



Em busca de uma pele melhor e mais bem cuidada, novas abordagens de skin care surgem. Entenda como funciona o sucesso atual, o skin cycling

Reprodução/Freepik

Cuidados em ciclos

POR EDUARDO FERNANDES

A rotina de cuidados com a pele é essencial. Nos últimos anos, algumas tendências inovadoras ganharam destaque e termos que se fixaram na cabeça de muita gente. Skin care, por exemplo, é um desses tantos que ganhou destaque e notoriedade. Agora, a abordagem do momento é o skin cycling.

Fernanda Sanches, farmacêutica, bioquímica e CEO da Cosmobeauty, afirma que essa tendência busca otimizar os benefícios dos produtos de cuidados com a pele. A técnica, segundo ela, foi desenvolvida pela dermatologista e influenciadora Whitney Bowe.

“O conceito do skin cycling envolve a ideia de que a pele precisa de diferentes ingredientes e cuidados em momentos diversos, dependendo das necessidades específicas de cada período. Isso pode incluir ajustar a rotina de cuidados com a pele com base nas estações do ano, das flutuações hormonais, das mudanças no ambiente ou de qualquer outro fator que afete a saúde da pele”, detalha.

O objetivo principal, de acordo com Fernanda, é respeitar o ciclo natural da pele, alternando os tratamentos em busca de melhores resultados. Adaptando, assim, a rotina de cuidados com base nas necessidades específicas em diferentes momentos.

Atenções

Luanna Caíres Portela, médica dermatologista e presidente da Sociedade Brasileira de Dermatologia do DF, avalia que essa tendência é algo já feito há muitos anos. Um formato, entretanto, que requer cuidados e atenções relacionados à pele de cada paciente. Esse uso alternado de produtos precisa estar acompanhado do tempo de recuperação da pele para que ela não fique sensível com o decorrer do tempo.

Isso, também, porque existem vários ácidos como componentes presentes dentro desses produtos, exigindo, assim, a avaliação do que pode fazer melhor para a pele ou não, cuidando dela e garantindo que o brilho e o aspecto saudável permaneçam. “A gente alterna em casos indicados, pois temos vários tipos de pele, seja ela oleosa, seja ressecada. É bom, porque evitamos os efeitos adversos”, finaliza Luanna.

Formas de aplicação

Por se tratar de uma abordagem personalizada, que envolve o ajuste de cuidados baseados na rotina e nas especificidades de cada pele, a farmacêutica e bioquímica Fernanda Sanches descreve um passo a passo para que essa aplicação seja feita corretamente:

1. Identifique as necessidades individuais da pele.
2. Investigue possíveis influências externas que justifiquem o comportamento atual da pele.
3. Determine quais produtos — e por quais períodos — devem ser utilizados.
4. Independentemente do ciclo escolhido para aquele momento da pele, não dispense o uso diário e constante do filtro solar.

Quais os benefícios?

- Maximização de benefícios: ao ajustar a rotina de cuidados com a pele de acordo com as necessidades específicas em um determinado momento, você pode obter os máximos benefícios dos produtos e dos tratamentos.
- Redução de efeitos colaterais: ao adaptar a rotina de cuidados às necessidades da pele em constante mudança, você pode reduzir a probabilidade de irritação, ressecamento ou outros efeitos colaterais associados ao uso constante de produtos.
- Resposta às mudanças sazonais: pode ser particularmente útil em climas com estações bem definidas, permitindo que a pele se adapte às mudanças nas condições ambientais.

Fonte: Fernanda Sanches, farmacêutica e bioquímica