

Além do cansaço

As marcas ao redor dos olhos têm forte peso genético, mas novos protocolos dermatológicos prometem suavizar o aspecto cansado e rejuvenescer a pele

EDUARDO FERNANDES

Depois de passar aquela noite em claro, acordar pela manhã e olhar-se no espelho pode ser um terror. Afinal, a privação de sono é a vilã mais famosa por causar manchas escuras ao redor dos olhos. No entanto, há, ainda, vários fatores que contribuem para o surgimento das olheiras, condição multifatorial complexa, influenciada pela genética, pela anatomia do rosto e pelo envelhecimento natural da pele.

O nascimento dessas marcas está atrelado, também, a componentes biológicos específicos, o que exige diagnósticos precisos para que o tratamento seja eficaz. De acordo com a dermatologista Paula Chicralla, membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD), o sono inadequado costuma piorar o aspecto, mas não é o único culpado.

“As olheiras são uma condição multifatorial, e nem sempre estão relacionadas apenas à privação de sono. Elas podem surgir por fatores genéticos, alterações vasculares, aumento da produção de melanina, perda de gordura na região dos olhos e até por características anatômicas da face”, explica a profissional.

Entretanto, segundo Paula, a hereditariedade carrega a maior parcela de responsabilidade no desenvolvimento das olheiras. “Se os seus pais sofrem com o problema, as chances de você manifestá-lo são altas”,



O tratamento contra as olheiras pode ser fundamental para o rejuvenescimento da pele

Freepik

destaca. Todavia, a rotina moderna atua como um acelerador e intensificador dessas marcas.

Hábitos como o tabagismo prejudicam a circulação e aceleram o envelhecimento da pele, enquanto o consumo de álcool causa desidratação. Até mesmo o hábito de passar horas em frente ao computador ou celular cobra o seu preço. De certo modo, o uso prolongado de telas impacta indiretamente ao causar fadiga ocular e prejudicar a qualidade do sono profundo.

O fim dos mitos

Quem busca soluções caseiras deve alinhar as expectativas, já que as promessas de internet nem

sempre costumam resolver. As famosas compressas de chá de camomila ou rodela de pepino gelado têm utilidade, mas não fazem milagres. A dermatologista Natasha Crepaldi esclarece que essas medidas realizadas dentro de casa oferecem apenas um alívio paliativo e passageiro.

“Essas ações podem proporcionar uma melhora temporária, principalmente devido ao efeito refrescante e vasoconstritor do frio, que ajuda a reduzir o inchaço e suavizar a aparência da região. A camomila também possui propriedades calmantes e anti-inflamatórias leves. No entanto, elas não tratam a causa das olheiras nem promovem mudanças duradouras”, afirma Natasha Crepaldi.