

POR ANA MILETTI*

O impacto das mudanças climáticas ultrapassa as estatísticas ambientais e se reflete na saúde do maior órgão do corpo humano: a pele. O aumento acelerado das temperaturas globais, combinado com picos de radiação ultravioleta e poluição atmosférica crescente, está transformando a dermatologia moderna.

Por ser a região mais externa do corpo humano, a pele torna-se a primeira barreira protetora. Além do controle de temperatura, funciona como um bloqueio para a perda excessiva de água e para a entrada de microrganismos. Quando o clima torna-se hostil, toda a estrutura precisa trabalhar muito mais para manter o equilíbrio. Nesse sentido, uma rotina de cuidados deve se adaptar ao clima e às interações com as radiações.

Além do envelhecimento precoce e do aumento nos casos de câncer de pele, doenças inflamatórias, como dermatite atópica, psoríase e acne, evidenciam que os efeitos do aquecimento global já não estão apenas no planeta, mas cravados na pele da população.

A dermatologista Leticia Oba percebe um crescimento expressivo de quadros desencadeados pelas mudanças climáticas. “O calor excessivo combinado ao uso constante de ar-condicionado acelera a desidratação da pele. Isso gera uma onda de quadros de ressecamento extremo e irritações, muitas vezes agravados pelo uso de produtos inadequados na tentativa de ‘salvar’ a pele em casa.”

Nessa ótica, a dermatologia tem se voltado a estudar esse estresse celular que compromete as funções da barreira e, como consequência, aumenta o ressecamento, a sensibilidade, as irritações e a inflamação cutânea. Diferentes particularidades climáticas pedem rotinas de cuidados específicas.

A exposição solar

Popularmente, a doença que causa maior preocupação é o câncer de pele. O dermatologista e CEO da Singular, Wesley Ferreira, explica que esse quadro não está associado somente à exposição direta, como tomar sol na praia, mas também às atividades cotidianas. “A extensão real do dano causado pela radiação solar é diária, silenciosa e cumulativa. A radiação UVA atravessa nuvens e vidros: quem passa uma hora no trânsito ou trabalha ao lado de uma janela está recebendo dose, mesmo sem sentir calor e sem se queimar”, alerta. O câncer de pele, segundo o médico, é o desfecho mais grave, e é o tumor mais frequente no Brasil, mas prevenível e, quando diagnosticado precocemente, curável na maioria dos casos.”

Wesley expõe que outras doenças também levam os pacientes aos consultórios. E detalha: “Envelhecimento precoce, rugas e linhas finas, flacidez, perda de textura e de qualidade da pele, manchas e a piora do melasma,

CRISE CLIMÁTICA SENTIDA NA PELE



Magnific

Muito além dos termômetros, saiba como o aquecimento global, a radiação UV e o tempo seco atacam a barreira da pele e exigem novas rotinas de cuidados

hoje uma das queixas mais frequentes e que piora não apenas com ultravioleta, mas também com luz visível e calor. Há, ainda, as ceratoses actínicas, lesões pré-malignas que funcionam como um aviso de que aquela pele já acumulou dano suficiente. Essa queratose está em constante evolução, culminando num câncer de pele potencialmente grave, o carcinoma espinocelular”.

Há, também, uma série de quadros clínicos que não são causados pelo sol, mas agravados ou desencadeados por ele. Lúpus eritematoso, rosácea, as porfirias cutâneas, as fotodermatoses em geral são alguns dos exemplos e, para esses, Wesley reforça a importância da proteção. “Para esses pacientes, a fotoproteção não é estética nem apenas preventiva, é tratamento.”

Segundo o dermatologista, é de suma importância sempre lembrar que a fotoproteção não deve ser um hábito do fim de semana. Ele deve passar a ser rotina, sempre orientada pelo médico. “Nesse sentido, o Consenso Brasileiro de Fotoproteção, da Sociedade Brasileira de Dermatologia, traz a orientação de reaplicação do filtro solar a cada duas horas de exposição.”

Após a exposição, a atenção não pode diminuir. Logo depois do banho — que deve ser com a água em temperatura morna ou fria —, loções com propriedades calmantes compostas por aloe-vera, camomila ou calêndula aliviam o calor e a vermelhidão.