

Adequados para diferentes necessidades, os ácidos faciais renovam células, suavizam linhas e mantêm hidratação e viço. Com orientação profissional, tornam a rotina de cuidados mais segura e eficiente

POR JÚLIA CHRISTINE*

Quem cuida da pele certamente já ouviu falar dos ácidos faciais, que oferecem benefícios tanto para a saúde quanto para a aparência da derme. Esses componentes ajudam a minimizar manchas, estimular a renovação celular, melhorar textura e aparência dos poros, controlar a oleosidade e a acne, suavizar linhas e uniformizar o tom da cutis. No entanto, a aplicação deve ser feita com cuidado, sempre com acompanhamento dermatológico e uso diário de protetor solar. E, com tanta opção, é preciso conhecimento para aplicá-los de forma correta e segura.

A dermatologista Regina Buffman explica que existem diferentes tipos de ácidos utilizados nos cuidados faciais. Os mais conhecidos são os alfa-hidroxiácidos (AHAs), beta-hidroxiácidos (BHAs) e poli-hidroxiácidos (PHAs), que se diferenciam pela estrutura química e pela forma como atuam no tecido cutâneo. Os AHAs são solúveis em água e agem na superfície da pele, melhorando textura, luminosidade e manchas. Já os BHAs são solúveis em óleo e penetram nos poros, ajudando a equilibrar a oleosidade e reduzir a acne.

Os PHAs, por sua vez, têm ação semelhante aos AHAs, mas são mais suaves e apresentam menor risco de irritação, sendo indicados para peles sensíveis. Além desses grupos clássicos, existem os retinoides, derivados da vitamina A, que estimulam a produção de colágeno e elastina, aceleram a renovação celular e atuam contra rugas, acne e sinais de envelhecimento.

Dentro dessas categorias, há uma variedade de compostos isolados indicados para diferentes tipos de pele e objetivos. Entre os alfa-hidroxiácidos estão o glicólico, mandélico e láctico, que promovem renovação celular e melhoram o viço. Entre os beta-hidroxiácidos, o salicílico se destaca por sua ação esfoliante e anti-inflamatória.

A dermatologista Natália Nery acrescenta que outros ativos complementares também apresentam efeitos eficazes. O ácido azelaico ajuda a controlar a oleosidade e clarear manchas, enquanto o kójico e o tranexâmico uniformizam o tom da pele e combatem a hiperpigmentação. Já a vitamina C, a niacinamida e o ácido hialurônico contribuem para a luminosidade, firmeza e hidratação.

Cuidados essenciais

Ao incorporar ácidos na rotina facial, é importante seguir orientações para garantir eficácia e evitar complicações. Segundo Regina Buffman, quem está começando



Um guia dos ácidos

deve inserir os compostos gradualmente, iniciando com baixas concentrações em dias alternados, sempre após a limpeza e antes ou depois do hidratante.

A profissional também ressalta que é essencial observar a quantidade aplicada, usando o equivalente a uma ervilha para o rosto inteiro ou quatro a cinco gotas em produtos mais líquidos ou aquosos. Além disso, a hidratação é fundamental, mantendo a pele confortável e prevenindo irritações. Áreas sensibilizadas, como feridas ou descamações, devem ser evitadas, assim como o contorno dos olhos, boca e canto do nariz.

Mesmo com uma rotina cuidadosa, a pele pode ficar mais sensível, apresentando vermelhidão ou ardência. Ao menor sinal de desconforto, é necessário interromper temporariamente o uso e priorizar produtos calmantes e reparadores, como água termal, máscaras hidratantes e cremes com pantenol, niacinamida ou centella asiática.

De acordo com a dermatologista, após a melhora, a aplicação pode ser retomada gradualmente, sempre com atenção, proteção solar e acompanhamento dermatológico. Com esses cuidados, a pele

aproveita todos os benefícios dos ácidos, e os resultados se tornam visíveis e duradouros.

Proteção diária

O uso do protetor solar é indispensável, mas durante o tratamento com ativos ácidos ele se torna ainda mais importante. Regina explica que esses compostos removem camadas superficiais da derme e aumentam a sensibilidade à luz solar. Com a renovação celular acelerada, a pele fica temporariamente mais fina e vulnerável, e sem proteção os raios UV podem causar manchas, irritações e até queimaduras, comprometendo os resultados.

A especialista reforça que o filtro solar deve ser mantido mesmo em dias nublados ou em ambientes internos, com reaplicação a cada três horas. Essa é a principal forma de evitar manchas, lesões e envelhecimento precoce, além de preservar a integridade da barreira cutânea e potencializar os efeitos dos compostos, garantindo uma recuperação mais segura e resultados duradouros.

*Estagiária sob a supervisão de Sibeles Negromonte