Sendo assim, nas peles oleosas e mistas, a tendência à dilatação é maior, mas pode ser controlada. Da mesma forma, em peles secas ou normais, pode ocorrer um desequilíbrio na produção de sebo, ou seja, os poros também podem ficar maiores.

"As condições externas ou os cuidados com a pele podem influenciar. Uma boa rotina de skincare, principalmente no que se refere à limpeza e à hidratação da pele são fundamentais. O óleo é produzido pelo nosso organismo para proteger a pele e evitar a desidratação. Até o clima pode interferir. Nos períodos mais quentes, a pele tende a ficar mais oleosa e com os poros mais abertos. O sol aumenta a expressão das glândulas sebáceas", explica a dermatologista Patrícia Mafra, membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia.

Ela acrescenta que um dos grandes causadores de poros dilatados em peles que não são naturalmente oleosas é o efeito rebote, que acontece quando a camada de proteção da pele é removida completamente, agredindo o rosto e fazendo com que o organismo produza mais sebo para compensar a remoção.

"É importante entender que o sebo é o manto hidrolipídico da pele, é a camada de proteção contra a agressão externa, e possui, inclusive, anticorpos. Sem esse manto, o rosto está mais exposto até mesmo à radiação ultravioleta", alerta Ana Coutinho.

Outro aspecto que pode interferir no equilíbrio da produção de sebo são as alterações hormonais da puberdade. "Após a puberdade, a produção hormonal aumentada estimula as glândulas sebáceas a produzirem mais sebo, e isso reflete, entre outras consequências, em poros dilatados, mas também é o fator que propicia o aparecimento de acne", diz Luiz.

Os dermatologistas ressaltam a importância de visitar um médico para entender quais as principais necessidades da sua pele e usar os produtos adequados e indicados. O uso de produtos que não atendem às especificidades pode piorar a dilatação dos poros e até mesmo agredir a pele.

Com o passar do tempo, a produção de sebo diminui e é importante estar sempre atento para essas mudanças.

Nose Strip, da KISS New York (R$ 19,90)

Tônico adstringente controle de brilho, da Nivea (R$ 31,40)

Skincare Sérum Ácido Lático 5% AHA + 5% Niacinamida, da Creamy (preço sob consulta)

Como cuidar

- Lave o rosto todos os dias, ao menos duas vezes, com sabonetes indicados para seu tipo de pele.
- Pessoas com pele mista ou oleosa podem lavar até três vezes e devem escolher produtos com efeito antioleosidade duradouro.
- Não lave o rosto com água quente. Prefira a temperatura morna a fria ou até mesmo gelada, que pode relaxar a pele irritada.
- Remova completamente a maquiagem antes de deitar.
- Use cosméticos com efeito matificante ou redutores de poros.
- Além de sabonetes voltados para limpeza profunda, use tônicos adstringentes. Eles têm ingredientes que ajudam na limpeza e na contração dos poros, impedindo a entrada de novas impurezas.
- Busque produtos com efeito calmante, que aliviam o estresse da pele.
- É fundamental lembrar de hidratar a pele após a limpeza. A desidratação pode provocar uma produção aumentada de sebo para compensar a falta de água.
- Adote o uso regular de cosméticos com niacinamida, retinol, alfa-hidroxiácidos e ácido salicílico. Eles ajudam a reduzir a produção de oleosidade e a aparência dos poros.
- Máscaras faciais com argila e hidroxiácidos podem ser usadas uma a duas vezes por semana para redução imediata da oleosidade. Devem ser aplicadas com cautela e orienta-se a hidratação da pele após o uso dessas máscaras.
- O uso de esfoliantes físicos, com grânulos ou partículas que promovem abrasão na pele, pode dar uma sensação de pele mais limpa, mas também pode agredir a pele, prejudicando a sua função de barreira e propiciando irritações e ressecamento excessivo. Também são produtos que devem ser usados com cautela e com frequência esporádica.