



Home

Guia

Colunistas

Decoração

Saúde

Espaço Mulher

Entrevistas

Maquiagem

Informativo

Lançamentos em DVD

Photos

Contato

Tudo sobre saúde e nutrição com as melhores dicas de especialistas do ramo. Confira as nossas entrevistas e dicas para se manter saudável e em dia com a saúde física e mental.

PÊLO ENCRAVADO: DÁ PRA ELIMINAR?

segunda-feira, 21 de maio de 2007
fazendo cabeças



Boa parte da população feminina, que se cuida, sofre com problema dos pêlos encravados. O uso de roupas apertadas, a obesidade e o nascimento de vários pêlos num único folículo piloso ajudam a agravar o problema. Com isso, aparecem bolinhas que podem dar origem à foliculite, infecção causada por bactérias. De acordo com o esteticista Orlando Sanches, eles costumam encravar devido ao espessamento da pele, que acontece devido ao excesso de formação da sua proteína básica, a queratina.

"Como o fio demora mais tempo para crescer, no momento que tenta sair para a superfície do corpo através dos poros, encontra como barreira a nova camada de queratina, que provoca o entupimento e impede sua eclosão", explica Orlando Sanches.

Para evitar o problema, o ideal é que o intervalo entre as depilações seja de, no mínimo, quatro semanas. As lâminas de barbear, criticadas por alguns, propiciam menos encravamento e, ao contrário do que se pensa, não deixam o pelo mais grosso. No entanto, segundo o esteticista, a técnica mais indicada para resolver o problema é a depilação definitiva a laser, pois é a única capaz de destruir o folículo piloso e impedir o nascimento de outro pêlo.

Uma das formas mais eficazes de prevenir os pêlos encravados é lançar mão da boa e velha exfoliação. Para quem tem a pele oleosa, o procedimento deve ser feito duas vezes por semana com agentes abrasivos – de níveis médio a forte. Já as donas de uma cútis seca devem exfoliar o corpo só uma vez na semana e com substâncias abrasivas suaves. Entre os produtos prediletos dos dermatologistas para o procedimento estão os cremes com ácidos, como o glicólico ou o retinóico. Eles só podem ser comprados com prescrição médica e o



seu uso deve ser feito com acompanhamento profissional, não importa se a aplicação for em casa ou no consultório. Cremes com peróxido de benzoíla ou ácido azeláico também apresentam resultados eficazes.

Se você não tem tempo, ou dinheiro para consultar um especialista, a dica é massagear a silhueta, duas vezes por semana, com uma escova ou uma bucha vegetal durante o banho. Mas atenção: se a epiderme for sensível, escolha uma esponja bem macia para não machucar a superfície corpórea.

As fãz daquelas receitas caseiras milagrosas podem ficar com a dica da dermatologista Patricia Rittes (SP), autora do livro *Beleza sem Cirurgia*, da Editora Senac. Misture uma colher (sopa) de iogurte natural, uma colher (sopa) de açúcar branco e dois morangos amassados. Espalhe esse mix pelo corpo com movimentos circulares e capriche nos pontos mais ressecados e onde o encravamento ocorre com maior incidência.



Conectar-se

© Todos os direitos reservados