

# Cuide-se



## À FLOR DA PELE

INTERNET

A acne é fruto de um processo inflamatório. Saiba como tratar e evitar esta doença

LORENA SILVA\*

A acne é uma doença inflamatória que atinge principalmente adolescentes e jovens. Ela provoca lesões na pele, que variam de acordo com a gravidade do estágio da inflamação, que podem ser superficiais ou até mesmo profundas. Por deixar marcas na pele, a doença muitas vezes acaba afetando a autoestima e imagem daqueles que a possuem.

Segundo a médica dermatologista e especialista pela SBD (Sociedade Brasileira de Dermatologia) Adriana Isaac, há algumas causas por trás dessa inflamação. "A acne envolve a glândula sebácea, glândula que produz a oleosidade da nossa pele. Ela é formada por um excesso de sebo, associada à inflamação, bactérias e queratina em excesso, o que produz os cravos e forma a famosa espinha, nome vulgar da acne", afirma.

A especialista declara que as lesões podem variar desde pontos pretos (cravos), até pápulas avermelhadas e nódulos com pontos amarelados (pústulas) e quando estão em estágio avançado, chegam a formar abscessos com secreções purulentas.

De acordo com a dermatologista, a acne surge na puberdade por estímulo hormonal. "O pico dos hormônios na adolescência estimula a ativação da glândula sebácea, o que contribui para o surgimento da acne, por isso é mais

comum dos 13 aos 18 anos", ressalta. No entanto, a doença pode surgir em qualquer idade, inclusive na adulta e pode ser estimulada com tratamentos de reposição hormonal, como por exemplo, uso dos hormônios anabolizantes.

Além disso, a especialista completa que a alimentação também pode acabar interferindo no processo de estágios da doença. Alimentos ricos em leite, derivados, açúcar, que possuem alto índice glicêmico, podem agravar a acne e contribuir para o avanço da doença.

### SINTOMA E TRATAMENTO

Os principais sintomas da acne são espinhas e cravos na pele. A médica dermatologista explica algumas diferenças entre os estágios da doença. "Os cravos são lesões menos inflamadas, pontos pretos ou da cor da pele e são a acne em seu estágio inicial. Já as espinhas, são lesões mais inflamadas, rosadas e às vezes com pus, essas geram cicatrizes", ressalta.

Apesar das problemáticas, a acne tem cura, principalmente quando bem tratada. Adriana reforça que o remédio mais eficiente é a isotretinoína oral, o famoso Roacutan, mas o tratamento pode variar entre medicamentos tópicos, aplicados diretamente na pele (ácidos, géis anti-inflamatórios, loções secativas), além de antibióticos orais e tópicos.



**POR DEIXAR MARCAS NA PELE, O EXCESSO DE ESPINHAS E CRAVOS MUITAS VEZES AFETAM A AUTOESTIMA**

Para prevenir a doença, a especialista recomenda lavar a pele com sabonete antioleosidade pela manhã e à noite. Utilizar um filtro solar antioleosidade durante o dia também é indicado, a fim de evitar o sebo excessivo na pele e as

manchas que a acne pode causar. Além dos hábitos recomendados, Adriana reforça que é de suma importância procurar um médico dermatologista, principalmente no início do processo, para que o especialista recomende os cuidados

básicos com intuito de evitar cicatrizes mais profundas. "Tudo depende do tratamento adequado na fase que a acne está", completa.

**\*ESTAGIÁRIA SOB A SUPERVISÃO DE PATRICK SELVATTI**