

| | | |
|-----------------------------|--------------------------------|-----------------|
| DATA: 30/06/2018 | VEÍCULO: O GLOBO e EXTRA | MÍDIA: JORNAL |
| EDITORIA: BAIXADA | COLUNA: ESPECIAL VIDA SAUDÁVEL | PÁGINA: 12 e 13 |
| CLIENTE: INSTITUTO DA PELLE | ASSUNTO: PELE NO INVERNO | |



FOTOS DE GABRIEL MONTEIRO

O GLOBO • EXTRA • Sábado, 30 de junho de 2018

ESPECIAL VIDA SAUDÁVEL

Os cuidados com a pele no inverno

Temperaturas e umidade do ar baixas causam ressecamento. Saiba como resolver o problema

► O inverno chegou com desafios à pele. A combinação de temperaturas e umidade do ar baixas, somadas aos banhos quentes, causam diminuição na transpiração corporal e, como consequência, ressecamento da pele. Por isso, é preciso cuidados especiais. — O clima seco do inverno, combinado com o frio, diminui a oleosidade natural da pele, deixando-a esbranquiçada, sem viço e com efeito craquelado —



Renata Sampaio, que atende em Duque de Caxias, recomenda cuidados especiais

BAIXADA < 13

afirma a dermatologista Renata Sampaio, membro efetivo da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) e responsável pelo Instituto da Pelle Caxias. Ela recomenda o peeling:

«O peeling retarda o envelhecimento cutâneo e clareia as manchas»

Renata Sampaio
Dermatologista

— Esse procedimento ajuda a retardar o envelhecimento cutâneo e a clarear manchas adquiridas no verão. Já os lasers estimulam a produção de colágeno novo, diminuindo a flacidez e a aparência de rugas

nos olhos e ao redor dos lábios, por exemplo.

A proteção solar no rosto e no corpo também é indispensável nos dias nublados e frios. Renata explica que, apesar da irradiação ser menor que em outras épocas do ano, os raios UV continuam chegando à superfície terrestre e trazendo prejuízos em longo prazo para a pele. A recomendação é reaplicar o filtro, pelo menos, três vezes ao dia. Outra indicação importante é beber muito líquido.

— A hidratação começa de dentro para fora. Por isso, tanto para o bom funcionamento do organismo quanto para a pele, é importante ingerir de 1,5 a 2 litros por dia — ressalta Renata. ■