

médico especializado para a realização desses protocolos de embelezamento e rejuvenescimento. É preciso avaliar o tipo de pele e a necessidade de cada um. Sérums com ácido hialurônico, por exemplo, são dermocosméticos que também podem ser usados na prevenção do envelhecimento.

De olho nas unhas

A dermatologista Fabiana Seidl acrescenta a necessidade de cuidados com a unha e cutículas. As unhas têm função de proteger os dedos e também ajudam a refinar os movimentos finos, além de sinalizar possíveis alterações e deficiências de vitaminas. “Isso acontece porque deficiência de vitaminas, alterações hormonais, problemas de circulação e até a baixa oxigenação do sangue interferem na produção da unha a partir da sua matriz, gerando alterações na forma, cor, espessura e velocidade de crescimento das unhas.”

Para cuidar delas, então, é importante reforçar ainda mais a hidratação da região. “Quando lavamos muito as mãos e utilizamos álcool em gel, as cutículas acabam ficando muito ressecadas e mais evidentes e a unha fica frágil, quebrando com mais facilidade.”

A aplicação de ceras, óleos ou pomadas hidratantes, unha por unha, fazendo uma leve massagem, é o procedimento indicado pela médica. Esse cuidado, além de extremamente importante para a saúde e a beleza das unhas — e mãos em geral —, é um momento de autocuidado muito prazeroso.

Fabiana alerta para o cuidado com as cutículas, ainda maior, no período de pandemia. “O ideal, neste momento em que ainda usamos frequentemente o álcool em gel, é não retirá-las”, reforça. As cutículas formam uma camada de proteção contra fungos e bactérias e, quando retiradas, deixam aberto um canal ideal para entrada desses agentes nocivos.

“Quando usamos o alicate para retirar as cutículas, fazemos pequenos traumas que podem facilitar infecções por microrganismos, além de poder desencadear processos inflamatórios no local, levando ao aparecimento de granuloma piogênico (carne esponjosa)”, acrescenta a médica.

O ideal é que elas sejam delicadamente empurradas e hidratadas por um profissional da área, sem que haja aprofundamento na pele.

*Estagiária sob a supervisão de Sibeile Negromonte



Kit Cremes para mãos e cutículas, da Dailus. Nas essências baunilha, rosas e lavanda (R\$ 54,96)



Creme Hidratante para Mãos Diva Esplêndida, da Eudora (R\$ 29,99)

Creme Hidratante de Mãos e Pés Nativa SPA Ginseng & Cafeína, de O Boticário (R\$ 43,90)



Néctar Hidratante Para as Mãos Ekos Maracujá, Natura (R\$ 34,50)



Polpa Hidratante para as Mãos Ekos Castanha, Natura (R\$ 31,90)



Estojo Creme Mãos Celebre a Vida e Estojo de Sabonetes Celebre a Vida, da Jequiti (R\$ 54,90)