são cicatrizes que aparecem normalmente no quadril, coxa, culote, abdôme, bumbum e mamas. "São lesões lineares, geralmente paralelas, causadas pelo rompimento das fibras de colágeno e elastina, responsáveis pela elasticidade, que estão localizadas na camada mais profunda da pele, a derme", explica a dermatologista da Clínica Dermatológica Paula Bellotti, Denise Barcelos.

FASES E DESENVOLVIMENTO

O estiramento da pele e, conseqüentemente, as estrias podem ser ocasionados devido a diversos fatores. "Geralmente, ocorre por um aumento rápido da área em questão que se pode dar tanto pelo aumento de peso como pelo crescimento", afirma o dermatologista André Luis Pellegrin. A hereditariedade, as alterações hormonais e o uso prolongado de determinados medicamentos

são outros fatores que propiciam o surgimento das estrias.

Essas lesões são classificadas basicamente em dois estágios: vermelhas e brancas. "A vermelha é o primeiro estágio das estrias. Trata-se de lesões avermelhadas ou rosáceas com aparência semelhante a arranhões. Elas são mais escuras por causa do processo inflamatório das fibras, que, para reverter o quadro, envia mais sangue para a área afetada, deixando a região mais escura. Nessa fase, é possível solucionar o problema, pois o tecido ainda apresenta capacidade de regeneração", esclarece Denise.

Quando as estrias se transformam em esbranquiçadas, o problema é ainda maior, pois, neste estágio, nenhum tratamento consegue apresentar um resultado satisfatório para a eliminação das lesões. "Nessa etapa, elas são mais largas e têm, em média, de 2 mm a 4 mm", diz a dermatologista.

PREVENÇÃO E TRATAMENTO

Embora nem sempre o resultado seja satisfatório, o laser é o tratamento mais indicado para as estrias. "Eles estimulam a produção de colágeno, renovando a pele", conta Denise.

No entanto, é preciso lembrar que as estrias esbranquiçadas não têm nenhuma espécie

de solução. "Os tratamentos melhoram, mas não somem com a estria totalmente. É preciso lembrar que a estria é uma cicatriz", alerta André.

A melhor forma de combater o estiramento da pele é a prevenção. "A primeira tarefa é bastante simples, mas precisa ser seguida com disciplina. Prevenir é nada

mais que hidratar a pele regularmente. As pessoas precisam ter disposição a ter paciência com os cuidados que tenham com a pele. Colágeno, elastin e outros agentes emolientes ajudam a manter a pele firme e evitar o uso de produtos agressivos", ensina

Causas

CONHEÇA ALGUNS FATORES QUE PROPICIAM O SURGIMENTO DAS ESTRIAS

***Alteração hormonal:** O aumento da produção estrógeno durante a puberdade e a gravidez, o estiramento da pele e, conseqüentemente, o surgimento de indesejáveis estrias.

***Medicamentos:** O uso prolongado de corticoides ou tópicos aumenta a retenção de líquidos e a perda normal da pele, ocasionando edemas, dilatação da pele e estiramento das fibras elásticas.

***Dieta:** Nesse caso, o famoso "efeito sanfona" (perder e engordar repetidamente) gera o estiramento das fibras elásticas, causando o surgimento de estrias.

***Hereditariedade:** Famílias que apresentam estrias entre parentes podem ter mais propensão a desenvolver características genéticas.

***Exercícios físicos:** A atividade física intensa e a massa muscular associada a uma alimentação inadequada pode ajudar no aparecimento de estrias.

