

As grávidas passam pelas mais diversas mudanças hormonais. Por conta disso, são propensas a sofrer com o surgimento de estrias e celulites. Cerca de 90% das gestantes têm estrias, surgidas a partir do terceiro trimestre de gravidez. O aparecimento das marcas indesejáveis levam grande ansiedade e sofrimento para muitas mulheres, impactando negativamente na autoestima e imagem corporal delas.

As estrias aparecem como linhas vermelhas ou rosadas, discretamente, que evoluem, gradualmente, para linhas brancas, finas, largas ou enrugadas. Elas podem surgir no abdômen, nas mamas, coxas ou nádegas. Histórico familiar, aumento de peso excessivo e gestação de bebês com peso maior são alguns dos fatores de risco.

Segundo a médica Ana Maria Pinheiro, dermatologista do Hospital DF Star, da Rede D'Or, as estrias estão relacionadas a três fatores: genético, hormonal e o aumento de estresse no tecido de sustentação da pele. Mas alguns estudos mostram que o fator hormonal é o preponderante.

Já a celulite é uma condição multifatorial, que ocorre pela combinação de vários fatores desencadeadores — alterações estruturais, bioquímicas, metabólicas, inflamatórias e morfológicas. “Não existe uma explicação única determinada para a causa ou o mecanismo de ação da celulite”, explica a dermatologista.

Anne Lima, tecnóloga em estética e proprietária do Anne Lima Estética, explica que as celulites são depósitos de gorduras sobre a pele. “Ela é caracterizada pelos aspectos ondulados, que muitas pessoas chamam até de cascas de laranja. E elas podem acometer praticamente todas as áreas do corpo.”

As celulites surgem, principalmente, em braços, costas, flancos, abdômen, coxa e papada. Anne destaca que a celulite pode até causar dor. “Ela incomoda, porque está na parte superficial da pele. Por ser uma gordurinha inflamada, a gente realmente sente dor.”

A esteticista destaca que a celulite tem ligação direta com a alimentação e afeta, sobretudo, mulheres brancas. Quem toma anticoncepcionais ou

Pele lisinha? É possível

As mudanças hormonais aumentam a quantidade de estrias e celulites. Especialistas explicam como evitar o surgimento e os tratamentos possíveis na gravidez

Com quatro meses de gestação, Keli observa as mudanças no corpo, mas se cuida para levá-las numa boa



Fique atenta!

- “Se você faz parte do grupo de risco, controle seu peso e o peso do seu bebê, use cremes emolientes com óleos vegetais e, após o parto, procure um dermatologista para tratar com ácido retinoico, lasers ablativos, microagulhamento e/ou peelings”, recomenda Ana Maria Pinheiro.
- Além disso, diminua a ingestão de produtos com excesso de sal, para

- evitar o microedema dos vasos sanguíneos e linfáticos.
- Massagens e atividade física regular contribuem na ativação da microcirculação. “Algumas técnicas invasivas podem ser realizadas durante a lactação, mas deve haver uma avaliação de cada caso para a indicação da técnica”, ressalta a dermatologista.