

Seu rosto pode ficar livre das espinhas

Os hormônios masculinos e femininos são os responsáveis por essas indesejáveis erupções na pele. Elas começam quando o menino e a menina entram na puberdade. É um deus nos acuda: a pele do rosto e, muitas vezes, das costas e peito ficam parecendo uma área bombardeada, cheia de erupções, pequenas feridas e caroços com pus. É a acne ou a dupla cravo e espinha.

Os réus são a testosterona, masculina, e a progesterona, produzida pela mulher. "A testosterona quando alterada se transforma na diidrotestosterona, um produto degradado que produz a massa da acne", explica o dermatologista e professor do Hospital Universitário de Brasília, Roberto Azambuja.

As meninas, coitadas, levam a pior. Perto de menstruar, cravos e espinhas pipocam por toda parte. Só mãos e pés escapam. Durante o ciclo cresce a produção da progesterona. No final da regra, a mulher também produz uma quantidade de testosterona. Juntos, os dois hormônios aumentam a descamação da pele na saída do pêlo. Aí começa o estrago.

ESTRAGOS

O tratamento adequado e precoce pode evitar muitos problemas para o adolescente. Dependendo do grau de manifestação da acne, a pele pode ficar com cicatrizes irreversíveis ou de difícil remoção. "A maioria das pessoas fica livre do problema depois da puberdade". Mas, segundo Paniago, quando espinhas e cravos persistem, a pessoa corre o risco de somente se ver livre deles depois que o organismo pára de produzir os hormônios, após os 50 anos.

Mas, além de controlar seu aparecimento com remédios, cuidados especiais devem ser dados à alimentação. Os medicamentos são à base de sabonetes, cremes e vários tipos de gel e antibióticos, para os casos mais graves. Na alimentação, ajuda muito evitar os gordurosos, tipo chocolate.

Roberto Azambuja avisa que os estudos nada comprovam sobre os efeitos nocivos do chocolate e alimentos gordurosos sobre a pele. Mas recomenda que sejam evitados. Cleire Paniago é mais enfática. Acredita que isso não passa de mito. "Não há dieta alimentar capaz de evitar que o adolescente tenha acne", diz.

De qualquer forma, o grande aliado dos dermatologistas para tratar a acne mais severa é a isotretinoína, um derivado da vitamina A, que só pode ser usado com acompanhamento médico. Mulher grávida, por exemplo, não deve usá-lo. "A isotretinoína é capaz de curar uma acne grave, mas pode provocar defeito no feto, ressecamento de pele, entre outras desvantagens", adverte Azambuja.