

Skincare para unhas

Nova tendência de cuidados diários conta com diversos produtos para manter a vitalidade, a hidratação e a saúde da ponta dos dedos



Maria Betânia Costa de Melo, manicure da Lord

Arquivo Pessoal

POR IANDARA PIMENTEL SANTANA*

As unhas merecem um cuidado especial para se manterem saudáveis e bonitas. Elas são, muitas vezes, usadas como complemento de acessórios e para compor looks, mas o que poucos sabem é que necessitam de uma rotina de limpeza e hidratação, uma vez que fatores externos e internos podem impactar na estética e na vitalidade dessa parte do corpo.

A manicure Maria Betânia Costa de Melo, da Lord, alerta que as unhas, que são compostas da proteína queratina, costumam ser lisas, sem marcas ou sulcos. “A unha deve ter cor e consistência uniformes, sem manchas, nem descoloração”, completa.

Para mantê-las sempre fortes, o dermatologista Ricardo Fenelon indica algumas práticas. “Evitar o uso constante de acetona e esmalte, porque isso pode desidratar as unhas. Além disso, atenção extra ao cortá-las e cuidado para não encravar”, explica o médico. O uso prolongado e de forma incorreta das unhas artificiais também podem ressecar essa área, o que favorece infecções.

Maria Betânia recomenda, ainda, cuidado com produtos de limpeza, pois são químicos

e podem impactar negativamente as unhas. “Então, utilizar luvas para manusear esses produtos é muito importante”, indica.

Uma alimentação saudável também é aconselhada por profissionais. A dermatologista Karina Siqueira indica uma dieta equilibrada com alimentos ricos em vitaminas, proteínas e minerais.

Uma má alimentação e deficiências nutricionais afetam a vitalidade das unhas de forma sutil, mas perceptível a longo prazo. Além disso, a ingestão de água é imprescindível, segundo a profissional. A médica lembra que, para as pessoas com deficiência nutricional, a ingestão oral de comprimidos, como biotina, é indicada para repor algumas vitaminas que ajudam no crescimento das unhas.

O hábito de roer unhas também é prejudicial, porque pode gerar unhas desalinhadas e sem brilho, além de aumentar o risco de infecções. E, ao tirar o esmalte, os removedores de esmaltes são os mais indicados que as acetona, pois estes produtos ressecam muito as unhas.



Linha Rivitanail, da Impala

O básico que funciona

Para que as unhas sempre estejam fortes e bonitas, algumas marcas criaram produtos para ajudar nos cuidados e, assim, a criação da ideia