

Problema de pele afeta adolescentes e adultos

Distúrbios dependem de hormônios e fatores hereditários; no caso da acne, em 10% das mulheres, e mais raramente nos homens, começa na adolescência e se prolonga na fase adulta

STELLA GALVÃO

Exibir uma pele imaculada só é possível até a puberdade, quando meninos e meninas começam a produzir hormônios que vão definir os caracteres sexuais de cada um. É quando surge um problema que aflige boa parte dos adolescentes: a acne. Ela resulta da produção hormonal, mas há também fatores hereditários. Quem tem antecedentes diabéticos, por exemplo, poderá ter acne mais severa e por tempo mais prolongado. Como na oleosidade do couro cabeludo, é decisiva a ação do hormônio masculino, a testosterona, também fabricada pela mulher.

É engano, porém, pensar que o problema é privilégio de adolescentes, ou que os desconfortos reduzem-se a alguns cravos e espinhas purulentas. Pintas, verrugas e sardas completam os distúrbios da pele que constroem seus portadores, pelo incômodo da exposição. "O maior temor dos pacientes é de que esses problemas indiquem predisposição ao câncer de pele", diz o dermatologista Nelson Proença. Ele esclarece que, nesses casos, o melhor é procurar um médico.

Pintas constituem traços característicos da raça branca e as sardas, especialmente, são parte da aparência dos ruivos. Sobre o mito de que sardentos têm predisposição ao câncer de pele, esclarece o presidente da seção paulista da Sociedade Brasileira de Dermatologia, Norberto Belliboni: "O risco não é exclusivo dos que apresentam sardas, mas daqueles que têm pele, olhos e cabelos muito claros e, portanto, baixa

resistência aos raios ultravioleta". O Sol, por sinal, multiplica as sardas. "É uma advertência da natureza", alerta o médico.

As pintas distribuídas de forma irregular surgem geralmente entre os 14 e 15 anos. Podem ser planas ou salientes e com pêlos, e apresentar tons rosados, marrons e pretos. Surgem por influência hormonal ou sob efeito da exposição excessiva ao sol e podem aumentar em alguns meses. Belliboni chama a atenção para o que chama de exploração comercial da remoção de pintas. "A retirada intempestiva é desnecessária", diz. Ele recomenda apenas nos casos em que elas crescem, tornam-se avermelhadas e com tonalidade mais escura.

TEMOR DOS PACIENTES É DE QUE CASOS INDIQUEM PREDISPOSIÇÃO AO CÂNCER DE PELE

Nos consultórios dermatológicos brasileiros, porém, a acne representa 15% de todo o atendimento, segundo informa Nelson Proença. Na Europa, diz, a demanda cresce para 25%. Iniciada na adolescência sob influência direta da produção hormonal em seu estímulo continuado às glândulas sebáceas, o problema se mantém na

fase adulta em 10% das mulheres, pela oscilação mensal do nível de hormônios. Em homens, ocorre de forma mais rara e resistente.

"Há casos em que o tratamento anti-acne é necessário para evitar manchas e cicatrizes", diz a dermatologista Iracy Almeida, do Hospital do Servidor Público Estadual. Há graus diferentes, do mais simples, limitado a cravos, até as espinhas com pus e nódulos deformantes. Nesses casos, advertem os dermatologistas, a consulta previne sequelas que podem abalar a auto-estima.



Angélica transformou a pinta na perna esquerda em griffe: quando criança era obrigada a esconder

Sinal de alerta

Quando procurar assistência médica

■ **Acne** — se as espinhas evoluírem para pústulas de tom amarelado, que inflamam frequentemente, e quando se transformarem em nódulos dolorosos

■ **Pintas** — deve-se ter atenção especial com aquelas que aumentam de tamanho subitamente e inflamam; se ocorre escurecimento na tonalidade original, maior o risco de evoluir para um melanoma (câncer de pele)

■ **Verrugas** — causadas por vírus, elas devem ser retiradas, por meio de cauterização ou método cirúrgico. Há risco de se espalhar pelo corpo e desencadear um processo de contaminação, principalmente em piscina

■ **Sardas** — pontos muito escuros e abundantes podem indicar lesões sérias e, nesse caso, devem ser removidos

Fontes: Dermatologistas Norberto Belliboni, Nelson Proença e Iracy Almeida

Cuidados essenciais

Como escapar das agressões ambientais e orgânicas

■ Tome sol moderadamente; não basta usar filtro solar

■ Lave o rosto com sabonete antibacteriano para combater a oleosidade

■ Faça refeições balanceadas com alimentos crus e sem excesso de gorduras

■ Consulte o médico antes de usar remédios indicados por esteticistas

■ Nunca esprema espinhas e cravos; esse tipo de limpeza cabe a profissionais

■ Evite excesso de maquiagem, que obstrui os poros e favorece o surgimento de espinhas e cravos

■ Procure controlar o stress, que leva o sistema nervoso a ativar as glândulas sebáceas

Fontes: Dermatologistas Norberto Belliboni, Nelson Proença e Iracy Almeida

Espremer pode agravar infecção das espinhas

Chocolate e fritura não influem diretamente no agravamento da acne, o que não se pode dizer da compulsão de pressionar os dois indicadores contra a pele. "Pode acontecer ruptura das espinhas para dentro da pele, infeccionando-a", alerta a dermatologista Iracy Almeida. É esta, aliás, a principal causa de cicatrizes e marcas acnéicas. A melhor coisa a fazer, nesses casos, é deixar a espinha evoluir e manter o rosto constantemente limpo. Se cravos e espinhas ocupam largas extensões do rosto, uma solução é recorrer a um profissional da limpeza.

O estudante de comunicação social João Carlos Amoroso, de 19 anos, sofre com as espinhas, mas não abandona o hábito de espremer os pontos amarelos. "Vejo se a espinha está no ponto e aperto com cuidado para não infeccionar", explica. O tratamento não foi suficiente. "O médico falou que tenho pele oleosa e as espinhas sumiriam após a adolescência, mas está demorando", queixa-se.

Ele sente os efeitos sociais da pele castigada. "As vezes atrapalha a paquera, nada explícito, mas percebo que não tenho chance", conta. Entre os amigos, é chamado

de "chokito" e "roseira", analogia com os espinhos. Amoroso conhece as soluções caseiras que circulam entre os conhecidos: pomada Minâncora, própolis em pasta e pasta de dente. "É tudo em vão, não adianta nada", diz, experiente.

Ser alvo de chacotas em rodas de amigos e na escola pode até mesmo agravar o problema. "A resposta do sistema nervoso leva à acne emocional", diz Belliboni. (S.G.)



João Carlos, 19 anos: "Às vezes, atrapalha a paquera"

Sardas e pinta viram charme de artistas

Pintas e sardas não chegam a incomodar. Duas estrelas de TV são prova disso. A apresentadora Angélica Kysvickis, 19 anos, é conhecida também pela pinta exuberante na coxa esquerda. Fez tanto sucesso que entrou para a galeria de produtos da griffe Angélica, como um adesivo aplicável às pernas livres de pintas. Quando criança, e já ocupada em sessões de fotos, Angélica era obrigada a esconder sua pinta com maquiagem, por exigência dos estúdios. "Me achava diferente das outras crianças, era um trauma", lembra.

Chegou a consultar um médico que recomendou a remoção por cirurgia plástica, unicamente por razões estéticas, quando ela completasse 14 anos. Dois anos antes, estreou na TV e a mancha na perna transformou-se em marco da loirinha que anima agora as tardes no SBT. "Acabei curtindo e até reproduzi na boneca". Angélica gosta de saber que livrou muitas crianças de traumas. "Recebo cartas de mães agradecidas porque a filha parou de ocultar a pinta por vergonha", conta.

Sardas — A atriz Mylla Christie, que estréia amanhã um novo programa infantil na TV Manchete, tem o rosto e colo cobertos por

sardas que lhe dão um ar eternamente moleque. Ela adora: "Virou minha marca registrada". Aos 12 anos, lambuzava-se de cremes que prometiam a eliminação das marcas, cansada de ser chamada de "enferrujada" e "banana nanica mal-passada". "Falavam também que eu tinha tomado Sol com peixeira", diverte-se. Os cremes não funcionaram, para sorte da atriz que agora vai estrear como cantora. No disco que está gravando, o tema sarda está presente numa faixa. Mas Mylla, que já tomou muito Sol em excesso e viu surgirem mais pontos, cultiva-os agora calmamente, aos 22 anos. Hoje, só vai à praia ou piscina com protetores solares e expõe-se pouco. Nela, predominou o fator genético. A família da ruivinha é de sardentos e ela trata de tirar partido do acréscimo, "com roupa bastante decotada no verão". (S.G.)

BREVES

Dieta mediterrânea pode evitar enfarte

NICE, França — Peixe, vegetais, óleo de oliva, pão, frutas e um copo de vinho. Esse é o menu ideal para evitar problemas cardíacos, garantem os cientistas franceses. Segundo estudo divulgado pelo Instituto Francês de Saúde e Pesquisa Médica, evitar manteiga e carne vermelha são o passaporte para uma vida saudável. A conclusão é de que a dieta mediterrânea é a melhor em termos médicos foi tirada depois de se examinar 584 pacientes cardíacos, por 27 meses. Os que mantiveram a dieta habitual sofreram 16 ataques cardíacos, enquanto o grupo que seguiu a dieta mediterrânea teve apenas três ocorrências de enfarte.

Terapia corta dor de artrite reumatóide

WASHINGTON — Um novo tratamento capaz de deter a dolorosa inflamação provocada pela artrite reumatóide pode levar a uma revolucionária terapia para a esclerose múltipla, revelaram cientistas da Universidade de Dartmouth. O sistema imunológico de vítimas da doença — que afeta 2 milhões de americanos — é agressivo em excesso e leva o organismo a atacar os tecidos saudáveis das juntas, causando inflamação e danos. O tratamento é à base de anticorpos e se mostrou eficaz em testes de laboratório feitos com ratos, afirmou o microbiólogo Randolph Noelle, cuja equipe trabalhou junto com o laboratório Bristol-Myers.

Droga contra câncer afasta risco cardíaco

NOVA YORK — O medicamento Tamoxifen, usado no combate ao câncer de mama, também pode prevenir afecções cardíacas se for consumido durante vários anos, anunciou o especialista Lars Rutquist, na revista norte-americana *Journal of the National Cancer Institute*. De acordo com estudo realizado por cientistas do hospital Karolinska de Estocolmo, entre as 2.365 pacientes medicadas com Tamoxifen — por dois anos — houve 25% menos probabilidades de apresentar problemas cardíacos. Segundo os especialistas o efeito positivo do remédio se deve a sua influência sobre os níveis de colesterol, que a droga faz baixar.

Diabete mata 90 mil americanas por ano

NOVA YORK — Uma nova pesquisa feita pelo Gallup nos Estados Unidos mostrou que as mulheres americanas acreditam, erroneamente, que têm mais risco de morrer de câncer do que de diabete. Na verdade, segundo os médicos, a diabete causa anualmente duas vezes mais mortes entre mulheres do que o câncer. Na pesquisa, quando perguntadas qual doença crônica mata mais, apenas 16% das mil entrevistadas responderam corretamente. A diabete é responsável por cerca de 90 mil mortes de americanas por ano, enquanto o câncer de mama mata cerca de 43 mil mulheres, no mesmo período, no país.

Mulher sabe pouco sobre menopausa

NOVA YORK — Os meios de comunicação, e não os médicos, são a principal fonte de informação das mulheres sobre a menopausa, revelou uma pesquisa feita pela Sociedade Norte-Americana de Menopausa. "Só um terço das americanas obtém informação desse tipo de seus médicos", afirmou o diretor da sociedade, Wulf Utian, com base na entrevista de 830 mulheres. Segundo a pesquisa, só dois terços dos médicos chegam a falar dos sintomas da menopausa com as pacientes. O levantamento mostrou que apenas 38% dos especialistas orientam as pacientes de meia idade quanto a nutrição e exercícios adequados à menopausa.

Tratamentos necessitam acompanhamento médico

Os métodos para tratamento de pele alcançam grau de eficácia suficiente para tranquilizar mesmo o portador da acne mais resistente. Cravos e espinhas sem pus são tratados com loções tóxicas e sabonetes à base de enxofre e de ação antibactericida. A segunda etapa inclui os esfoliantes, removedores de camadas de células danificadas ou mortas, que promovem o peeling e são indicados para estágios intermediários. "Todos os métodos de peeling são prerrogativa dos médicos", esclarece o dermatologista Norberto Belliboni.

Os mais utilizados são o ácido retinóico e ácido glicólico, sempre sob orientação médica. No mês passado, durante um encontro no Rio, a Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica Estética e Reconstructiva fez uma advertência pública contra o uso indiscriminado do ácido glicólico que, em concentração elevada, pode causar efeito oposto ao desejado.

Cosméticos — A médica Iracy Almeida também alerta para o uso indiscriminado de cosméticos que anunciam peles sedosas. "A composição química desses produtos nem sempre é claramente

descrita", observa. Quando há focos purulentos, o tratamento inclui também os chamados antibióticos de longo espectro. "O problema é que o paciente, principalmente adolescentes, resiste muito ao uso prolongado desses medicamentos", diz Belliboni. O tratamento da acne não é coisa para solista, mas para uma orquestra inteira, afirma o dermatologista Nelson Proença, numa referência ao arsenal terapêutico que os médicos devem dispor. A isotretinoína é a substância que tem levado a resultados mais consistentes em acne grave, em que há formação de cistos purulentos, mas só deve ser prescrita pelo médico.

As verrugas podem ser tratadas com ácidos ou removidas por bisturi elétrico ou laser. Estes aplicam-se também à remoção de pintas e manchas. "Quando bem utilizado, o bisturi não deixa cicatriz", explica o presidente regional da Sociedade Brasileira de Dermatologia. Outra opção é a criocirurgia, na qual se congelam as células da lesão com a aplicação de nitrogênio líquido. A cirurgia plástica é utilizada, segundo o médico, nos casos em que a área afetada é muito extensa. (S.G.)