

corticoides e consome muita fritura, doces e bebidas gasosas têm mais tendência a desenvolver os furinhos. Além disso, a principal causa são fatores da hereditariedade.

A celulite pode aparecer ou mesmo se intensificar durante a gravidez, mas alguns fatores são transitórios — hormonais ou da microcirculação. Assim, podem regredir após o parto.

Como tratar as estrias?

Ana Maria Pinheiro alerta que as grávidas não devem fazer nenhum procedimento durante o período de gestação, apenas tratamentos de prevenção. Ela recomenda o uso de óleos e cremes. “Parecem ter efeito pequeno, mas se associados a medidas como manutenção do peso podem ser a medida mais eficaz para evitar o aparecimento delas”, destaca a dermatologista.

Os óleos vegetais, como de coco, de amêndoas, de oliva, de semente de uva, da erva medicinal centelha asiática, o ácido hialurônico e a vitamina E são os mais seguros para o uso na gravidez. “A recomendação, mesmo sem muita evidência científica, é que eles mantêm a integridade da barreira cutânea e podem ter algum efeito na prevenção.”

Evite o surgimento de celulites

Para evitar o aparecimento das celulites, Anne Lima recomenda que a gestante siga uma boa alimentação durante todo o período da gravidez e mantenha a pele e o corpo sempre bem hidratados. “Se a grávida ainda conseguir fazer uma atividade física, vai ajudar a diminuir a celulite”, conta.

Ela destaca que é necessário tomar cuidado com a celulite pós-gestação, porque, no ganho de peso desse período, há acúmulo de toxinas. Então, “as gordurinhas” ficam acumuladas. Para reduzi-las, são necessárias massagens para drená-las. “São líquidos que precisam ser eliminados.”

Por fim, a esteticista destaca que a drenagem linfática é indicada para gestantes que passaram do primeiro trimestre. Mas destaca que só pode ser feita com autorização médica. “Nós, esteticistas, só fazemos qualquer procedimento em gestante se ela levar o laudo do médico nos orientando sobre o que ele quer que faça”, explica.

Já para o tratamento após o parto, a médica dermatologista inclui o uso de cremes que levem a lipólise e ativação da microcirculação. Também é possível o tratamento com cremes que tenham essa intenção, como à base de cafeína,

retinol, ginkgo biloba e centelha asiática.

A pedagoga Keli Lima da Costa, 31 anos, está grávida de quatro meses. Desde o início da gestação, diz ter notado muitas mudanças no corpo, como alargamento do quadril, aumento dos seios e dor no ciático. E começou a perceber celulites, principalmente nas coxas e na cintura. “Já as estrias aumentaram na região dos glúteos e na parte inferior das coxas”, relata.

Keli conta que o incômodo não é tão grande porque ela já tinha um pouco de estrias nos glúteos, então só tem tentado lidar com o aparecimento das celulites, que é algo novo. “Para evitar o surgimento de estrias, passo óleo de amêndoas diariamente e bebo mais água para buscar hidratar a pele. Além de ter cortado alimentos industrializados”, afirma.

Como essa é a primeira gestação da Keli, ela sabe que as mudanças podem assustar. Mas afirma que o processo vale muito a pena, pois carregar um filho é algo único. E aconselha a outras futuras mães: “Não se sinta oprimida por surgirem estrias e outras marcas que fazem parte desse processo. E, principalmente, se ame e se aceite”.

***Estagiária sob a supervisão de Sibebe Negromonte**

Véu de Noiva

◉ Fotona 4D oferece diversos tratamentos. Conheça o Véu de Noiva!

Uma de suas pontes é conhecida como Véu de Noiva, que melhora a textura e qualidade da pele na véspera de uma ocasião importante

◉ Véu de Noiva é uma técnica super eficaz do fotona 4D que traz benefícios imediatos para a saúde da sua pele, propiciando o bem-estar.

Conheça algumas vantagens desse tratamento:

- Rejuvenescimento com rápida recuperação;
- Clareia as manchas mais superficiais;
- Proporciona uma pele com mais brilho, viço e textura uniforme!

Ana Regina Tránsito CRM 18526 | Luciano Morgado CRM 13377

MONTE PARNASO

CLUBE do assinante 25% DE DESCONTO

Assinantes do Correio Braziliense possuem 25% de desconto nos procedimentos realizados na clínica. Consulte relação no site do Clube do Assinante.

61) 3263-0833 / (61) 3263-0834
www.monteparnaso.com.br

Centro Médico Júlio Adnet
SEPS 709/909, Bloco A, Clínica 9,
1º Subsolo, Asa Sul - Brasília-DF

Instagram Facebook Twitter @clinicamonteparnaso